

Yvette FRICOTTE

LES REMEDES
DE MAMIE
DU CAILLOU

Pour des guérisons rapides et efficaces du diabète n°2, cholestérol, triglycrides, otites simples et chroniques etc... J'en passe et des meilleurs dont les effets secondaires ne sont que du bonus !

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|----|
| - Table des matières | 1 |
| - Introduction | 3 |
| - Acidités de l'estomac - Accouchements difficiles - Affections pulmonaires | 7 |
| - Alcoolisme - Ampoules - Angines | 8 |
| - Apathes - Aphonie | 9 |
| - Artériosclérose | 10 |
| - Arthrose - Ascites cirrhotiques | 11 |
| - Atonies intestinales - Blessures | 12 |
| - « Bobos » des enfants - Boisson de santé | 13 |
| - Bouillon de santé - Boulimie | 14 |
| - Bronchite - Brûlures - Ciguatera (empoisonnement par les poissons) | 15 |
| - Cirrhose - Cellulite | 16 |
| - Coliques néphrétiques - Congestion du foie - Constipation | 17 |
| - Conseils aux sportifs - Conjonctivite | 18 |
| - Coups de soleil - Courbatures - Cystite - Démangeaisons | 19 |
| - Déodorant naturel - Diabète n° 2 | 20 |
| - Diarrhées - Douleurs dans la tête | 21 |
| - Dysménorrhée (ou règles douloureuses) - Ecorchures | 22 |
| - Engorgement du foie - Enrouements - Goutte | 23 |
| - Hémorroïdes - Hypercholestérolémie | 24 |
| - Hypertriglyceridémie - Hypertension artérielle | 25 |
| - Impétigo - Laryngite - Maigrir | 26 |
| - Maladies contagieuses - Mal de dent - Maladie indéterminée | 27 |
| - Mal de l'oreille interne - Mauvaises maladies | 28 |
| - Meurtrissures - Mycoses - Noyage - Otite | 29 |
| - « Pech'Mam » - Piqûres d'insectes | 30 |
| - Plaies gangreneuses - Poumons - Prostate | 31 |
| - Rhumatismes - Rhume de cerveau - Sciatique | 32 |
| - Sinusite - Stomatite - Syphilis - Ténia | 33 |
| - Tétanos - « Touch'Pas » | 34 |
| - Tumeurs de peau - Ulcères de l'estomac - Vers intestinaux | 35 |
| - Vitamine « C » - Vivre vieux, vivre sain - Yeux (accident) | 36 |

« Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction réservés pour tous pays »

INTRODUCTION

Je ne suis pas une écrivaine, ce n'est pas mon métier, mon effort étant de transmettre le plus clairement possible comment réaliser mes recettes pour la guérison de maladies et d'en tirer profit.

J'avais écrit à plusieurs laboratoires pharmaceutiques pour leur proposer mes découvertes concernant, entre autres, la guérison du diabète n° 2, du cholestérol et des triglycérides en sur-nombre ; de même que pour les otites simples et chroniques etc... remèdes qui ont la particularité de guérir rapidement et efficacement ces maladies avec, comme effets secondaires que du bonus et ce, pour la bonne raison que ce sont des produits naturels qui entrent en jeu. Cependant n'ayant jamais eu la moindre réponse, j'ai donc pris la décision, sur les conseils d'une personne compétente en matière de recherches scientifiques, de les mettre à la disposition du grand public qui pourra en retirer des avantages certains.

La préparation de ces remèdes pourrait être très intéressante pour des personnes susceptibles de les fabriquer et d'en faire bénéficier des malades qui n'auraient pas le temps ou les capacités nécessaires pour les réaliser eux même. Ce sont des recettes simples et faciles, il suffit pour cela, d'avoir les ingrédients nécessaires à disposition.

Voici, en détail, ce qu'il faudra se procurer et qu'on ne trouvera peut être pas facilement en Europe, quoiqu'avec Internet et de la constance tout est possible !

Aloès (aloe vera)

Certaines maisons spécialisées dans le commerce des plantes exotiques en importent du frais mais on ne peut pas très bien utiliser de l'aloès déshydraté qu'on trouve en morceaux ou en poudre dans les pharmacies.

Dans les années '60 on pouvait en trouver facilement et en quantités dans les herboristeries qui, malheureusement, ont disparues. C'était de l'aloès de SCOTRA qui était excellent en morceau.

Je suppose que l'on doit pouvoir en trouver du frais en Espagne ou dans le midi de la France.

Curcuma

On en trouvera du frais dans les épicerie asiatiques ou sur les marchés. En effet, j'ai vu à la télévision dans l'émission « *les p'tits plats de Babette* » sur la « Ô » que celle-ci en avait acheté du frais au marché dont elle est une habituée. Du bien rouge foncée, bien sûr, c'est celui que je conseille, il vaut mieux éviter de prendre le jaune clair dont la qualité est inférieure.

Le curcuma se conserve longtemps dans le bac à légume du réfrigérateur.

Gingembre

Il n'y aura aucun problème à s'en procurer dans n'importe quelle épicerie ou sur les marchés.

Feuilles de pêcher

Ce sont les feuilles de pêcher qui servent à préparer ma spécialité que j'ai baptisé « PECH'MAM », donc aucun problème pour s'en procurer sauf qu'il est recommandé de les prendre sur des pêchers qui n'auront pas été traités aux pesticides. On va parfois chercher bien loin ce qu'on a à sa porte !

Fagraea berteriana

(que l'on appelle communément « bois tabou »)

Ce sont les feuilles de cet arbre qui servent à ma préparation que j'ai baptisées « TOUCH'PAS ». On en trouvera pas en Europe car il n'existe que dans certains pays tropicaux mais comme c'est un remède que l'on peut taxer

de miraculeux pour certains maux comme les otites simples ou chroniques même purulentes qui, pour la simple guérison est quasiment immédiate, pour la chronique purulente il faut compter trois jours. Il en est de même que pour les acouphènes et les pertes d'équilibre dues à l'oreille interne : 1 à 2 jours. Donc si on tient absolument à s'en procurer du prêt à être utilisé, il faudra écrire à « Mamie du Caillou » BP 2740 98846 Nouméa Cedex qui pourra vous en expédier du tout prêt après vous avoir fourni tous les renseignements nécessaires à une telle commande (son prix, la contenance désirée, mode de paiement etc...)

Concernant l'alcool pour fruit à 40°

On remarquera qu'à chaque fois que je donne une recette où les ingrédients doivent macérer dans l'alcool (alcoolat), je précise toujours qu'il faut de l'alcool pour fruit à 40° que l'on trouve dans les épiceries des grandes surfaces. Pourquoi une telle insistance ? C'est pour que l'on évite absolument de prendre de l'alcool vendu dans les pharmacies, non parce qu'il est trop fort car en y ajoutant de l'eau on peut l'amener au degré adéquat, mais c'est parce qu'il est **frelaté**, donc dangereux pour la santé : c'est un poison !

Pourquoi agit-on ainsi dans le milieu pharmaceutique ? Qui a décrété qu'il en serait ainsi ? Je ne le sais pas mais c'est un fait bien réel, du moins en Nouvelle-Calédonie. Prudence donc !

On peut aussi utiliser du gin, c'est très bon mais onéreux. En tout cas l'alcool pour fruit à 40° est suffisant mais si on peut en trouver à 70° qui **ne soit pas frelaté** c'est meilleur.

Concernant l'aloès

Il est bon de savoir que lorsque l'on veut préparer un remède avec cette plante qu'elle n'est valable qu'à partir de l'âge de trois ans, ce qui est reconnaissable à sa première floraison qui survient, pour la première fois, à cet âge. Ensuite, lorsqu'elle a atteint l'âge de 6-7 ans maximum, elle n'est plus susceptible d'apporter les bienfaits espérés car elle est trop vieille.

L'aloès n'est donc salutaire pour la santé qu'à partir de l'âge de trois ans jusqu'à six ou sept ans.

Je souhaite que ce livre vous apporte des solutions à certains de vos problèmes de santé.

Je n'ai pas la prétention d'avoir écrit un livre scientifique, loin de là ! C'est un livre populaire écrit comme je parle et pensé comme je suis. Oui ! Mais, souvent, c'est avec de tels livres que des scientifiques ont pu mettre au point certains remèdes renommés dont ils se sont approprié les mérites.

Les hommes qui souffrent ont des droits sur nous. Ils ne comprennent pas que des questions de personnes, d'écoles ou de dogmes les privent de ce qui pourrait leur apporter guérison ou soulagement. »

Professeur R.LERICHE

ACIDITES DE L'ESTOMAC

L'argile verte qu'on trouve en pharmacie est très efficace pour guérir les acidités stomacales. On en met une cuillerée à café dans un verre d'eau, le soir, que l'on avale le matin à jeun une demi-heure minimum avant de prendre son petit-déjeuner.

Ne pas laisser la cuillère en métal tremper dans l'argile ; on trouve parfois des cuillères en nacre qui sont parfaites pour cela.

ACCOUCHEMENTS DIFFICILES

Quand on prévoit un accouchement difficile, que le bébé est mal placé, qu'il tarde à venir, il faut prendre des feuilles de laurier-sauce sèches mais récentes, les pulvériser, y ajouter un peu d'huile d'olive (pas trop pour éviter qu'elle ne s'écoule), mettre ce topique sur un morceau de papier fort ou un morceau de grosse toile épaisse et appliquer sur le nombril de la future mère. Aussitôt l'enfant se retournera dans le bon sens et l'accouchement deviendra facile.

C'est un vieux remède de guérisseuses d'antan qui est efficace.

AFFECTIONS PULMONAIRES

Pour soulager une affection bénigne des poumons il faut mettre à macérer des feuilles de chou rouge dûment écrasées entre les mains avec de l'ail rouge ou rose dans un récipient approprié et recouvrir le tout de vin blanc de façon à ce que le chou soit en immersion totale !

Garder le récipient (un bocal en verre de préférence) dans un endroit sombre sans omettre de l'agiter de temps à autre.

Au bout de 15 jours de macération, c'est prêt. Prendre trois cuillerées à soupe 3 fois par jour. Cette préparation convient également aux asthmatiques légers.

ALCOOLISME

L'alcool est devenu un véritable fléau surtout parmi les jeunes et il n'est pas aisé de le combattre.

A toutes fins utiles, je vous transmets une recette que m'a donné une personne qui était formelle quant à son efficacité pour combattre ce mal mais que je n'ai, malheureusement, jamais eu l'occasion de mettre en pratique, non par manque de « cobayes » (plutôt pléthorique) mais par faute de matière première qui est le chêne rouvre inconnu dans la région où je suis mais, par contre, il y en a beaucoup en France.

La voici : Mettre 5 feuilles de chêne rouvre dans une tasse d'eau à ébullition pendant un quart d'heure à très petit feu et boire le tout lorsque c'est tiède. A faire trois fois par jour et à réitérer chaque jour jusqu'à la guérison qui m'a-t-on dit, surviendrait rapidement. Je l'espère et je croise les doigts.

AMPOULES

Pour les ampoules qui viennent aux mains, aux talons quand on est de grands marcheurs comme les sportifs, on y applique du « Pech'Mam » sur ces cloques remplies de sérôsités et la douleur disparaît quasi instantanément puis les ampoules sèchent dans les minutes qui suivent... Miraculeux !

ANGINES

Mettre une bonne cuillerée à soupe de « Touch'Pas » avec la même quantité d'eau tiède pour un gargarisme qu'on garde en bouche environ une minute avant de recracher... ou d'avaler. A refaire trois fois dans la journée.

Pour ceux qui le peuvent, il est bon de prendre une cuillerée à thé de « Touch'Pas » pure après l'avoir préalablement fait tiédir et s'en gargariser : si on avale aucun problème, au contraire, le produit atteindra la gorge plus en profondeur.

C'est un produit sans aucune toxicité mais on ne le donnera pas pur aux enfants et même avec de l'eau, pas avant au moins 10 ans à cause de l'alcool.

APHTES

Les aphtes sont des ulcérations de la bouche qui sont douloureuses mais dont on en guérit rapidement et efficacement avec « Touch'Pas ».

On mélange une cuillerée à soupe de « Touch'Pas » à une d'eau tiède qu'on prend dans la bouche par petites portions en gardant quelques minutes chaque fois jusqu'à épuisement. On recommence ainsi deux ou trois fois dans la journée.

On peut aussi mettre du « Touch'Pas' » pur dans la bouche et on frotte les aphtes avec un doigt : c'est plus efficace et la guérison survient souvent le jour même mais il est bon de continuer encore un ou deux jours de plus.

Pour les enfants en mettre sur un coton-tige et le passer sur les aphtes et, bien sûr, à un âge où ils peuvent supporter ce remède.

Aucune toxicité, on peut avaler.

APHONIE

Je vous transmets la recette d'une diva pour combattre une extinction de voix :

- Battre un jaune d'œuf dans de l'alcool d'anis clair et avaler.

C'est efficace et on retrouve sa voix aussitôt, c'est ce qu'elle prétend mais pourquoi mentirait-elle ?

ARTERIOSCLEROSE

Rhumatismes, arthrites sont le fait de toxines qui entrent dans les articulations provoquant le vieillissement des artères. Pour leurs conserver de la souplesse et éviter une dégénérescence précoce, le citron est un allié renommé.

Voici une recette qui a fait ses preuves à plus d'un :

Prendre un citron bien jaune n'ayant pas été traité aux pesticides, le couper en rondelles en gardant la peau et les pépins, mettre un demi-litre d'eau sur le feu à ébullition puis y jeter le citron et éteindre aussitôt le feu. On laisse infuser jusqu'à refroidissement. Boire cette infusion dans la journée en commençant par une tasse le matin à jeun.

Si cette préparation renouvelée chaque jour pose problème, faire un alcoolat de la façon suivante :

- Prendre des citrons préparés comme ci-dessus, plus ou moins suivant la quantité qu'on désire avoir. On place dans un récipient approprié (un bocal en verre à fermeture hermétique convient très bien), on y verse par-dessus de l'alcool pour fruit à 40° de façon à ce que les citrons immergent bien dans le liquide. (*si on trouve de l'alcool à 70° non frelaté c'est meilleur*)
- Mettre quelques tranches de citron dans une tasse et un peu d'alcoolat du bocal, verser de l'eau tiède dessus et c'est prêt.
- Mâcher le citron et avaler avec le liquide.

A continuer ainsi le temps qu'on veut avec quelques arrêts successifs de quelques jours si nécessaire.

ARTHROSE

L'arthrose est une inflammation des articulations pénibles à supporter. Pour un soulagement certain des douleurs, essayer la préparation suivante :

- Le soir il faut râper une racine de curcuma qui ne soit pas trop grosse mais bien rouge.
- Mettre cette râpüre avec du jus d'orange dans un bocal à confiture de récupération de la contenance d'un verre environ.
- Mettre le couvercle et garder au réfrigérateur jusqu'au lendemain matin, filtrer en pressant un peu et avaler le tout.

A recommencer ainsi jusqu'à la disparition des douleurs qui sera rapide. Cette même préparation vaut aussi pour l'arthrite.

ASCITES CIRRHOTIQUES

Voici ce que préconisait le professeur en médecine M. Léon BINET pour obtenir la guérison de ce mal :

- Prendre 400 grammes de choux verts par jour ainsi répartis^v: 200 grammes crus à midi et 200 grammes cuits le soir.
- Au bout de 10 jours l'écoulement de l'urine se rétablit avec diminution de l'ascite et son assèchement progressif et cela continu malgré l'arrêt de la cure.

Tous les choux sont des trésors de la nature, qu'importe qu'ils soient de Bruxelles, rouges ou verts, fleurs etc... Ils abondent en provitamines du groupe « B » ; notamment « B2 » et « B9 » (acide folique) ; la « B1 » surtout dans les choux-fleurs. Vitamines « C1 », « C2 » ou « P » : le chou de Bruxelles contient 1 gramme de vitamines « C » par kilo ; les choux verts contiennent 60 mg de vitamines « E » par kilo, autant que dans les germes de céréales. Enfin, la vitamine « K » antihémorragique; et du soufre comme dans toutes les crucifères (plantes porte-croix). Potassium, calcium, magnésium (350mg. par kilo frais !) et le précieux oligo-élément qui est l'arsenic.

Par le soufre qu'ils contiennent (surtout le rouge), ils sont indiqués dans les affections pulmonaires. Les choux lacto-fermentés (choucroutes) sont précieux pour la prévention des cancers et même la guérison.

ATONIES INTESTINALES

Pour des constipations légères et passagères, quand on se sent un peu « resserré » voici comment pallier à cet inconvénient :

- Découper un morceau de tamarin dans un bloc que l'on trouve dans les épiceries des grandes surfaces ou dans les commerces asiatiques (ces derniers l'utilisant beaucoup en cuisine comme épice).
- Le mettre la veille dans un bocal d'une contenance d'un verre d'eau.
- Laisser macérer toute la nuit, le lendemain matin agiter le bocal puis filtrer avec un passe thé et avaler ce liquide. C'est délicieux, efficace et ne provoque pas de coliques. Bon aussi pour les enfants.

BLESSURES

Quand on s'est blessé en chutant de sa hauteur ou que l'on soit tombé de vélo etc... et que la plaie est pleine de terre, de gravier ou de scorie, il ne faut surtout pas la nettoyer avec de l'eau ni y appliquer un quelconque désinfectant ou antiseptique tels que de l'alcool ou d'autres produits chimiques qui détruisent également les microbes utiles ainsi que les cellules saines et leurs micro-organismes constitutifs, ce qui met une entrave à la reconstitution cellulaire.

Voici ce que l'on doit faire :

- Faire tremper du pain rassis dans un vin rouge, le réduire en bouillie qu'elle soit assez consistante pour éviter qu'elle ne coule.
- Y ajouter de l'huile d'olive et appliquer ce cataplasme sur la plaie en la faisant maintenir avec un bandage adéquat que l'on garde 24 heures environ.

Que voit-on lorsqu'on l'enlève le lendemain ? Une plaie bien propre, débarrassée de toutes les impuretés et déjà en phase de guérison, qui sera effective deux ou trois jours plus tard. Le blessé n'aura pas eu à subir de souffrances supplémentaires. En prévision d'activités sportives (vélo, courses, etc...) il serait peut être utile d'y penser et en mettre sous vide (les cataplasmes).

« BOBOS » DES ENFANTS

Un peu de « Pech'Mam » sur les bobos, on souffle un peu dessus à cause de l'alcool qui pique et c'est fini ! En quelques secondes la douleur disparaît comme par magie !

Ma petite fille de cœur, ma petite Angelita, s'y connaît ! Dès qu'elle se fait du mal elle se précipite vers moi en pleurant et me disant « vite mamie Pech'Man ! ». Dès l'application du produit elle sèche ses larmes : plus de douleur et une guérison rapide.

Egalement bon pour les « bobos » des adultes.

BOISSON DE SANTE

Voici la recette d'une boisson recommandée car très bonne pour la santé, agréable au goût et économique.

Dans un récipient approprié mettre :

- 1 litre d'eau
- 1 boîte de 140 grammes de concentré de tomates.
- Le jus de 2 ou 3 citrons.
- Une bonne cuillerée à café de sel ne contenant pas d'additifs tels que « alumite de silico » ou des anti-agglomérants. Le sel de Guérande est parfait.
- On touille le tout et c'est prêt.

En fait, il faut la mettre à son goût, c'est-à-dire avec plus ou moins d'eau, de sauce tomates ou de citron c'est comme on préfère, aucun problème.

La tomate contient des anti-cancéreux dont des laboratoires utilisent pour en faire des remèdes. La tomate fraîche en contient moins que les concentrées ou le ketchup qui contiennent beaucoup plus de tomatinines (le principe actif).

Donc ne pas hésiter à s'en préparer, à en donner aux enfants même en bas-âge et aux personnes âgées surtout en période de canicule, le sel empêchant les déshydrations.

BOUILLON DE SANTE

Voici comment procéder pour avoir un bon bouillon de santé, très bénéfique pour les malades (avis aux hôpitaux), les convalescents, les « couci-couça », les enfants et même les bébés (vers 3-6 mois à donner au biberon) mais aussi les biens portants qui veulent conserver une bonne santé.

- 1) Commencer à mettre à cuire des légumes dans de l'eau tels que choux (très important), carottes, navets, céleri, betterave (si on en a), quelques feuilles d'épinard pendant une demi-heure à petit feu.
- 2) Mettre 5 cuillerées à soupe de flocons d'avoine (bios si possible) dans une coupe.
- 3) Quand les légumes sont cuits, filtrer pour ne conserver que le bouillon (les légumes pourront être accommodé comme chacun le désire pour un autre repas) et en verser chaud un demi-litre sur les flocons d'avoine. Touiller et c'est prêt !

Pour les adultes et les biens-portants ainsi que les enfants, on peut conserver l'intégralité des flocons d'avoine et y mettre plus de bouillon.

Bonne santé !

BOULIMIE

Pour les personnes qui veulent maigrir mais qui sont boulimiques, ce n'est pas facile et même chimérique. Voici une recette susceptible de couper son trop grand appétit :

- Faire tremper du pain dans de l'huile et le manger.
- Prendre par-dessus du vin doux comme le Porto par exemple.

Avec cette recette qu'a expérimenté une personne de ma connaissance, sur mon conseil, son appétit a été de deux à trois fois moindre qu'à son habitude avec amaigrissement à l'appui bien sûr.

« Le tiers de ce que nous mangeons suffirait à nous faire vivre, les deux autres tiers servent à faire vivre les médecins. »

Dixit Docteur PAUL (tiré du journal « DEMAIN »)

BRONCHITE

Pour calmer une bronchite ou la grippe, il faut prendre :

- 3 feuilles de mandarinier.
- 3 fleurs d'hibiscus doubles de couleur rouge.
- 3 feuilles de niaouli.

Mettre dans 1 litre d'eau à ébullition jusqu'à réduction de moitié. Boire le tout dans la journée en trois ou quatre fois. On renouvelle chaque jour jusqu'à la guérison qui sera prompte.

BRÛLURES

Pour les brûlures même au deuxième degré, « Pech'Mam » est un remède souverain pour pallier à de tels accidents, c'est pourquoi il serait bon d'en préparer à l'avance et, ainsi, en avoir toujours sous la main le cas échéant. (*Voir à « Pech'Mam » pour la recette de cette spécialité*)

La guérison sera rapide sans cloques ni desquamation et surtout, la douleur disparaîtra quasi-instantanément dès son application. Cependant, si vous n'avez pas ce remède aussitôt sous la main après avoir subi une brûlure, que des cloques se soient déjà formées, le lendemain par exemple, il faut quand même l'utiliser et on verra la sérosité disparaître et la peau se dessécher sans aucune infection puis guérison le jour même ou presque.

CIGUATERA (empoisonnement par les poissons)

Contre la « gratte » de poisson (*ciguatera*), une poissonnière du marché m'a donné la recette que voici :

- 200 à 300 grammes de feuilles de poireaux.
- 2 clous à girofle.
- 1 oignon.

On mixe le tout dans un peu d'eau et on porte à ébullition pendant 15 minutes, on laisse infuser, on filtre et on avale le tout en une seule fois. Une personne en a fait l'expérience, elle a beaucoup transpiré pendant la nuit et le lendemain matin elle s'est sentie mieux. Comme elle devait partir dans l'intérieur pour son travail, elle ne m'a plus donné de nouvelles. Cette personne avait mangé du perroquet à bosse.

Pour ma part, ce que je préconise, c'est de boire du vinaigre de cidre dans lequel on met de l'ail, ça ne guérit pas mais on ressent un mieux être.

CIRRHOSE

La cirrhose est une maladie du foie dû à plusieurs facteurs, en particulier l'alcool. Voici une recette que l'on prépare le soir et que l'on boit le matin pour obtenir un soulagement à ce mal.

Donc le soir, on râpe un gros oignon que l'on met à infuser dans un quart de litre d'eau chaude, on y ajoute une cuillerée à thé rasé de curcuma en poudre obtenue artisanalement (évituez la poudre de curcuma obtenue industriellement). Le matin on filtre et on avale le tout. En cure de 21 jours avec arrêt de 10 jours et on réitère ainsi aussi longtemps que nécessaire. Si on peut trouver de l'aloès déshydraté en poudre ou en morceaux, il faut en prendre un morceau de la grosseur d'un petit pois fin et l'avaler. Pour ceux qui ne supporteraient pas l'amertume de l'aloès, mettre le morceau dans une gélule vide (en pharmacie) et avaler en même temps que l'infusion.

L'oignon étant un diurétique est bon pour les ascites. L'oignon contient du calcium, de l'iode, du soufre, du potassium, du fer et du phosphore.

CELLULITE

Ce sont surtout les femmes qui ont de la cellulite, ce qui les désespère ! Pour celles qui voudraient s'en débarrasser et maigrir un peu, voici une recette :

- Prendre 1 kilo de petits ananas verts coupés avec le tronc.
- 500 grammes de feuilles de papayer.
- Hâcher le tout, mixer puis mettre le tout dans un bocal de 3 ou 4 litres à fermeture hermétique et y ajouter 2 litres d'alcool à 40° pour fruits (200 cl). On entrepose ce bocal dans un endroit sombre et on l'agite chaque jour.
- Après 30 à 40 jours de macération, on filtre et on met cette alcoolature dans des bouteilles en verres teinté bien bouchées. On prend une cuillerée à soupe dans un peu d'eau tiède matin, midi et soir.

On continue ainsi pendant quelques temps (en refaire au fur et à mesure) jusqu'à satisfaction. Cela demande un peu de temps mais c'est efficace.

Note : Si l'on peut trouver de l'alcool à 70° c'est meilleur à condition que ce ne soit pas de l'alcool frelaté.

L'oignon est aussi très indiqué pour les personnes un peu replètes avec de la cellulite. On hâche 200 grammes d'oignons que l'on met à macérer dans du vin blanc (blanc de blanc = uniquement celui-là car les autres vins blancs ne conviennent pas). Après deux jours de macération on commence à consommer, soit un verre à bordeaux à jeun tous les matins. On en refait au fur et à mesure des besoins. Il n'y a aucun danger pour la santé et c'est à vous de voir où vous en êtes et si vous voulez continuer ainsi.

COLIQUES NEPHRETIQUES

Cette maladie est due à des pierres qui viennent dans la région des reins ou de la vessie provoquant des douleurs atroces.

Les « anciens » préconisaient pour cela de prendre une coquille d'œuf d'où venait de sortir un poussin, de la broyer finement, de mettre la poudre ainsi obtenue dans un verre de vin blanc le soir, et de l'avalier le lendemain matin, à jeun, au réveil. Ne rien manger toute la matinée puis des bouillons de légumes le reste de la journée.

Ainsi, les calculs se dissolvent et disparaissent.

CONGESTION DU FOIE

Voici une recette que m'a communiquée une personne d'honneur pour remédier à un tel inconvénient maladif.

Prendre le matin, à jeun, un œuf frais auquel on enlève le jaune que l'on remplace par la même quantité d'eau de rose que l'on mélange au blanc et qu'on avale. On recommence exactement la même chose pendant neuf matins de suite.

« Efficace » m'a-t-elle dit et je la crois.

CONSTIPATION

On doit toujours veiller à avoir au moins une évacuation journalière des intestins sinon on risque une occlusion intestinale.

Mettre un morceau d'aloë vera intégral (avec la peau) dans un peu d'eau à ébullition pendant 5 à 10 minutes. On laisse infuser jusqu'à refroidissement et on en boit un grand verre qui aura pour effet d'agir dans la journée tout en dégageant le foie.

CONSEILS AUX SPORTIFS

Il ne faut pas faire de sport lorsqu'il fait trop chaud ou trop froid. Plus de mille sportifs meurent chaque année en France, même de très jeunes gens. Un père a perdu son fils de 17 ans qui faisait du hand-ball alors qu'il faisait chaud et a décidé d'agir en conséquence pour « prévenir » ces décès dus aux sports.

Le sport intensif peut s'avérer néfaste pour la santé et à voir le nombre d'handicapés du sport on est effaré ! Un congrès a eu lieu en Espagne sur ce thème.

Vigilance donc ! Le sport OK mais attention aux excès.

CONJONCTIVITE

Voici une recette efficace et prouvée de « Mamie du caillou » pour guérir les conjonctivites pour adultes et enfants, sans aucune toxicité (on peut en boire sans inconvénients), ne provoquant pas de brûlures aux yeux comme certains collyres.

Pour la réalisation il faut :

- Une petite poignée de feuilles de tamarinier.
- Une petite poignée de feuilles de pêcher.
- Une dizaine de cœur de goyavier.
- On porte le tout à ébullition dans un demi-litre d'eau pendant 10 minutes environ puis on couvre et on laisse infuser jusqu'à refroidissement.
- On filtre et on le conserve dans une bouteille bien bouchée que l'on place au réfrigérateur : il se conserve ainsi plus de 15 jours.

A chaque fois que l'on veut s'en servir, on fait tiédir la dose prélevée au bain-marie. Pour traiter les yeux de jeunes enfants, la façon la plus pratique est de prendre une compresse de gaze ou de coton, de l'imbiber du produit puis de la faire couler dans les yeux qu'on lui demande d'ouvrir, l'enfant étant allongé sur le dos. Ensuite on maintient la compresse sur les yeux fermés cette fois pendant environ 5 minutes. Le lendemain (parfois le jour même) la conjonctivite est guérie.

Efficace aussi pour ceux qui ont les yeux qui brûlent, qui sont rouges et larmoyants, le mal disparaît illico.

Garanti par « Mamie du Caillou ».

COUPS DE SOLEIL

Lorsqu'on a eu l'imprudence de s'être exposé trop longtemps aux rayons du soleil, qu'on ressent une brûlure cuisante de la peau, il faut appliquer du « Pech'Mam » et aussitôt en quelques secondes, la chaleur disparaît et, de plus, la peau ne squame pas.

COURBATURES

Pour les courbatures que l'on ressent dans tout son corps surtout après des travaux pénibles, un remède pour cela : il faut prendre une racine de gingembre, la râper finement puis la presser. Mettre le jus obtenu dans un café noir et boire le tout. C'est radical pour soulager de tels maux.

CYSTITE

Pour la guérison d'une cystite il faut faire des tisanes de graines de maïs sèches mais récentes et seulement celles réservées à l'alimentation de l'homme.

ATTENTION : il ne faut surtout pas prendre de graines de maïs destinées aux semences car elles sont traitées avec des substances chimiques dangereuses pour les préserver des attaques de charançons ou autres bestioles. Celles-là sont donc néfastes pour la santé. Le mieux c'est de contacter des cultivateurs honnêtes ou d'en cultiver soi-même.

Recette : Il faut mettre 10 grammes de maïs dans un litre d'eau que l'on porte à ébullition lente pendant une demi-heure, on filtre et on boit le tout dans la journée. On réitère ainsi pendant quelques jours mais la guérison sera prompte.

DEMANGEAISONS

Pour calmer des démangeaisons dues à plusieurs facteurs perturbateurs, rien de plus efficace que « Pech'Mam » : dès l'application les démangeaisons cessent aussitôt. Il suffit de prendre un morceau de coton, de l'imbiber de « Pech'Mam », de le passer sur les endroits qui « gratouillent » et c'est OK !

DEODORANT NATUREL

Il faut se méfier des déodorants vendus dans le commerce, ils contiennent des parabènes et des phtalates qui ne sont pas bons pour la santé car ils pénètrent dans le sang et peuvent provoquer des maladies. Rien ne vaut ce qui est naturel.

Voici une recette efficace à 100% et d'un coût négligeable :

- Prendre une bouteille de vinaigre d'alcool blanc que l'on trouve dans toutes les épiceries, y introduire deux ou trois gousses de vanille préalablement fondues en deux dans le sens de la longueur (pour le parfum) ;
- On agite la bouteille de temps en temps et on peut s'en servir aussitôt.

On peut transpirer une journée entière sans être incommodé par une odeur désagréable. S'en frotter aussi les pieds.

(Si l'on préfère un autre parfum que la vanille, voir une huile essentielle bio au parfum désiré)

DIABÈTE N° 2

Le diabète n° 2 est non insulino-dépendant. Voici ma recette pour en guérir, elle est efficace, rapide et définitive. Pour la réaliser il faudra :

- 1 kg de noix de coco sec râpé.
- 500 grammes de curcuma frais râpé.
- 100 grammes de gingembre râpé.
- Une petite branchette de romarin effeuillée.

On mêle le tout ensemble dans un récipient approprié, on y ajoute 1 litre d'alcool pour fruit à 40° (100cl), on mixe le tout et on place cette mixture dans un bocal en verre de 3 litres à fermeture hermétique puis on y ajoute un autre litre d'alcool comme ci-dessus, soit 2 litres en tout (200cl). *Si l'on peut trouver de l'alcool à 70° qui ne soit pas frelaté c'est meilleur.*

On place ce bocal dans un endroit sombre et on l'agite tous les jours. Après 30 à 40 jours de macération, on filtre à travers une étamine en pressant fortement pour en extraire tout le jus puis on met ce liquide obtenu dans des bouteilles en verre teinté bien bouchées que l'on garde à l'abri de la lumière et que l'on agite de temps à autre.

La posologie est d'une cuillerée à soupe par jour dans un peu d'eau tiède et au moment de la journée qui convient à chacun à condition

d'essayer de garder toujours la même heure, de préférence dans la matinée et en laissant un espace d'une demie heure avant et après un repas.

Les personnes qui ont un diabète n° 1, donc insulino-dépendant, peuvent essayer ce remède mais à condition d'être surveillée par une personne compétente qui diminuera les doses d'insuline au fur et à mesure que la glycémie diminuera pour éviter l'hypoglycémie. Par contre ce sera plus long que pour le diabète n° 2 soit 3, 4 voir 5 mois. Cela dépend de la constitution de chacun.

DIARRHEES

Pour arrêter sur-le-champ la plus grave des diarrhées, rien de plus efficace qu'une purée de pommes de terre ! C'est meilleur que l'eau de riz ou de carottes et que certains remèdes pharmaceutiques préconisés pour un tel « problème » ; de plus il n'y a aucun effet secondaire.

J'en ai fait l'expérience en 1943 ; j'avais eu la dengue, importée non par les moustiques mais par l'armée américaine. J'ai été très malade, j'ai failli mourir. Je ne mangeais plus et les soupes que l'on me forçait à prendre allaient directement aux toilettes telles quelles. Un jour ma mère avait fait une purée de pommes de terre sans savoir que c'était le « remède miracle » qui allait me sauver la vie ! J'en ai mangée, elle est restée dans mon estomac : j'étais guérie.

Je n'ai jamais oublié cet épisode de ma vie et je préconise ce « remède » à toutes les personnes affligées de diarrhées, il n'a jamais failli à sa réputation. A donner aux enfants et même aux bébés pour une guérison instantanée.

DOULEURS DANS LA TÊTE

Si on ressent des douleurs dans le cerveau, ce qui arrive lorsque l'on a eu des chocs ou que l'on s'est souvent malencontreusement cogné la tête, et qu'elles deviennent récurrentes faisant penser à une tumeur, il faut prendre le remède à l'aloë vera (aloès) préconisé pour la « dysménorrhée ». Il est efficace pour cela mais il faudra que la cure dure au moins six mois, jusqu'à ce que l'on ne ressente plus aucune douleur.

DYSMENORRHEE (ou règles douloureuses)

Ce mal se guérit rapidement et efficacement avec de l'aloès frais que l'on prépare avec du lait de la façon suivante :

- Prendre un morceau d'aloès *intégral*, c'est-à-dire avec la peau.
- Le couper en morceaux que l'on met dans un petit flacon (par exemple comme ceux qui contiennent des jus de fruits individuels que l'on donne aux enfants).
- On y ajoute du lait (même en poudre reconstitué avec de l'eau) et on garde au réfrigérateur (pas de plastique).
- Le matin à jeun, on aspire une gorgée d'environ une cuillerée à dessert, et même à soupe si l'on n'est pas trop « relâché », directement au goulot du flacon par commodité. En effet, le produit étant très gélatineux il est quasiment impossible d'en verser dans une cuillère ou dans un verre : il s'écoulerait en bloc et se disperserait partout.
- On peut déjeuner ¼ d'heure plus tard.

On doit renouveler cette préparation tous les 4-5 jours à cause du lait qui caille (ne se conserve pas). Donc on jette ce qui reste du flacon et on en refait du nouveau. A continuer ainsi pendant 3 mois même si les douleurs ont disparues, ce qui arrive rapidement mais il faut continuer.

Cette même préparation guérit également les pertes blanches ou autres « problèmes féminins ». Efficace aussi pour de plus graves maladies de l'utérus ou d'un sein mais il faut, alors, que la cure dure plus longtemps (au moins 6 mois).

Si l'on n'a pas d'aloès frais à disposition, en prendre du déshydraté qui aura le même effet mais à condition qu'il soit de bonne finalité. Se méfier des gélules : ne pas hésiter à en ouvrir une pour voir si la poudre est noire et si elle sent l'aloès. Si je recommande cela c'est parce que je suis tombée sur de la poudre de perlimpinpin (peu de poudre d'aloès et beaucoup de poudre de silice).

ECORCHURES

Les écorchures, même superficielles font mal. On peut calmer instantanément la douleur en y appliquant du « Pech'Mam ». Aucune infection !

ENGORGEMENT DU FOIE

Quand on se sent « barbouillé » et qu'on a le teint jaune, c'est à cause d'un engorgement du foie dû à une nourriture trop riche et trop copieuse ainsi qu'à l'alcool, etc...

Pour recouvrer rapidement un état normal de santé, prendre un morceau d'aloès intégral (c'est-à-dire avec la peau) d'environ 3-5 cm que l'on porte à ébullition dans un demi litre d'eau pendant 10 à 15 minutes, puis on laisse infuser jusqu'à refroidissement. En boire un grand verre et on réitère ainsi pendant 2 ou 3 jours si nécessaire.

En général, les bienfaits de ce remède se remarquent presque aussitôt par le teint du visage qui reprend une belle couleur et à la légèreté du corps.

ENROUEMENTS

Mettre 6 feuilles de chou rouge à ébullition dans 1 litre d'eau pendant 20 minutes et laisser infuser jusqu'à tiédissement puis battre un jaune d'œuf avec un peu de cette décoction de chou dûment tiédie (non salée) et avaler cette mixture. C'est efficace pour s'éclaircir la voix surtout quand on est un chanteur ou un orateur.

GOUTTE

Pour calmer une crise de goutte, Charles, de LIFOU, m'a affirmé que la recette ci-dessous était efficace pour ce mal.

Il faut râper des pommes de terre, les presser dans une mousseline pour en recueillir le jus (il en faut un bon verre). On avale le tout en une seule fois. Réitérer pendant quelques jours si nécessaire.

Sans garantie de « Mamie du Caillou »

HEMORROÏDES

Les piments de Cayenne que l'on peut trouver en poudre dans les épiceries, conditionnés dans des flocons en verre, sont efficaces contre les hémorroïdes. Ils apportent un soulagement rapide et durable contre ce mal à la dose de 2 grammes par jour.

Autre spécialité contre les hémorroïdes : le cyprès

- Mettre 20 à 30 grammes de cônes de cyprès dûment concassés dans ¼ de litre d'eau.
- Porter à ébullition pendant 20 minutes.
- Partager cette dose en deux parties égales et boire chacune d'elle avant les deux principaux repas.

Continuer ainsi pendant quelques jours. La résorption des hémorroïdes se fera rapidement.

HYPERCHOLESTEROLEMIE

Voir à « diabète n° 2 », c'est la même préparation et la même posologie.

Guérison rapide en moins d'un mois en général et dont les « effets secondaires » ne sont que du bonus ! C'est bon pour le foie, la rate, le sang, c'est comme un élixir de bien-être.

Il y a les bons et les mauvais cholestérols :

- Les **LDL** sont mauvais s'ils dépassent un taux déterminé mais ils sont nécessaires : ils restent trois jours dans le sang mais ils peuvent s'oxyder et c'est ce qui complique tout. Ils vont se fixer sur des récepteurs indésirables appelés « éboueurs ». Ces éboueurs concentrent le cholestérol et le processus c'est l'athérosclérose, une thrombose apparait alors.
- Les **HDL** sont les bons cholestérols : ce sont les ramoneurs des artères. A l'inverse des LDL, au lieu de se concentrer sur les artères, ils finissent dans les toilettes.

Garanti par « Mamie du Caillou »

HYPERTRIGLYCERIDEMIE

L'hypertriglycémie est plus grave que le cholestérol trop élevé. C'est une graisse qui passe dans le sang et il y a des risques d'attraper une pancréatite aigüe, ce qui est très grave.

Pour guérir rapidement des triglycérides en surnombre, on emploie la même recette que pour le diabète n°2 ; c'est la même préparation et la même posologie. En moins d'un mois si elles ne sont pas trop élevées (moins de 5) ou deux mois si elles sont plus élevées et c'est OK.

Garanti par « Mamie du Caillou »

HYPERTENSION ARTERIELLE

Dans des temps pas si éloignés que cela, on soignait l'hypertension artérielle par des saignées. Maintenant il y a des remèdes pharmaceutiques qui ne sont pas toujours inoffensifs avec des effets secondaires néfastes pour la santé.

La recette que je donne n'a aucune toxicité, au contraire, elle est bénéfique pour le cœur. Voici les ingrédients nécessaires pour sa réalisation :

- 1 kilo de gingembre frais râpé.
- 100 grammes de curcuma frais si possible, sinon en poudre mais dans ce cas il n'en faut que 25 grammes (*et mis en poudre artisanalement*).
- 20 gousses d'ail rose ou rouge.
- 8 branchettes de romarin effeuillées.

Comment réaliser la recette :

- Mettre tous ces ingrédients ensemble dans un bocal de 3 litres à fermeture hermétique et y ajouter 1,5 litre (150cl) d'alcool pour fruit à 40° (*à 70° c'est meilleur si on en trouve qui ne soit pas frelaté*).
- Laisser macérer 30 jours à l'abri de la lumière sans omettre d'agiter le bocal 1 fois par jour.
- On filtre à travers une étamine que l'on presse fortement puis on met cette alcoolature dans des bouteilles en verre teinté, bien bouchées que l'on garde dans un placard à l'abri de la lumière.
- Secouer la bouteille avant chaque prélèvement.

Posologie recommandée :

Une à deux cuillerées à soupe (suivant la gravité) dans un peu d'eau tiède par jour, à n'importe quel moment de la journée en laissant un espace d'une demi-heure avant ou après un repas. Aucune crainte d'hypotension mais il est quand même conseillé de contrôler sa tension une fois par semaine.

IMPETIGO

L'impétigo est une maladie de la peau très pénible à supporter à cause des pustules qui en émanent envahissant tout le corps et provoquant d'horribles démangeaisons.

Pour en guérir rapidement et efficacement, rien de mieux que de préparer une pommade avec de la fleur de soufre (en pharmacie) que l'on mêle à du beurre sans sel en y ajoutant quelques gouttes de jus de citron (à peine). On étale cet onguent sur toutes les parties de la peau qui en sont infectées.

Les démangeaisons cessent presque instantanément et la guérison est au rendez-vous le lendemain (même remède pour la gale).

LARYNGITE

La laryngite est due à l'inflammation du larynx qui se soigne très bien avec « Touch'Pas » à raison d'une cuillerée à soupe mêlée à la même quantité d'eau tiède ou pur pour ceux qui le peuvent.

Faire des gargarismes en gardant deux ou trois minutes le produit dans la bouche pour qu'il pénètre bien au fond de la gorge puis avaler ou recracher. A réitérer deux ou trois jours de suite. La guérison sera rapide.

Absolument déconseillé aux enfants. Aucune toxicité.

MAIGRIR

Une dame un peu replette a perdu quatre kilos en un mois, sans régime, mais simplement en buvant chaque jour du jus de nopal.

Cela c'est passé au Mexique où cette personne était allée en vacances. Elle buvait du jus de nopal tous les jours, celui-ci étant servi au même titre que les jus de fruits dans ce pays. Le nopal c'est le figuier de Barbarié et ce sont les raquettes et non les fruits qui sont mises en jus.

Recette à toutes fins utiles.

MALADIES CONTAGIEUSES

Pour se préserver d'une contamination lors d'épidémies, mettre de l'aïl à macérer dans du vinaigre avec lequel on se frictionne les mains, les bras, le visage, toutes les parties découvertes du corps puis on en avale une petite cuillerée à café. On en met aussi quelques gouttes sur un mouchoir pour le porter devant son nez lorsque l'on s'approche d'un malade.

C'est ainsi que, dans l'ancien temps, les voleurs se préservaient de la peste en s'approchant des malades pour les délester de leurs biens sans conséquence pour leur santé.

Valable aussi pour les maladies contagieuses du 21^{ème} siècle.

MAL DE DENT

Pour arrêter net un mal de dent, mettre un peu de « Touch'Pas » pur dans la bouche et se frotter la gencive avec un doigt au dessus de la dent qui fait souffrir.

Efficace à 100% !

MALADIE INDETERMINEE

Lorsqu'on se sent « patraque » sans en définir exactement la cause, ou au sortir d'une maladie, je conseille d'essayer la préparation ci-dessous qui ne pourra qu'apporter un « mieux-être ».

Il faut :

- 1 verre de vin rouge.
- 8 feuilles de pêcher.
- Un morceau de gingembre.
- Un jaune d'œuf.
- Une grosse cuillerée à soupe de miel.

Mêler le tout ensemble et porter à ébullition lente jusqu'à l'évaporation du vin. Prendre en trois fois dans la journée : matin, midi et soir. Ne manger que des légumes et des fruits avec un peu de céréales complètes puis arrêter quinze jours et recommencer ainsi en alternant prises et arrêts de 15 jours en 15 jours jusqu'à ce qu'on se sente bien.

Il est bon de commencer la cure en prenant des laxatifs naturels (aloe vera par exemple).

MAL DE L'OREILLE INTERNE

Le mal de l'oreille interne provoque des pertes d'équilibre.

Il peut se guérir en deux jours (ce fût mon cas) à raison de 5 gouttes de « Touch'Pas » préalablement tiédi au bain-marie à instiller dans l'oreille. Lorsque l'on instille les gouttes dans l'oreille souffrante, il faut tirailler le pavillon de façon à ce que le produit pénètre en profondeur.

Une seule instillation par jour est suffisante et on réitère ainsi chaque jour jusqu'à guérison qui sera prompte. Souvent 2 jours et c'est OK. Le « Touch'Pas » est un remède miracle.

Egalement préconisé dans les cas d'acouphènes (bruit dans les oreilles)

MAUVAISES MALADIES

Voici une recette de conception shamanique pour la préparation de l'aloès qui s'avère être la plus efficace pour la guérison de maladies telles que les tumeurs malignes ou bénignes, l'ulcération des organes, la tuberculose pulmonaire, les ulcères de l'estomac etc...

Prendre 1,5 kg d'aloès intégral (peau et pulpe) âgé de trois à six ans (*voir aloès plus avant*) qui n'a pas été arrosé depuis 4-5 jours. Hacher très fin, y ajouter 2,5 kilos de bon miel et 3,5 litres de bon vin rouge à 14-15° ; mettre le tout dans un récipient adéquat afin de bien mélanger le tout d'une façon homogène puis mixer.

Il est important que les quantités de chaque matière soient exactes au gramme près. Mettre dans deux bocaux de 3 litres en verre à fermeture hermétique, les placer dans un endroit sombre et secouer de temps à autre.

Après cinq jours, transvaser cette mixture dans des bouteilles en verre teinté, bien fermées. C'est prêt ! Ce procédé a aussi comme avantage de se conserver plusieurs années.

La posologie est de 3 cuillerées à thé 3 fois par jour deux heures avant un repas pendant une semaine. Ensuite on prend trois cuillerées à dessert 3 fois par jour deux heures avant les repas pendant encore une semaine. Pour finir par 3 cuillerées à soupe 3 fois par jour et toujours éloigné de 2 heures avant un repas. Bien agiter la bouteille avant chaque prélèvement.

Guérison entre 3 mois et 6 mois et même plus suivant la gravité de la maladie.

MEURTRISSURES

Quand on s'écrase un doigt, une main, un pied, c'est très douloureux. Pour arrêter net la douleur, il faut appliquer aussitôt du « Pech'Mam » : guérison rapide et sans infection.

MYCOSES

Pour soulager et guérir rapidement d'une mycose, surtout celle qui vient entre les orteils et qui est douloureuse, « Pech'Mam » la fait disparaître rapidement.

Il faut appliquer ce produit de préférence pur si on peut le supporter et ainsi, en deux jours on est guéri ou presque. Plus de douleurs. « Pech'Mam » fait merveille dans ces cas là... et dans beaucoup d'autres !

Garanti par « Mamie du Caillou »

NOYADE

UN CONSEIL : Lorsqu'on a décidé d'aller faire un pique-nique au bord d'un point d'eau (mer, rivière etc...) il faudrait prendre la précaution d'emporter un thermos de café noir très fort et chaud et une poire à lavement au cas où une personne venait à se noyer. En effet, après l'avoir mise en position pour y effectuer les mouvements adéquats à ce genre d'accident, pour lui faire régurgiter l'eau qu'elle aura avalé, il faut lui faire de suite un lavement de café noir chaud. Ainsi, le café étant un puissant tonicardiaque sera susceptible de ranimer la personne en attendant les secours.

OTITES

Pour une simple otite : il faut instiller 3 ou 4 gouttes de « Touch'Pas » préalablement tiédi au bain-marie dans l'oreille où sévit le mal en tirillant sur le pavillon pour que le produit pénètre bien en profondeur de l'oreille. Rester couché sur le côté opposé à l'oreille souffrante, après 5-10 minutes on peut se lever.

En général la douleur aura disparu aussitôt sinon refaire une instillation une heure plus tard. Efficace à 100%.

Pour une otite chronique, même purulente : les indications sont les mêmes que ci-dessus mais il faut 3 instillations réparties dans la journée et continuer 3 jours de suite et la guérison sera au rendez-vous.

Il est toutefois recommandé de continuer les deux ou trois jours qui suivent la guérison à raison d'une seule instillation par jour mais ce ne sera pas nécessaire, c'est juste pour être rassuré.

Efficacité à 100% garantie par « Mamie du Caillou ».

« PECH'MAM »

Je prépare un alcoolat de feuilles de pêcher que j'ai baptisé « Pech'Mam » avec lequel on guérit rapidement et efficacement tous les maux d'origine traumatique ainsi que les brûlures même au deuxième degré. Mais ce qui est prodigieux avec cette spécialité c'est que les douleurs disparaissent aussitôt son application sur le mal.

Voici la recette pour la préparation de « Pech'Mam » :

- Cueillir des feuilles sur un arbre n'ayant pas été traité aux pesticides, les passer rapidement sous l'eau pour les nettoyer.
- Les faire sécher aussitôt en les mettant dans une étoffe ou un morceau de moustiquaire en forme de hamac que l'on pince sur une corde à linge à l'ombre dans un endroit aéré (de l'air mais pas de soleil).
- Tapoter de temps à autre le dessous de ce « hamac » improvisé pour en évacuer l'humidité pour qu'elles sèchent rapidement sans se dessécher.
- Cette opération terminée, écraser les feuilles puis les tasser dans un bocal en verre à fermeture hermétique et mettre de l'alcool à 40%. Il faut mettre la quantité nécessaire pour que le tout immerge bien dans le liquide. *Si l'on peut trouver de l'alcool à 70% qui ne soit pas frelaté c'est meilleur.*

Placer ensuite le bocal dans un endroit sombre à l'abri de la lumière et l'agiter de temps à autre. Après 40 jours de macération, filtrer à travers une étamine en ayant soin de presser fortement. Mettre le liquide obtenu (l'alcoolat) dans des bouteilles en verre teinté, bien bouchées.

A garder dans un placard sombre pour s'en servir le cas échéant.

PIQÛRES D'INSECTES

Rien de meilleur que l'urine (le pipi) pour apaiser sur le champ une douleur provoquée par une piqûre d'abeille, de guêpe ou autre bestioles telles que mille-pattes, méduses etc... Non seulement la douleur disparaît aussitôt mais il n'y a aucune enflure.

L'urine est un véritable remède qui est employé aussi bien par la médecine allopathique qu'homéopathique et même dans des produits cosmétiques ! Donc aucun préjugé à avoir surtout si c'est la nôtre.

PLAIES GANGRENEUSES

Dans une marmite à fond épais, mettre :

- 500 grammes de miel.
- 13 jaunes d'œufs.
- 1,5 litre (150 cl) de vin rouge.

Battre le tout ensemble jusqu'à complète homogénéisation puis mettre sur le feu à cuire lentement tout en touillant sans arrêt avec une palette en bois pour éviter qu'il ne s'attache au fond et ce, jusqu'à ce que tout le vin se soit évaporé. Cela demande plus de deux heures.

Mettre cet « onguent » dans un pot où il se conservera longtemps. Pour s'en servir de suite, attendre qu'il soit tiède, en mettre une bonne épaisseur sur un morceau de toile et l'appliquer sur le mal en faisant maintenir avec un bandage adéquat qui devra rester en place pendant au moins douze heures d'affilée.

Ce topique ouvrira la tumeur et aspirera toutes les sanies mais ce sera douloureux aussi est-il conseillé d'absorber de l'aspirine pour atténuer les souffrances. Répéter l'opération si nécessaire jusqu'à ce que la plaie ne suppure plus.

POUMONS

Pour des problèmes pulmonaires, prendre une poignée de bourgeons de tournesol, les mettre dans un litre d'eau à ébullition pendant 15 à 20 minutes et boire cette décoction dans la journée. Recommencer ainsi chaque jour aussi souvent que nécessaire.

Ce remède me vient d'un vieil homme d'honneur qui en avait fait l'expérience.

PROSTATE

La chicorée torréfiée est recommandée pour les problèmes de prostate, c'est un très bon régénérateur. En boire tous les jours mais si le mal est déjà là voir le remède indiqué pour la « dysménorrhée » à base d'aloès et de lait, il fera des merveilles mais il faudra suivre une cure d'au moins six mois même si la maladie a disparu entre temps.

N.B : On peut utiliser de l'aloès déshydraté en morceaux ou en poudre pourvu qu'il soit de bonne provenance.

RHUMATISMES

Quand on ressent des douleurs qui font penser à des rhumatismes, prendre une cuillerée à soupe de « Touch'Pas » dans un peu d'eau tiède une fois par jour pendant cinq jours d'affilé puis arrêter 15 jours. Si les douleurs persistent, recommencer comme ci-dessus et à la fin des cinq jours de prise et 15 jours d'arrêt, si le mal perdure, il faut arrêter le traitement « Touch'Pas » car ces douleurs ne sont peut-être pas dues à des rhumatismes. Essayer des massages aux huiles essentielles.

Si vous trouvez des racines de réglisse, faire des tisanes ou des alcoolats et prendre ce remède. Les racines de réglisse ont les mêmes propriétés que celles de la cortisone très indiquée pour combattre les rhumatismes mais qui nécessite de tuer 40 vaches pour n'utiliser que les glandes et la rate et c'est la dose journalière pour un seul malade ! Donc réglisse OK.

RHUME DE CERVEAU

Voici une recette efficace pour guérir un rhume de cerveau sur l'heure :

- Mettre un demi-litre d'eau sur le feu à ébullition en y maintenant un morceau d'oignon à l'aide d'une fourchette.
- Respirer la buée qui s'échappe en tenant la tête assez éloignée de façon à ne pas se faire brûler par la vapeur, le feu étant éteint.
- Quand l'eau est refroidie, la boire petit à petit en $\frac{3}{4}$ d'heure et le rhume est guéri.

Autre chose à essayer : mettre une lamelle d'oignons dans chaque narine, c'est aussi efficace ou on peut aussi s'en frotter le creux des mains et respirer.

SCIATIQUE

Voici un excellent topique pour arrêter net la plus cruelle des sciaticues.

- Mettre du pain rassis à tremper dans du vin rouge chaud.
- Ajouter des piments très forts (par exemple les piments de Cayenne) puis mettre cet emplâtre sur un morceau de toile et l'appliquer sur l'endroit douloureux du malade, celui-ci étant couché sur le ventre. Ça chauffe, ça brûle ! (le piment) mais il faudra que le patient soit stoïque pendant au moins une demi-heure car c'est un mal pour un grand bien.
- Après avoir enlevé le cataplasme, il faudra tapoter la peau avec une éponge trempée dans de l'eau tiède très salée, ce qui aura pour effet de dissiper la brûlure due aux piments.

La sciaticue ne sera plus qu'un mauvais souvenir.

Efficacité prouvée pour « Mamie du Caillou ».

SINUSITE

On mêle une cuillerée à soupe de « Touch'Pas » à la même quantité d'eau tiède que l'on met dans le creux de la main et que l'on aspire profondément par une narine à la fois. On réitère ainsi une à deux fois de suite. A continuer ainsi les jours suivants jusqu'à guérison.

On peut également se munir d'une petite poire à lavement spéciale pour ce genre de soins (en pharmacie) ce qui aura pour effet d'aller plus en profondeur pour atteindre les sinus.

Autre : prendre une feuille de chou de Milan, la chauffer à la flamme et l'appliquer sur le front : on dit que c'est efficace. J'espère.

STOMATITE

La stomatite est une inflammation de la muqueuse buccale qui se soigne très bien avec « Touch'Pas » de la même façon que pour les aphtes. (Voir à « aphtes »)

SYPHILIS

Pour la guérison de cette très mauvaise maladie, un homme d'honneur m'a communiqué la recette avec laquelle il s'est guéri de ce mal.

Il faut sacrifier un bananier, en recueillir la sève qui s'écoule et la boire. On peut aussi guérir d'autres maladies vénériennes avec la même méthode thérapeutique. C'est à voir.

TENIA

Le ténia, ou ver solitaire, est dangereux pour la santé aussi faut-il s'en débarrasser le plus vite possible lorsqu'il séjourne dans notre corps, ce qui n'est pas toujours facile. Pourtant le pourpier a une certaine notoriété pour avoir le pouvoir d'expulser ce ver hors du corps (« dégage ! ») mais il faut en manger une bonne quantité d'un coup pour qu'il soit efficace.

On peut le cuisiner comme des brèdes ou en salade, cuit ou cru, qu'importe comment pourvu que la dose soit conséquente.

Ce même pourpier est également indiqué pour les personnes qui urinent du sang.

TETANOS

Voici une recette prophylactique qu'utilisait ma grand-mère pour ne pas attraper le tétanos après une blessure avec un clou rouillé ou un os par exemple.

Elle prenait le tabac contenu dans une cigarette qu'elle mettait dans une cuillère à soupe, elle y ajoutait de l'huile et faisait chauffer au-dessus d'une flamme puis elle appliquait ce topique (le plus chaud possible) sur la blessure. Elle posait ensuite dessus un morceau de papier fort qu'elle faisait maintenir avec un bandage approprié.

Avec un tel procédé elle était sûre que le tétanos ne serait pas au rendez-vous. C'est mon grand père, issu de la paysannerie auvergnate qui connaissait ce « remède » très efficace.

TOUCH'PAS

Voici la recette d'un remède que je prépare pour la guérison de plusieurs maux à partir d'un arbre du nom latin de « *fagraea berteriana* » que l'on appelle communément « bois tabou » et que j'ai baptisé du nom de « Touch'Pas ».

Mode de préparation :

Il faut ramasser les feuilles jaunes tombées à terre sous l'arbre, prendre aussi celles qui sont bien jaunes restées encore sur le pied, les laver, les mettre à sécher à l'ombre dans un endroit aéré. Quand elles sont complètement sèches (en général le lendemain), les équeuter avec des ciseaux puis les piler et les mettre dans un bocal en verre à fermeture hermétique d'une contenance de 2, 3 ou 4 litres suivant la quantité de feuilles. Les tasser et ajouter de l'alcool pour fuit à 40° de façon à en recouvrir tout le contenu du bocal qu'il faudra ensuite entreposer dans un endroit à l'abri de la lumière en ayant soin de l'agiter tous les jours.

La macération doit durer deux bons mois avant de filtrer en pressant fortement ce qui donne un alcoolat qu'on met dans des bouteilles en verre teinté bien bouchées et que l'on gardera dans un endroit sombre.

Il est recommandé de se munir de petits flacons munis d'un compte-gouttes pour une utilisation facile surtout pour mettre des gouttes dans les oreilles (on trouve ces flacons en pharmacie, en verre teinté de préférence).

Il faut toujours faire tiédir le produit au bain-marie avant son utilisation. Attention ! Tiède mais pas chaud !

Les diverses maladies qui ont besoin de « Touch'Pas » pour être soignées, sont dans l'ordre alphabétique général.

Si on peut trouver de l'alcool à 70° non frelaté ce sera meilleur qu'à 40°.

TUMEURS DE PEAU

Une méthode extraordinaire pour soigner (et guérir) rapidement et efficacement des petite tumeurs qui viennent parfois sur la peau (par exemple des petits cancers) de même que les verrues.

Il faut prendre un escargot, lui prélever de la bave en frottant un doigt sous son pied en faisant attention à ne pas lui faire de mal et appliquer cette bave sur la petite tumeur ou la verrue puis on remet l'animal à la même place où on l'a trouvé, c'est important ! Surtout il ne faut pas le tuer ! Une seule application suffit et dans les 10-15 jours plus tard, tumeurs et verrues auront disparues.

Si l'on met la bave dans la journée il n'y a pas de problème à se doucher le soir même. Efficacité prouvée par « Mamie du Caillou » qui en a fait l'expérience sur une petite tumeur (peut-être un cancer) sous l'œil.

A d'autres personnes à qui j'ai communiqué ce « remède » pour des verrues ont aussi vu leur mal disparaître.

A essayer des cas plus importants qui sait ?

ULCÈRES DE L'ESTOMAC

Un allié de la famille, engagé volontaire de la guerre 1939-1945 parti en France avec son contingent pour aller défendre la Patrie, avait un ulcère de l'estomac qui le faisait souffrir.

Or, lors de ses pérégrinations avec les troupes combattantes, la Providence lui a permis de rencontrer un paysan un peu guérisseur qui lui a donné un remède consistant en une pomme de terre râpée, crue, avec de la salade qu'il lui a fait manger. Le lendemain, déjà, les douleurs s'étaient un peu estompées puis il a continué à en manger encore pendant quelques jours de suite : miracle ! Plus de douleurs ! Donc il était guéri puisque pendant des années il n'a jamais plus eu de malaises de ce côté-là.

VERS INTESTINAUX

Voici comment dans ma famille, en l'occurrence ma mère, faisait la « chasse » aux vers de ses enfants.

Elle prenait l'intégralité d'une papaye verte (peau-grains-pulpes) qu'elle mettait à ébullition dans 1 litre d'eau pendant 30 minutes et nous faisait prendre le tout dans la journée (une papaye par personne) : que le jus bien sûr. Elle recommençait ainsi chaque mois.

Cela enlève les vers du corps et le nettoie. Il est bon de faire cette préparation au déclin de la lune.

VITAMINE « C »

Voici comment fabriquer soi-même de la vitamine « C » :

- Prendre des feuilles (aiguilles) de sapin ou de pin fraîches (la quantité d'une cuillerée à soupe).
- Les mettre dans un demi-litre d'eau froide que l'on porte à ébullition, à petit feu, pendant 20 minutes.
- On boit cette tisane qui contient la quantité normale de vitamines « C » nécessaire pour une journée.

Cette tisane a préservé l'armée suédoise du scorbut pendant la campagne de Russie au cour de l'hiver. J'ai lu cela quelque part il y a longtemps et je vous en fais part car on n'a pas toujours les aliments (fruits en particulier) pour pallier à ce manque.

VIVRE VIEUX, VIVRE SAIN

Voici la recette d'un vieil homme qui a vécu jusqu'à un âge avancé sans problèmes inhérents à la vieillesse.

Il prenait chaque jour pour seul repas, matin et soir, parfois une seule fois, la composition suivante :

- Un^e poire.
- Une pomme.
- Une banane.
- Du fromage de soja.
- Du lait écrémé.

Il mixait le tout ensemble et ingurgitait chaque gorgée lentement en salivant bien quelques minutes avant d'avaler. Rien d'autre.

YEUX (accident)

Il arrive parfois, si l'on n'a pas pris la précaution de mettre un masque lors de travaux sur des matériaux ferreux, de recevoir des morceaux de métal dans les yeux. Ce fût le cas de mon frère qui a aussitôt eu le réflexe d'y approcher un aimant à l'endroit où le morceau de fer s'était fiché, l'attirant ainsi au dehors.

Simple mais il fallait y penser.



9782746650190

ISBN 978-2-7466-5019-0

3 500 Fcfp