

De la terre pour notre santé, L'ARGILE VERTE

Eh oui l'argile verte c'est de la terre, offerte par la nature. Celle-ci nous donne des remèdes simples pour traiter au quotidien nos petits soucis de santé.

L'argile en est un !

Il fait partie d'un des premiers remède utilisé par l'homme.

Cette terre absorbe et apaise les inflammations, les infections, les hématomes (sang coagulé), ainsi que les venins ou autre substances toxiques qui peuvent entrer dans notre organisme.

L'argile à des propriétés antiseptiques et surtout anti bactériennes, mais aussi cicatrisantes.

On peut l'utiliser aussi bien en un usage externe, sous forme de cataplasme, qu'en interne en le buvant ainsi qu'en cosmétique comme masque pour le visage par exemple.

Par voie orale

L'argile est revitalisant et un très bon désinfectant du système digestif. Il calme l'acidité notamment dans les cas de gastrites, mais aussi les gastro-entérites... Il absorbe également les gaz intestinaux

Une partie de ces minéraux est également absorbée par l'intestin, ce qui permet la reminéralisation du corps, permettant de lutter contre la décalcification.

La prise d'argile peut vous constiper. C'est le signe d'une forte intoxication. Commencer par boire uniquement l'eau argileuse pendant plusieurs jours pour habituer le corps et éviter la constipation.

Mode d'utilisation



1 cuillère à café d'argile verte dans un demi verre d'eau de qualité et remuer. Laissez poser plusieurs heures et boire avant le coucher et le matin à jeun. Pour commencer, consommez pendant plusieurs jours seulement 1 verre, puis passer à 2 verres après 4/5 jours. S'il n'y a pas d'effet constipant, remuez l'argile juste avant de le boire, sinon contentez vous de boire l'eau argileuse.

En cataplasme pour la santé

Pour soigner les entorses, les hématomes, les piqûres, pour absorber les toxines etc ... Le cataplasme d'argile est un excellent moyen de soulager rapidement la douleur, de calmer les démangeaisons etc



« Mon fils de 13 ans c'est fait une entorse du genou au collège. Il est rentré avec un hématome énorme. Il ne posait plus le pieds par terre. L'infirmière lui avait d'ailleurs donné des béquilles pour ce déplacer. Il avait de fortes douleurs. Je lui ai appliqué tout de suite un cataplasme **d'argile** pendant 2h et lui ai donné une dose d'arnica. J'ai recommencé pendant 4 jours. La douleur à disparu le soir même. L'hématome a commencé à se résorber dès le deuxième jour en appliquant 1 cataplasme

matin et soir. Le 3ème jour, il posait le pied par terre. Le 4ème jour, l'hématome avait complètement disparu. Il a recommencer à marcher normalement sans béquilles. C'est vraiment surprenant la rapidité avec laquelle agit **l'argile** et surtout le soulagement sur la douleur. »

Pour connaître la dose à utiliser, il faut poser une petite quantité dans le creux de la paume de la main. La quantité à utiliser est celle qui tient dans ce creux. Mettre **l'argile** dans un bol, versez doucement un peu d'eau. Mélangez lentement pour ne pas que **l'argile** durcisse et surtout ne jamais utiliser un objet en inox. Préférez une cuillère en bois ou en plastique. Une fois que **l'argile** a pompé l'eau il forme une pâte, ni trop compact, ni trop liquide. C'est prêt ! Mettez alors **l'argile** sur une compresse ou un linge propre en fonction de la zone à traiter et laissé en place pendant 2 heures avec une bande.

Évitez de posez un cataplasme juste après un repas car il peut couper la digestion pour les gens sensibles, du fait de son pouvoir absorbant.

ATTENTION : ne jamais appliquer **l'argile** sur une plaie ouverte. Ne jamais réemployer un cataplasme.

Pour soigner la peau et les cheveux

Pour les problèmes de peau type eczéma, acné, irritations, brulures légères, zona, dermite, varices ...



En masque sur le visage, mélanger à une huile d'amande douce par exemple pour nettoyer la peau de ses impuretés.

En application sur le cuir chevelu pour tonifier la pousse des cheveux et absorber l'excès de sébum

Dans un bain (3 poignées) pour revitaliser le corps et la peau.

En Bain de bouche

Contre les irritations des gencives, douleurs dentaires sans gravité (existe en dentifrice), gingivites, les angines en gargarisme à diluer dans de l'eau.