

Introduction

Corps Physique

un système organisé

l'environnement

les Éléments

l'existence dépend de leur maîtrise

la santé est la libre circulation des Éléments

la vitalité produite par les vicissitudes de l'atmosphère

les quatre qualités

le climat

la migration

la température

l'Air

la pression atmosphérique

le Feu

l'Eau

la Terre

les protections contre les Éléments

les Règnes

le règne minéral

le règne végétal

le règne animal

le règne des bactéries

le règne des humains

l'instinct

le perfectionnement

la Nature

la base de la vie

les deux cycles infinis de la Vie

le vivant

les trois états

les offrandes de la Nature

les transformations

l'écosystème

l'être dénaturé

l'éloignement de la Nature

les citoyens dociles

les pollutions

la chimie

les produits chimiques

les laboratoires partagés

la fatalité

la destruction de la planète

la pollution de l'air

l'habitat

la topographie

le milieu (l'entassement) urbain

les banlieues

le centre-ville

l'appartement

les matériaux

l'aération

l'électricité

l'éclairage

la luminothérapie

les matériaux

la cuisine

les déchets

les turbulences Énergétiques

les ondes qui pénètrent tout

fen quoi ?

la pollution atmosphérique

les animaux domestiques

les sens

l'ouïe

les ondes

la Nature

la musique

les mantras

la répétition

la vue

les publicités

le téléviseur

les écrans

le toucher

l'interdit

l'odorat

la première sentinelle

l'habitude

directement dans le sang

les fleurs

les huiles essentielles

le goût

la deuxième sentinelle

le choix alimentaire sensoriel (instinctif)

l'hérédité

la mémoire cellulaire

le mimétisme

le mode de vie

la santé

les besoins physiologiques

la protection

les vêtements

la respiration, source de vie #1

l'air respiré

l'action du chauffage sur l'air

l'air malsain du citadin

les odeurs, les parfums

le tabac

l'hygiène tégumentaire

l'eau, source de vie #2

l'eau de pluie

le massage

le brossage

le râclage

le huilage

les lotions

les crèmes

les oreilles

les narines

Phygiène alimentaire

l'éducation de l'appareil digestif
la prévention contre les infections alimentaires
la faim
le choix alimentaire
nos aliments
un être omnivore
la cuisson
le régime carné
le régime végétarien
les fruits
les mets
le petit-déjeuner
le déjeuner
le dîner
le souper
les collations
les pauses-café
les mélanges
manger liquide
le mélangeur meurtrier
les condiments, les assaisonnements
la conservation
le sel qui tue la vie
la première bouchée
la soif
les boissons
l'eau
le café et le thé
la satiété
la sobriété
la gourmandise
le jeûne
la monodiète

la digestion

processus de fermentation
l'alimentation indigeste
la désassimilation
la diarrhée

la régénération

l'hygiène corporelle

la propreté
asepsie et antiseptie
propreté de l'extérieur et de l'intérieur
la désinfection
la poussière
les mains
les ongles
la figure
la bouche
les dents
les pieds, les chaussures
les cheveux, les poils
la peau
les vêtements
les sous-vêtements, les dessous féminins
le corset
le soutien-gorge
les bas de nylon
la mode
les accessoires
les cosmétiques
le chapeau, les couvre-chefs
le foulard
les bijoux

l'évacuation

les émonctoires
les excréments
une couche au cul toute la journée
l'urine
les rétentions

la récupération

le repos
la fatigue
la fatigue chronique
le sommeil
l'hygiène du sommeil
programmer son sommeil
l'obscurité

les songes
la chambre à coucher
l'orientation
le matelas
de quel côté dors-tu ?
la literie
le pyjama
les somnifères
les heures du lever et du coucher
l'alimentation indigeste
la maladie du sommeil

l'exercice physique

la gymnastique
les étirements
le yoga
la natation
la marche
marcher nu pieds
le culturisme
le chant, la musique
la danse

la reproduction

la sexualité
le tantra

la maladie

les états maladifs

toujours une toxémie
les quatre degrés des états maladifs
l'infection
l'inflammation
les affections gastro-intestinales

les messages de l'organisme

les symptômes
les théories de base
la fièvre

les prodromes

les bons décodages

le diagnostic naturel

la douleur

blocage de l'Énergie vitale
la douleur physique humaine
le diagnostic médico-économique

la médecine

l'histoire meurtrière

la saignée

les bases erronées de la Médecine

les remèdes

la courte histoire des remèdes

les médicaments

le chimique
les antibiostatiques
les laxatifs
les antiancides

les médecins

se passer de médecins

les chirurgies

les radiations

une guérison ou une rémission

les épidémies

les miasmes dans l'air

les microbes

l'immunité
la vaccination
les microbes dans les boissons
leur résistance
leurs mutations

les virus

la contagion

les terrains favorables

les pandémies

les parasites

la prévention des maladies transmissibles

les vaccinations
l'isolement des sujets contagieux
la désinfection et la stérilisation
la prévention des maladies sexuellement transmissibles

les accidents

la guérison

le Pouvoir guérisseur

l'autoguérison

guérison physique

guérison Énergétique

guérison métaphysique

la convalescence

les climats

l'horloge biologique

Corps Énergétique

l'Énergie vitale

la vitalité

le rythme vibratoire

les chakras

relation Matière-Énergie

la polarisation de la matière

yin-yang

les turbulences Énergétiques

les stimulants Énergétiques

Corps Mental

le cerveau

le cerveau gourmand

l'inconscient

le conscient

la mémoire

les programmations

les dépendances

les habitudes

le mental

la faculté mentale

les dépendances

vivre selon le passé

nul n'est prophète en son pays

la rancune

le moral

l'attitude mentale

l'enthousiasme

le jugement

le scepticisme

les pensées

l'imagination

la puissance de la pensée

le contrôle de la pensée

l'exercice mental

les pensées négatives

le stress

la pulsion de mort inconsciente

la reprogrammation

la télépathie

l'inspiration

la créativité

l'intuition

les ondes

la foi

la morale

l'intégrité

les qualités

les vices (ou maladies morales)

l'envie

l'avarice

la religion

les passions

les affections

la religion répressive

l'apothéose de la souffrance

le sorcier

la relation religion-médecine

les créations humaines

la notion de Bien et le Mal

la spiritualité

l'éducation

les conséquences de l'éducation contrôlée

les enfants à l'école

les adultes en devenir

les instituteurs

l'université

les diplômes

la programmation des futurs pions du Pouvoir

les prêts & bourses

le monde matériel

la discipline

la volonté

l'ordre

l'on évite...

l'on gagne

la pratique de l'ordre

le rangement

une place pour chaque chose

l'information vient en aide

ne pas remettre à demain

plus dans l'instant présent

changer/corriger ses habitudes de vie

moins de stress

l'on évite...

l'on gagne

la pratique de l'ordre

la liberté

Corps Émotif

les émotions

les peurs

l'attitude

l'humeur

Corps Social

le travail

richesse versus prospérité

les esclaves consentants

les relations personnelles

les miroirs

l'amitié

l'amour

l'amabilité

le respect

le bonheur

la mode

la libération de la femme

l'éclosion des couples

les guerres

Corps Économique

les garanties de prêts financiers

l'argent

la programmation à la maladie

Corps Cosmique

l'Univers

les cycles

les saisons

le jour et la nuit

la lune

les ondes

les ondes cosmiques

les ondes telluriques

la matière

le Plan divin

la Matrice divine

Matrice des Autorités

la Matrice

les Pions du Pouvoir

la domination

la domination religieuse

l'exemple américain

les habitudes de vie

la programmation sociale

l'économie d'abord

L'Hygiène

l'importance de l'hygiène

histoire de l'hygiène

l'hygiène préhistorique

l'hygiène antique

l'hygiène de Galien

au Moyen-Âge

à la Renaissance

l'hygiène moderne (microbienne)

le 19e siècle

le 20e siècle

l'hygiène personnelle ou privée

l'hygiène générale

Anthropologie

Démographie

Climatologie

Pathogénie

Épidémiologie

Épizooties

l'importance de l'eau

l'hygiène alimentaire

L'hygiène des organes de la digestion

Hygiène urbaine, hygiène publique

Hygiène rurale

Hygiène hospitalière

Hygiène industrielle

Hygiène militaire

Hygiène navale

Hygiène infantile

Hygiène internationale et administrative

Hygiénisme

hygiène des lieux

la cuisine

Les Conseils des Anciens

Conseils de l'École de Salerne

L'Art de Vivre en Bonne Santé Sans Médecin

La Métaphysique

l'on enregistre tout

l'on décode mal

les causes métaphysiques des maladies

la guérison spirituelle

la Manifestation

les vampires Énergétiques

les mauvaises connaissances

les cheveux, des antennes

la méditation

la prière

l'outil de culpabilité commercialisée

CONCLUSION

Annexe / CONSEILS / Vivre au delà de 100 ans - Manuel Pratique