

Être en bonne santé... n'est pas dû au hasard !



Sommes-nous soumis à des conditions particulières ? Notre santé est notre bien le plus précieux. Pourtant sans le savoir vraiment, sans vraiment en prendre conscience, nous nous plaçons dans des conditions extrêmes, contraignant notre corps à subir l'impossible. C'est dans ces conditions, que le corps orchestre des actions, réactions, interactions afin de tenter, plus exactement de trouver la parade pour pallier les anomalies qu'il détecte.

L'issue ne sera favorable que s'il parvient à trouver ce dont il a besoin et dans le cas contraire un dysfonctionnement pathologique (du grec pathos: affection, maladie) se fera jour, que l'on nommera à son aboutissement : maladie.

Perte de l'équilibre : la dysharmonie !

La maladie n'est autre que la perte de l'équilibre, la perte de l'harmonie. Et Malheureusement, la dysharmonie peut se revêtir de nombreux habits qui effrayent et angoissent le malade et aussi sa famille et ses proches.

Voilà expliqué en quelques mots, l'origine de nos fléaux contemporains que nous nommons de mille manières différentes donnant un caractère. Reste à savoir si nous sommes en mesure de l'accepter et donc de corriger nos erreurs ou s'il nous faut encore subir notre incroyable immaturité! Pour en faire la démonstration, il est nécessaire de laisser nos valises de préjugés afin de nous octroyer le droit de comprendre le fonctionnement de cet ensemble complexe ainsi que les liens qui nous lient à notre environnement.

Santé" du latin sanitas, atis, de sanus qui signifie: sain !

En partant de la définition du terme "Santé" du latin sanitas, atis, de sanus qui signifie: sain. Bon état physiologique d'un être vivant, nous trouvons la voie de la guérison. Nous devons rechercher tout ce qui est sain : l'environnement de vie, la nourriture, l'eau et nos activités générales et le travail sans oublier les loisirs. Il ne faut oublier non plus tout ce qui touchent à l'éveil de soi et de celles et ceux qui nous entourent.

Les règles générales qui régissent notre santé !

De nos fondamentaux, nous pouvons dire ceci, notre corps est soumis à des règles de fonctionnement que nous devons respecter impérativement et ce qui nous constitue provient de l'extérieur, d'où l'importance de se nourrir de produits sains, non carencés et ne contenant pas d'éléments nocifs (ex: pesticides), d'ou l'importance aussi de respirer un air sain, de boire de l'eau saine et enfin de ne pas s'entourer de produits dangereux et toxiques dans l'habitat, au travail et lors des trajets car il faut penser à tout !

La santé & l'économie !

Curieusement, pour comprendre ou plus exactement pour admettre ce qui nous arrive, il nous faut prendre le recul nécessaire permettant d'observer notre système économique avec honnêteté ! Faire le tri entre ce qui a de l'importance et ce qui n'en a pas... dans ce système absurde où la prédation de l'homme est partout !

Parce que certains d'entre nous sont obnubilés par la valeur marchande des biens et des services et non leur valeur intrinsèque, nous sommes aujourd'hui confrontés à ces grandes désorganisations individuelles créant des malades !

Et ce n'est pas tout ! La grande désorganisation crée aussi des crises économiques touchant la société dans son ensemble. Sans doute que le summum est atteint quand il s'agit de conserver des emplois dans le secteur de la santé sans remettre en question les secteurs où la pollution et les empoisonnements sont légions et provoquent, engendrent tous ces maux, ces malades par millions, par milliards même ! Alors qu'il faudrait au contraire, recréer des emplois dans les domaines de l'agriculture et de l'industrie et mettant en oeuvre ce que nous nommons l'économie circulaire et l'économie de proximité.

Éviter ces hécatombes cancéreuses, dépressives

Nous devons changer de modèle économique permettant favorisant la prévention et donc d'éviter ces hécatombes cancéreuses, dépressives, etc.

Notre santé dépend du train de vie que nous nous infligeons pour vivre une vie qui, physiologiquement parlant, ne nous convient absolument pas. Le but de ces quelques pages consacrées à la santé de notre corps est de faire le point sur l'essentiel, c'est-à-dire ce à quoi notre corps est assujéti.

Le commerce : oui ! Mais pas à n'importe quel prix ! Et surtout pas au prix de la santé et des défaillances environnementales !

Primum non nocere

D'abord ne pas nuire !
{jcomments on}