

Un homme riche a envoyé son fils à la campagne, voici ce qu'il s'est passé à son retour

Un jour, dans une contrée lointaine, un homme extrêmement fortuné envoya son fils à la campagne car il voulait que son fils connaisse la pauvreté. Pendant 3 jours, son fils vécut chez une famille pauvre, en pleine campagne. Une fois de retour à la maison, voici la conversation qui eut lieu entre l'homme fortuné et son fils :

«Alors, c'était comment ?» demanda le père.

«J'ai trouvé ça bien !» répondit le fils.

«Et as-tu remarqué des différences entre notre maison et la leur ?» demanda le père.

«Oh oui, Papa ! Il y a plein de différences !» répondit le fils avec une voix pleine d'enthousiasme.

Il continua : «Nous, on a un chien à la maison. Mais eux, ils en ont quatre !

«Nous, on purifie de l'eau pour remplir notre piscine. Mais eux, ils ont un grand étang, rempli d'eau fraîche et limpide — et il y a même des poissons dans l'étang !

«La nuit, on a des lampes pour illuminer notre jardin. Eux, ils ont la lune et les étoiles pour illuminer leurs champs !

«Notre jardin est limité par des murs, mais le leur n'a pas de limites. C'est comme si leur jardin se fondait dans l'horizon !

«Nous, on écoute des CD à la maison. Chez eux, on écoute les gazouillis des oiseaux et les bruits de la nature !

«Notre maison est entourée de murs. Chez eux, la porte est toujours ouverte pour accueillir les amis !

«En ville, on est tous connectés les uns aux autres par les smartphones et les ordinateurs. A la campagne, les gens sont connectés à la nature et à leur famille !»

Le père fut bien étonné par la conclusion de son fils : «Papa, merci de m'avoir montré à quel point nous sommes pauvres.»

Si vous êtes une personne fortunée, posez-vous ces questions : «Suis-je en train de me déconnecter de mes proches, de mes amis, de ma famille et de ce monde ?» «Est-ce normal de vouloir toujours plus d'argent et de le voir comme une fin en soi ?»

L'ail meilleur remède pour l'asthme

Les remèdes suivants à base d'ail vont éliminer la congestion dans vos poumons, vous donnant un soulagement rapide des symptômes de l'asthme. Faites bouillir 10 à 15 gousses d'ail dans une demi-tasse de lait d'amande. Buvez cela une fois par jour. Vous pouvez également faire une infusion d'ail en ajoutant trois à quatre gousses d'ail à une casserole d'eau chaude et laissez infuser pendant cinq minutes. Laissez refroidir à température ambiante puis buvez.

Les courgettes vous aideront à éviter la constipation

Ce légume riche en fibres permettra aussi de lutter contre les constipations, en agissant comme un laxatif léger. Consommez-en pour prévenir ou éviter les constipations passagères. Coupez une 1/2 courgette non pelée en petits morceaux. Mixez ensuite le tout et ajoutez-y 150 ml

d'eau. Consommez ce breuvage rapidement, une fois par jour pendant quelques semaines. Vous ne devriez pas tarder à en ressentir les effets sur votre corps et vos problèmes intestinaux devraient s'estomper.

Il reçoit des menaces pour avoir révélé une boisson qui aide à brûler la graisse nuit et jour

Le célèbre Dr Oz (USA) a partagé une boisson magique qui contient des ingrédients naturels, et que vous devez boire 30 minutes avant chaque repas. Cette boisson vous aidera à brûler la graisse pendant la journée et la nuit. Le célèbre médecin a reçu des menaces, car il peut nuire à de nombreuses industries avec cette recette. Il suffit de mélanger : 1 tasse de jus de pamplemousse, 2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre de pomme avec 1 cuillère à soupe de miel et boire cette boisson 30 minutes avant chaque repas. Vous serez surpris par les résultats.

Ce qu'ils en pensent

«Non, merci je ne prendrai pas de café, ça va me faire mal à l'estomac» dit ce jeune invité, âgé de 23 ans, venu assister à un anniversaire chez sa tante à Bainem... Le café, c'était ma drogue quotidienne... Lorsqu'il m'arrivait d'en prendre, cela me donnait des étourdissements et des nausées finissaient par apparaître surtout le matin. On me le reprochait toujours chez moi, car j'en prenais avec excès et mon café, tellement fort, que je préférais acheter dans un café près de chez moi, ressemblait plutôt à du goudron comme disait ma mère...

Aujourd'hui, tous les matins je prends, à la place, de l'eau tiède additionnée d'un peu de citron à jeun, car cela m'a été conseillé par un ami, lui-même en prenait pour désengorger son foie, il avait tout le temps des nausées à cause d'un stress intense et aujourd'hui, il se porte bien et il continue d'en prendre... J'en fais autant. Au début, je n'y croyais pas... Quand j'ai commencé à consommer du citron le matin à jeun, j'avais peur de me faire plus de mal que de bien à cause de mon ulcère car le citron est extrêmement acide... comme je n'en mettais pas beaucoup, je l'ai donc bien toléré...

Franchement, je n'ai aucune explication sur ce phénomène mais je me sens plutôt bien... si je prends un peu de café pour le plaisir, des nausées finissent par apparaître... Donc, pour ma part, le café ne fera plus jamais partie de ma vie...

ANÉMIE

Des aliments pour augmenter votre taux d'hémoglobine

Si nous ne consommons pas assez de fer, nous nous exposons à de l'anémie. Ce problème de santé se manifeste la plupart du temps chez les femmes enceintes, ou chez les personnes qui traversent une période de stress intense. Les individus touchés par des ulcères ont aussi de fortes probabilités d'en souffrir.

L'hémoglobine est une protéine qui a la responsabilité de transporter l'oxygène depuis les poumons jusque dans toutes les zones du corps qui en ont besoin. Elle est constituée d'acides aminés et d'hème, qui est lui-même constitué de fer. Notre organisme extrait le fer des aliments que nous mangeons, pour ensuite créer de l'hème.

Si vous êtes touché par ce problème, vous devez suivre un régime alimentaire riche en fer, pour que votre taux d'hémoglobine retrouve un niveau satisfaisant et que vous puissiez vous débarrasser de la fatigue chronique dont vous souffrez.

Les haricots, les pois chiches, les lentilles et les petits pois comptent parmi les légumineuses les plus intéressantes pour augmenter votre consommation de fer.

• **Le traitement de l'anémie à base de laitue** : c'est un remède naturel très efficace pour traiter ce trouble de

santé, car la laitue (salade verte) contient une grande quantité de fer. C'est un aliment tonique qui peut être utilisé pour améliorer l'absorption du fer par le corps.

• **Le traitement à base d'épinards** : c'est un légume qui contient beaucoup de fer, un élément indispensable pour former l'hémoglobine et les globules rouges. Il permet donc de prévenir l'anémie et de la traiter.

• **Le traitement à base d'amandes** : ces fruits secs contiennent du cuivre qui, associé à du fer et à des vitamines, joue le rôle de catalyseur dans la synthèse de l'hémoglobine.

Laissez tremper sept heures dans de l'eau, puis pilez-les, en prenant soin d'enlever leur peau. Mangez la pâte ainsi obtenue une fois par jour, à jeun.

• **Le traitement à base de graines de sésame** : ces graines (djeldène) sont parti-

culièrement riches en fer. Mettez une cuillerée de graines dans une tasse d'eau chaude, et attendez quelques heures.

Pilez ensuite le tout, puis filtrez. Mélangez les graines ainsi écrasées avec une tasse de lait sucré, et buvez-en quotidiennement.

• **Le traitement à base de jus de carotte, d'orange et de betterave rouge** : ces trois ingrédients sont idéaux pour augmenter votre taux d'hémoglobine, ainsi que pour traiter l'anémie.

Il vous suffit de mettre deux betteraves rouges et deux carottes, sans leur peau et coupées en fines rondelles, dans votre mixeur, avec le jus de deux oranges. Mixez bien le tout, et buvez la boisson ainsi obtenue à jeun, tous les jours durant 9 jours consécutifs. Attendez un mois, puis recommencez le traitement si nécessaire.

• **Le traitement à base de miel** : parmi toutes les propriétés du miel, on retrouve sa faculté à faciliter la formation de l'hémoglobine. En plus du fer, le miel contient du manganèse et du cuivre. Il est idéal pour fortifier le système immunitaire.

Viagra naturel pour les hommes

Faites-vous un viagra fait maison ! Mélangez de la pastèque et du citron. A boire à jeun le matin. Ne lésez pas sur les incontournables tels que le gingembre, les huîtres ou encore le chocolat qui ont tous des propriétés aphrodisiaques.

Cette recette peut améliorer votre santé pulmonaire

Thym, miel et citron... le remède le plus puissant qui peut améliorer la santé pulmonaire et guérir les infections respiratoires. Incorporez 40 g de thym (z'itra) séché dans un 1/2 pot de miel. Si le mélange est trop épais, versez 50 millilitres d'eau purifiée. Vous pouvez purifier l'eau en la faisant bouillir ou mieux avec un filtre ou un distillateur. Remuez bien et gardez le pot dans un endroit chaud pendant 2 semaines. Remuez le contenu de temps en temps. Filtrez le mélange à l'aide d'une gaze ou une passoire. Prenez une cuillère à soupe du remède deux fois par jour. Pour encore plus d'efficacité, pressez un demi-citron dans un verre d'eau tiède et ajoutez-y une cuillère à soupe du remède.

CETTE PLANTE MAGIQUE QUI REND COURAGEUX

Surnommée «racine d'or», la rhodiola est une plante qui pousse en Sibérie et dans certaines régions d'Europe et qui aurait de grandes propriétés médicinales. Selon des études réalisées par des chercheurs russes, la rhodiola permettrait de lutter contre le stress et de booster les performances intellectuelles.

En 1960, les Soviétiques ont découvert cette plante médicinale. Ayant mené de nombreuses études scientifiques «secrètes» à son sujet, ils l'utilisaient pour amplifier les exploits sportifs et intellectuels de leur élite (armée, grands officiers, etc.) et les rendre «invincibles».

En 1968, le docteur Breckhman de l'Académie des Sciences de Russie a étudié les propriétés de la rhodiola et a découvert ce qui suit : elle renforce le système immunitaire, elle réduit le stress et atténue la fatigue, elle stimule les performances physiques et intellectuelles.

Par ailleurs, cette plante aide également à prévenir et à traiter la dépression, à renforcer la mémoire et à donner de l'énergie. L'avantage de cette plante réside dans sa capacité à réguler le système nerveux, tout en évitant les effets secondaires des médicaments anxiolytiques et autres antidépresseurs. La rhodiola n'entraîne aucune dépendance.

Le jamu, l'élixir magique des Indonésiens branchés

Le jamu est une boisson traditionnelle indonésienne à base de plantes, réputée pour ses vertus médicinales. Si elle est ancrée dans les traditions familiales depuis très longtemps, son goût amer n'était pas très agréable. Aujourd'hui, les cafés de la capitale s'en emparent et en font un élixir branché. En Indonésie, le jamu est considéré comme un remède très efficace capable de guérir, de corriger les mauvais fonctionnements de l'organisme et de soulager les migraines et autres douleurs.

Certains cafés courus d'Indonésie attirant notamment de jeunes professionnels

et des étudiants mettent plus volontiers en avant les vertus aphrodisiaques supposées de cette boisson, concoctée à partir d'ingrédients tels que le gingembre et le curcuma. Bien entendu, d'autres vertus sont également mises en avant à travers des cocktails notamment à base de roselle, une plante censée renforcer le système immunitaire, de curcuma pour améliorer l'endurance, et de gingembre pour soigner les rhumes et les toux. D'autres recettes de jamu promettent carrément de faire en sorte que «les maris restent à la maison» et que «les épouses sourient toujours».

Pour éviter les ampoules aux pieds

Vous vous apprêtez à porter une paire de chaussures neuves ou à faire une longue marche à pied ?

• **Passez une épaisse couche de vaseline aux endroits où vos chaussures vont frotter, vous préserverez votre peau et éviterez la formation de cloques.**

En cas de fatigue après une fièvre

En infusion, pour 200 ml d'eau bouillante, 1/2 cuillère de ce mélange : 15 g de zeste de citron, 15 g de zeste d'orange, 10 g de clous de girofle et 30 g d'écorce de cannelle. Laisser infuser 15 minutes. Boire 2 fois par jour en cas de fatigue après une fièvre.

La consoude pour guérir les entorses et foulures

Dans le cadre d'une étude menée en Allemagne, une pommade contenant 35% d'extrait fluide de consoude (lessaqet ledjrah), prescrite à 143 patients, a entraîné une réduction de l'œdème, une diminution des douleurs et une amélioration des flexions et mouvements de l'articulation de la cheville, et ce, de façon très significative.

Pour soigner des cheveux abîmés

Cette recette 100% naturelle est très simple et peut redonner à votre chevelure tout l'éclat qu'elle mérite.

Mélangez une banane et 10 gouttes de vinaigre blanc. Mixez le tout. Lors du lavage, incorporez le mélange à votre shampoing habituel. Appliquez sur vos cheveux. Rincez abondamment. Et voilà, vos cheveux sont brillants et revitalisés.

1 tasse de cela vous donnera un ventre plat en quelques jours

Faites bouillir l'eau avec du gingembre frais. Ensuite, coupez 1 concombre en tranches épaisses et 2 citrons en fines tranches. Mettez le concombre, un bouquet de feuilles de menthe hachées et le citron dans l'eau. Il est préférable de laisser reposer pendant un certain temps.

Buvez cette boisson au moins 2 fois par jour pour obtenir les meilleurs résultats. Vous verrez une différence notable dans quelques jours.