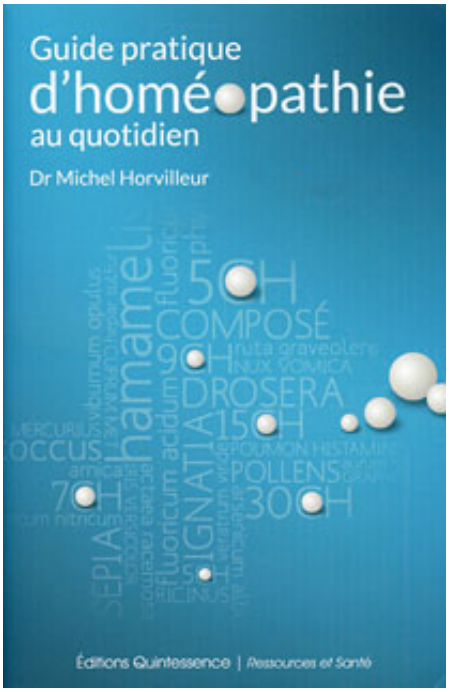
Michel Horvilleur
Guide pratique d'homéopathie au quotidien

Reading excerpt

Guide pratique d'homéopathie au quotidien
of Michel Horvilleur
Publisher: Editions Quintessence



http://www.narayana-verlag.com/b14945

In the Narayana webshop you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
http://www.narayana-verlag.com

.

Nux vomica ou l'urgence d'agir

« Nux Vomica » est un boulimique de l'action, un acharné de l'efficacité, un éternel insatisfait, toujours prêt à en faire plus. Tout au long de sa vie, il (ou elle) agit puis réfléchit après, il veut du résultat, il est d'une grande exigence, aussi bien avec les autres qu'avec lui-même, ne supporte pas les « mous », leur fait savoir.

C'est le leader naturel, le réalisateur, hyper-investi sur le plan professionnel, ne tolérant aucun obstacle, coléreux, impulsif, prêt à tout pour parvenir à son objectif.

C'est l'enfant casse-cou, bagarreur, opposant, qui dit non systématiquement avant d'accepter.

Ce mode de fonctionnement, inné ou acquis, retentit sur l'équilibre précaire appelé santé, ne serait-ce que du fait de l'abus de stimulants (café, tabac, alcool, tranquillisants) consommés pour améliorer le rendement, de la sédentarité, du manque de sommeil, du stress.

Le retentissement se fait essentiellement sous forme de spasmes au niveau digestif (douleurs et brûlures d'estomac, nausées, vomissements provoqués pour soulager les nausées, spasmes intestinaux, constipation douloureuse), au niveau vasculaire (problèmes coronariens, hypertension artérielle, artérite), au niveau musculaire (lombalgies), sous forme de céphalées de tension, de rhinite vasomotrice (éternuements en série avec une intolérance aux courants d'air). Cette longue liste montre bien la fréquence de ce type de plaintes.

Toute baisse des résultats ou des performances est vécue comme une déchéance.

Ce type de fonctionnement est de plus en plus imposé par notre mode de vie avec les impératifs de résultats, les contraintes horaires, les stress, les divers abus et la confrontation à tous les « Nux Vomica » qui nous entourent.

On recherche le stimulant (café à la pause, tabac, alcool, etc.), le tranquillisant le soir pour assurer un endormissement rapide et les vitamines le matin pour accélérer la reprise, le magnésium à midi pour détendre...

On peut être « Nux » ou le devenir, l'important est d'en prendre conscience! Le rempart de l'action est fragile, exposé à l'érosion du temps et aux intempéries de la vie!

Extrait de «Guide pratique d'homéopathie au quotidien», M. Horvilleur
Éditeur : Éditions Quintessence
Extrait choisi par : Éditions Narayana, 79400 Kandern,
Tel.: +49 (0) 7626 974 970-0

Monsieur le président...

« // faut que le réduise mes activités... » C'est en ces termes que commence chaque consultation de Gilbert... Voeu pieux! projet lointain et fugace, car Gilbert est un boulimique de l'action qui cumule la gestion d'une ferme, une activité d'entrepreneur de travaux agricoles, la mairie de son village, un mandat de conseiller régional. Si on y ajoute la société de chasse qu'il préside et une vie sentimentale un peu mouvementée, on comprend que le motif récurrent de ses consultations soit une fatigue, qu'il juge anormale et pour laquelle il souhaite un traitement raaical et rapide !

Sur le plan physique, il se trouve en forme. Il a, certes, un petit surpoids, qui s'explique par une vie sociale bien remplie, avec de nombreux repas d'affaires, copieux et arrosés, une toux matinale que n'améliorent pas ses habitudes tabagiques.

À 47 ans, « je tiens encore la route ! » affirme-t-il, en prenant toutefois un traitement pour l'hypertension, un comprimé pour le cholestérol, un somnifère trois à quatre fois par semaine, quelques anti-inflammatoires pour des lombalgies.. . , « mais tout cela n'est pas bien grave ».

Du point de vue comportemental, Gilbert a des affirmations nuancées : « Je ne suis pas méchant, mais il faut que ça marche... Avec mon personnel, je suis exigeant... Mais ils me connaissent, ils savent que mes coups de gueule ne durent pas et que je n'ai pas de porte de derrière ! »

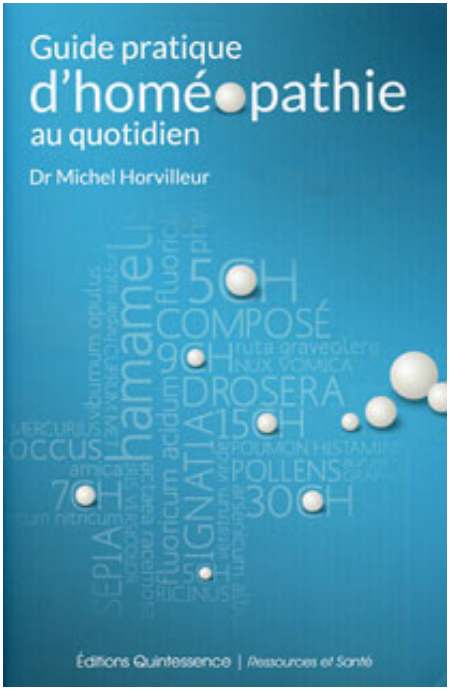
Sa plus grande crainte, c'est l'inactivité, de se retrouver seul face au temps, race à un moment que d'autres prendraient pour du temps libre mais qui, pour lui, est du temps perdu !

Il y a quelques mois, il a eu une petite alerte du côté coronarien.

Aujourd'hui, il est fier de m'annoncer qu'il a décidé de suivre mon conseil et de se détendre, de lever le pied. Il vient de s'inscrire dans un club de musculation et y consacre trois heures par semaine de son temps précieux.

D'ici à ce qu'il prenne la présidence du club, il n'y a qu'un pas, qu'il est prêt à franchir.

Extrait de «Guide pratique d'homéopathie au quotidien», M. Horvilleur
Éditeur : Éditions Quintessence
Extrait choisi par : Éditions Narayana, 79400 Kandern,
Tel.: +49 (0) 7626 974 970-0



Michel Horvilleur

Guide pratique d'homéopathie au quotidien

192 pages, pb
publication 2011

order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com