

# UN SEL DE BAIN ALCALIN... AUX PIERRES PRÉCIEUSES

Déjà aux temps de l'Égypte ancienne, de la Grèce antique et des Romains, les soins corporels étaient alcalins. On utilisait la soude, le lait ou du savon alcalin. Et il n'y a pas si longtemps, les soins des personnes âgées étaient effectués avec du savon noir liquide dont le pH était de 9 \*. Prendre des bains alcalins pendant des heures faisait aussi partie de la tradition des anciennes cultures japonaises et mexicaines. Cette tradition a été totalement oubliée chez nous alors qu'elle est une méthode de prévention des maladies et de soin du corps extrêmement efficace - et pas chère.

On peut toutefois renouer aujourd'hui avec cette ancienne pratique grâce à des sels de bains venus d'Allemagne et commercialisés sous le nom de AlcaBain.

Le sel de bain AlcaBain a en effet repris les données de cette tradition des soins en respectant des valeurs de pH entre 8 et 8,5 selon la dureté de l'eau utilisée. Il inclut en outre huit sortes de pierres précieuses finement moulues qui sont : l'agate, le carnéol (cornaline), la citrine, la chrysoprase, la calcédoine, le saphir, le quartz et l'onix

## Les effets physiques majeurs de l'AlcaBain

Le pH alcalin modifie la tension superficielle de l'eau et équilibre les pressions osmotiques du derme, ce qui explique l'évacuation de la rétention hydrique du corps. Aucun sel n'est retiré de la peau, seuls les toxines et les acides sont évacués. La peau est nettoyée en douceur et enrichie en lipides. Il se produit en plus un doux gommage qui laisse l'épiderme particulièrement souple et prévient même la formation des rides. En particulier l'AlcaBain active la régulation du sébum de la peau qui se nettoie d'elle-même de façon naturelle.

## Propriétés des pierres selon la tradition

- L'agate est connue pour donner la joie et la sérénité, elle permet d'effacer les « bleus de l'âme ». Elle est censée protéger des énergies négatives.
- La citrine donne la clarté mentale – c'est un puissant régénérateur d'énergie, qui dissipe aussi les énergies négatives.
- La cornaline lève tous les blocages affectifs et active la circulation du sang.
- La Chrysoprase donne confiance en soi, rassure et stimule les globules blancs.
- La calcédoine rouge, donne force et courage, rose elle porte à la gentillesse et à la compassion.
- Le saphir agit contre la lassitude et le pessimisme, c'est un veinotonique avéré.
- Le quartz clair amplifie toutes les guérisons, il stimule la calcification osseuse.
- L'onix Active les défenses immunitaires, il relance l'énergie des méridiens et apporte l'harmonie intérieure. C'est aussi un détoxifiant cellulaire

Dans l'AlcaBain, ces pierres précieuses sont dispersées dans un mélange de poudre de :

Bicarbonate de sodium + Carbonate de sodium + Sel de mer

## En pratique

### Si vous avez une baignoire

Les bains se règlent entre 36 et 40°. Saupoudrer 3 cuillères à soupe de sel Alcabain et mélanger. Si vous avez un rouleau de papier pH (qui se vend en pharmacie) vérifiez si vous avez bien le pH de 8 mini. Temps minimum du bain 30 minutes.

### **Si vous n'avez pas de baignoire**

Vous pouvez faire des bains de pieds bain de pieds chauds avec 1 cuillère à café de sel Alcabain. Temps minimum du bain 30 minutes aussi.

Bien que moins efficace sur le plan général que le bain intégral, le bain de pieds soulage bien la circulation des jambes.

## **Deux témoignages intéressants**

Je m'empresse de reproduire ici le témoignage que j'ai reçu d'une utilisatrice de cet AlcaBain, vous verrez, c'est intéressant :

*"Je suis hôtesse navigante et je souffre depuis des années de problèmes circulatoires : jambes lourdes et gonflées, sans oublier qu'avec ce métier nous passons notre temps à gonfler (fameuse loi de Mariotte : la pression diminue en fonction de l'altitude...) et dégonfler après la descente.*

*Jusqu'ici il me fallait beaucoup de temps pour un retour à la normale avec crème défatigante, jambes surélevées, médicaments pour la circulation, bas de contention etc...C'est lors d'une escale que j'ai découvert le 1er bain alcalin d'une heure - résultat spectaculaire, avec jambes et ventre immédiatement dégonflés, très reposée, et suivi d'un meilleur sommeil, sans oublier en prime une peau super douce...*

*Depuis je suis devenue accro à ce sel magique que j'emmène sur tous mes vols. J'essaie de prendre un bain alcalin tous les 2 jours soit à domicile après mes vols soit en escale).J'en profite pour l'associer au masque alcalin et lire un bon bouquin".*

Lisez aussi celui-ci : *"Personnellement, je ne suis pas un accro de l'Alcabain parce que je n'ai pas de problème dramatique. Mais il est intéressant de signaler que lorsque j'ai essayé ce bain, j'ai pu constater qu'en plus de la détente qu'il procure et la peau douce à la sortie, j'ai eu droit à un petit cadeau à propos d'une verrue que je « cultivais » dans le dos depuis quelques années. Après 3 bains, elle disparut subitement".*

### **A savoir :**

- Faites attention qu'il ne s'agisse pas d'une copie plus ou moins inefficace. L'Alcabain est d'origine allemande où il est diffusé depuis de nombreuses années.
- Le prix du produit reste raisonnable et surtout on peut en commander de grosses quantités (le conditionnement peut aller jusqu'à trois kilos).
- Vous trouvez ce produit de la marque Jentschura (du nom d'un médecin allemand devenu une sommité mondiale dans le domaine de l'équilibre acido-basique) [en cliquant ici](#)

*\* Rappel : pH signifie potentiel hydrogène. Tout ce qui est au dessous de pH 7 est acide – tout ce qui est au dessus de pH 7 est basique ou alcalin – pH 7 est neutre – Plus on s'éloigne de 7 et plus l'acidité ou l'alcalinité est importante*

