

SANTÉ

SANS LE FAIRE

EXPRÈS Tome I

JEAN-PAUL HARDY

Praticien et formateur en naturopathie



Préfacé par le Docteur Brigitte MORIN

PRÉFACE

Lors de la réédition du livre tome I « Santé sans le faire exprès », Jean-Paul me demande de le préfacer.

Vingt-cinq ans après sa première parution, j'ai découvert un ouvrage très riche et varié, j'ai été surprise : comment un gars qui trace des sillons dans les champs et récolte des fruits et légumes, peut-il écrire tant de sujets captivants. Il n'est pas allé comme moi sur les bancs de l'université de médecine et pourtant il écrit des vérités. Son ouverture d'esprit me surprend, son savoir me stupéfie.

Je découvre un homme plein de bon sens, là est sa richesse ; il s'exprime selon son observation, il traduit ce qu'il a compris avec des mots de la vie de tous les jours.

Lui-même a été victime de comportement alimentaire inadapté ; c'est en réagissant énergiquement qu'il a retrouvé le chemin de la santé, il le partage ici. Son expérience, ses recherches et ses conclusions sont très perspicaces, c'est un beau témoignage.

Depuis je prends plaisir à écrire avec lui mes connaissances, mes réflexions et mes expériences dans un second tome, ensemble nous nous stimulons ; Jean-Paul est une personne qui nous remet en question et nous invite à aller de l'avant, on ne reste pas indifférent.

Je suis sûr que vous serez séduit comme je le fus en lisant ce recueil.

Docteur Brigitte MORIN

Naturothérapeute (CENA)



SANTÉ SANS LE FAIRE EXPRÈS TOME I

L'ouvrage de Jean-Paul Hardy témoigne du plaisir d'apprendre et de transmettre, pour le bonheur de tous, les bienfaits de la nature en toute simplicité et il le fait exprès !

Les affirmations trouvées dans le livre nous invitent à les expérimenter et par la même de les vérifier sur notre propre corps. Elles nous apporteront sans aucun doute, une meilleure santé simplement par des moyens naturels.

Ce recueil est facile à lire, il est d'une aide précieuse pour cheminer vers la joie de vivre.

Alors on embarque.

Docteur Michel THENAISSY
à Blois