PODCAST 233

Date d'envoi : mercredi 47 à 5 :00

Titre : Lait de jument

Pour écouter

LE PODCAST

« Lait de jument »

C'est ici

Dans la vie on devrait prendre les choses à cœur, mais pas tant que ça !

Docteur détends toi et souviens toi pourquoi tu as choisi ce beau métier.

Bienvenue dans le 233e audio du défi des 365 jours que je t'offre avec le soutien de NatureBio Dental, le mouvement qui unit les chirurgiens-dentistes, les médecins et praticiens de santé ainsi que des patients motivés pour remettre la santé bucco-dentaire au cœur de la santé.

Le but : Aimer la vie qui nous a été donnée.

Je voudrais te parler aujourd'hui du lait de jument.

C'est le lait qui, biologiquement, serait le plus proche du lait maternel. Il est pauvre en matières grasses et riche en acide gras essentiels, en éléments anti infectieux et en vitamines. Il est léger, il a bon gout et en plus, il équilibre la flore intestinale. Il est également riche en lactose et contient une part intéressante de vitamines C. Même s'il est consommé depuis des années par les populations mongoles, il est devenu à la mode en Europe depuis une dizaine d'année.

Au début, utilisé pour les cosmétiques, le lait de jument s'est avéré avoir des vertus pour la santé, notamment pour le psoriasis, mais surtout on en fait des compléments alimentaires qui apportent des bienfaits à la flore intestinale car il contient en plus du magnésium, du co-enzime Q10, de la vitamine E et du lysozyme.

De par sa composition, la Médecine Traditionnelle Chinoise lui a trouvé un effet stimulant sur l'énergie du méridien du rein. Notre énergie vitale est stockée dans nos reins, elle constitue les fondations de notre corps physique, celle sur lesquelles toutes les autres s'appuient. C'est elle qui nous construit, assure notre croissance, notre vitalité, notre sexualité. Elle gouverne notre métabolisme et assure l'auto réparation de notre corps. Bien sur cette énergie est alimentée par un mode de vie sain, une bonne respiration, du repos, une alimentation saine et régénératrice. Mais en fonction de nos conditions de vie et des saisons, cette énergie s'épuise encore plus rapidement. On sait qu'une perturbation de l'énergie du méridien du rein, entraine une sensibilité accrue aux infections, mais c'est également le méridien du rein qui gère toute la minéralisation du corps et qui permet aux minéraux de rester où ils doivent être.

Frais ou en gélule, le lait de jument fortifie l'organisme et régénère plus rapidement l'énergie vitale du rein. Il pourrait ainsi être un complément alimentaire intéressant chez les personnes qui ont tendance aux polycaries. On trouve des laits de jument en bio et même en biodynamie le « Jumvital » de la marque Jumlac.

En observant les peuples d'Eurasie, en particulier les Mongols, on s'est rendu compte que ces peuples possédaient l'art ancestral de conserver le plus longtemps possible le lait de jument. Ils fabriquent un breuvage de lait de jument fermenté, l'airag. Celui-ci est légèrement alcoolisé et il servait de boisson de bienvenue pour les différents invités, mais il donnait également la force, le courage et la résistance lors des grandes conquêtes Mongols. Ce breuvage désaltérant était surtout apprécié en raison de ses propriétés nutritionnelles et toniques, mais très vite, l'airag devint une boisson sacrée, préconisée à des fins médicinales, pour la tuberculose, l'anémie et les maladies chroniques.

L'airag est plus connu dans le monde entier sous le nom de koumiss ou kumys et il est toujours consommé dans les sanatoriums russes pour aider dans la lutte contre la tuberculose. Mais il s'est aussi avéré efficace dans les pathologies gastro intestinales, les cirrhoses et les rhumatismes. Le véritable koumiss est préparé à partir du seul lait de jument mais sa conservation est instable dans le temps. Alors afin de conserver ses qualités et sa stabilité le laboratoire Jumlac a créé le « Pur Koumiss », lyophilisat stabilisé de koumiss. Le « Pur Koumiss », est conçu avec du lait de jument naturel fermenté par une symbiose de bactéries levures. Il conserve les vertus et les qualités du koumiss traditionnel, bio stimulant des activités physiologiques, c'est-à-dire : respiration, digestion et élimination, régénérateur d'énergie des personnes dévitalisées ou convalescentes.

En effet le koumiss possède un effet symbiotique sur les fonctions digestives alliant le concept probiotique des ferments lactiques régulateurs à celui prébiotiques des dérivés du lactose dépurateur. Le koumiss a pu montrer son potentiel probiotique depuis des décennies, il modifie l'écosystème des intestins car il contient une culture symbiotique de bactéries lactiques et de levures. De ce fait, il contribue à empêcher le développement de bactéries pathogènes et putréfiantes, provoquant des troubles du transit et des flatulences du colon.

Les dérivés du lactose contenus naturellement dans le koumiss agissent comme probiotiques et régulent le métabolisme du colon, luttent contre la constipation et limitent les infections intestinales. Le « Pur Koumiss », ne se substitue pas au lait de jument naturel « Jumvital », il est son complément idéal et il apporte une réponse nutritionnelle au déséquilibre des fonctions physiologiques causées par un environnement stressant, une alimentation inadaptée et polluée, ainsi que par des traitements thérapeutiques agressifs ou chroniques.

http://www.laitdejumentjumvital.com/

Je te souhaite une belle journée et je te dis à demain, naturellement !