

LBRIS

We know
books

Louis KUHNE

Arta de a vindeca orice boală fără doctorii și operații

Ediția a II-a

Manual de tehnici de vindecare naturistă
după ediția a XII-a din limba germană, 1896

EDITURA VICOVIA



EDITURA BABEL

2013

CUPRINS

PREFAȚĂ la a douăsprezecea ediție germană	3
PARTEA ÎNTÂI	
Cum am ajuns la descoperirea noii științe de vindecare	6
Cum se naște boala? Ce sunt frigurile?	16
Natura, originea, scopul și vindecarea bolilor la copii și unitatea lor. Pojar, scarlatină, anghina difterică, vărsat, tuse convulsivă, scrofuloză	31
Reumatismul și guta, căderea mușchilor, suciri, sluțiri, răceala mâinilor și a picioarelor, fierbințeli la cap, nașterea și vindecarea lor	59
MIJLOACELE MELE DE VINDECARE	81
Băi de aburi, băi de soare, băi de trunchi cu fricțiuni, băi de șezut cu fricțiuni	81
CE TREBUIE SĂ MÂNCĂM? CE TREBUIE SĂ BEM?	95
PARTEA A DOUA	
Bolile de nervi și bolile psihice – originea, natura și vindecarea lor. Insomnia	124
Bolile de plămâni. Pneumonia. Tuberculoza. Astm. Pleurezia. Lupus	135
Bolile organelor genitale	155
Bolile de vezică și de rinichi. Diabetul (zaharisirea sângelui). Uremia. Neținerea urinei. Bolile de ficat. Piatra. Icterul. Bolile de intestine. Transpirația picioarelor. Peciinginea	166
Bolile de inimă și hidropizia	174

Bolile măduvei spinării. Scurgerea măduvei spinării. Bolile hemoroidale	184
Crampe epileptice. Agorafobia (frica de loc deschis)	189
Lipsa de sânge și Cloroza (fața palidă)	193
Bolile de ochi și de urechi	199
Dureri de dinți și măsele. Guturaiul.	
Gripa. Dureri în gât. Gușa	206
Dureri de cap. Migrene. Tuberculoza creierului.	
Inflamația creierului	211
Tifos. Dizenterie. Holera. Diaree	215
Frigurile de climă și frigurile tropicale. Malaria.	
Frigurile de venin. Frigurile galbene și frigurile schimbătoare	220
Râia orientală. Epidemia leprei. Leproza	226
Râia. Limbricii. Panglica. Paraziții. Hernia	234
Cancerul. Carne vie	237
PARTEA A TREIA	
Tratarea și vindecarea rănilor, fără doctorii și fără operații	247
Bolile femeiești	270
Cum se obțin nașteri ușoare și fericite?	281
Tratamentul copilului în cele dintâi luni.	
Creșterea copiilor	291
PARTEA A PATRA	
Rapoarte de vindecare și scrisori originale de mulțumire	295

PARTEA ÎNTÂI

Cum am ajuns la descoperirea noii științe de vindecare

Conferință de Louis Kuhne

Doamnelor și Domnilor,

E ceva caracteristic naturii omenești că acela care crede că a descoperit ceva nou și original simte o trebuință neînfrănată de a-și afirma descoperirile sale și de a le împărtăși semenilor săi.

Poate să fie oarecare ambiție și vanitate în această dorință, care cu toate astea, în fond, e cu desăvârșire îndreptățită și curat omenească. Trebuie să vestești adevărul, chiar când lumea fuge de strălucirea lui, chiar când găsești frământarea lumii plină de dezgust și de vanitate. Acestei legi a naturii mă supun eu astăzi, încercând să vă fac cunoscut rezultatele la care am ajuns după o muncă anevoioasă de douăzeci și cinci de ani. Ar fi mai prudent, firește, de a nu încredința descoperirile mele decât hârtiei mute și de a lăsa să mă judece posteritatea. Dar în cauza pentru care mi-am consacrat viața mea nu e vorba de o cunoștință curat teoretică ci de o cunoștință din care izvorăsc fapte realizabile în practică.

Așadar, dacă vreau să păstrez metoda mea pentru contemporanii mei și pentru posteritate și dacă nu vreau să mor cu reputația de „șarlatan”, sunt nevoit să dezvolt, să dovedesc, să fac cunoscut prin lecții și prin demonstrații aplicate la modele viețuitoare, adevărurile pe care le-am descoperit.

E adevărat că nu pot să înfățișez bolnavi, în această mare adunare, și va trebui să mă mulțumesc de a vă explica, cum voi putea mai bine, ideile mele, numai prin viu grai. Dați-mi voie dar, să vă explic în puține cuvinte, cum am ajuns la construirea sistemului meu.

Am fost întotdeauna un mare prieten al naturii, așa că cea mai mare bucurie pentru mine era să observ la țară și în păduri fenomenele de care atârnă izbânda și buna dezvoltare a plantelor și animalelor, de a

urmări acțiunea naturii pe pământ și în cer, de a recunoaște și a stabili legile ei. Afară de asta, am avut întotdeauna dorința de a învăța aceea ce descoperiseră marii învățați, ca profesorul *Rossmassler*, și asta cu multă vreme înainte de a avea măcar gândul să mă consacru special științei de vindecare. Acea ce m-a îndemnat la aceasta e numai nevoia, această suverană puternică, această stăpână și educatoare a popoarelor și a inșilor.

Când eram în vârstă de douăzeci de ani, corpul meu nu mai voia să funcționeze regulat, plămânii și capul începeau să-mi pricinuiască violente dureri. Am alergat întâi la medicină, dar fără succes. E adevărat că aveam puțină încredere în ea. Mama mea, care fusese infirmă și bolnavă ani îndelungați, ne sfătuisese întotdeauna să n-avem încredere în doctori și ne repeta mereu că numai doctorii erau cauza stării sale nenorocite. Tatăl meu murise de un cancer la stomac, în mâinile doctorilor. Pe vremea aceea¹, am văzut anunțul unei adunări ai prietenilor artei de vindecare prin natura însăși. Atenția mea fu foarte mult ațâțată și când văzui anunțul pentru a doua oară mă dusei și eu la această adunare. Era un cerc de oameni binevoitori, care se adunaseră împrejurul regretatului nostru *Meltzer*. Întrebai, foarte modest, pe una din persoanele care erau de față, ce trebuie să fac contra durerilor și junghiurilor, ce le simțeam atunci în plămâni. Am întrebat foarte modest, căci excitarea mea nervoasă era atât de puternică, încât nu puteam vorbi tare înaintea mai multor persoane. Mi s-a recomandat o compresă, care produse numaidecât un efect minunat. De atunci m-am dus regulat la aceste adunări. Câțiva ani mai târziu, în 1868, fratele meu căzu greu bolnav, fără ca metoda naturală, așa cum era atunci, să-l poată ușura. Atunci auzirăm noi vorbindu-se de cura plină de succes a lui *Theodor Hahn auf der Waid*. Fratele meu se hotărî să meargă acolo și după câteva săptămâni se întoarse cu mult mai bine. Am recunoscut eu însumi minunăția acestei metode naturale și de atunci m-am dedicat ei cu cea mai plină și mai desăvârșită încredere.

Cu toate astea boala mea nu se oprise, germenii bolii, transmiși de părinții mei, se dezvoltaseră cu atât mai mult cu cât tratamentul medical adăugase noi cauze de boală pe lângă suferințele vechi. Starea mea se înrăutățea din ce în ce și, în scurtă vreme ea ajuns insuportabilă. Cancerul pe care-l moștenisem atacase stomacul, plămânii erau

nimiciți în parte, nervii capului erau atât de mult atinși, că nu mai găseam odihnă decât în plin aer și îmi era cu neputință să gândesc la un somn liniștit sau la muncă. Astăzi pot s-o spun: dacă atunci păream bine hrănit și arătam bine la față, totuși eram un bolnav nenorocit. Cu toate astea făceam cu cea mai mare exactitate tot ce prescria metoda naturală. Băi (de apă și de soare), oblojeli, spălaturi, dușuri, dietă, pe toate le aplicam, fără să găsesc altceva decât ușurarea și îndulcirea durerilor mele. Atunci descoperii, prin observațiile mele în mijlocul naturii, legile pe care se întemeiază tratamentul pe care-l practic și-l predic. Am stabilit, bazându-mă pe aceste legi, un plan de tratament pentru mine însumi și am construit în urmă uneltele cele mai practice, pentru acest sfârșit². Încercarea mea fu încununată de succes. Starea mea se îmbunătăți din zi în zi. Alte persoane, care urmau sfaturile mele și se supuseră aceleiași tratament, fură mulțumite. Aparatele s-au dovedit minunate. Diagnozele bolilor existente, pronosticurile bolilor viitoare, pe care bolnavul nu le simțea încă, dar care se puteau vedea în dispozițiile lui, se găseau întotdeauna drepte. Puteam să fiu sigur că descoperirile mele nu erau niște iluzii. Cu toate astea, când vorbeam de ele, întâmpinam o mirare neîncredzătoare, un refuz plin de nepăsare, o luare în râs, batjocoritoare și astea, nu numai din partea medicilor sau partizanilor medicinei, dar chiar, și mai cu deosebire, din partea adepților metodei naturale și chiar din partea celor mai buni reprezentanți ai ei. Pentru a putea face descoperirile mele folositoare omenirii, puseam aparatele mele la dispoziția lor. Dar fără să se învrednicească de a face o încercare serioasă, ei le-au declarat nefolositoare și le-au părăsit într-un colț, ca să le umple praful și pânza de păianjeni.

Atunci fusei încredințat că nu e destul de a fi găsit teoria originii, a mersului bolii și a vindecării ei și de a fi făcut aparate convenabile pentru tratarea bolnavilor; că nu e destul de a fi descoperit o nouă diagnoză și un nou prognostic, infailibile, fondate pe însăși natura organismului; că nu era destul de a arăta la mine, la membrii familiei mele, la prietenii și la cunoștințele mele succesele noului tratament; și atunci văzui că e neapărată nevoie de a mă adresa marelui public și de a întrece, prin succese pipăite în nenumărate cazuri, *alopatia*, *homeopatia* și *metoda naturală* întrebuițată până atunci, pentru a încredința pe mici și mari de adevărul neîndoielnic al metodei mele și de conformitatea ei cu legile naturii.

Această credință m-a aruncat într-o grea luptă. Într-adevăr, pentru a mă consacra practicii noii științe de vindecare fără doctorii și fără operații, trebuia să cedez altora o fabrică, dirijată de 24 ani cu succes și să cheltuiesc toate puterile mele pentru o nouă profesie, care nu putea să-mi aducă la început decât dispreț, injurii și pagube sigure, fără a-mi procura cel mai mic folos material. Lupta rămase multă vreme nehotărâtă între judecata care mă reținea și conștiința care mă îndemna să-mi împlinesc vocația mea lăuntrică.

Am deschis, în sfârșit, stabilimentul meu la 10 octombrie 1883. Ideea biruise! Dar ceea ce prevăzusem se întâmplă într-o așa măsură că întrecu toate prevederile mele cele mai pesimiste. Stabilimentul meu nu fu aproape de loc vizitat în cei dintâi ani, cu tot succesul care ar fi trebuit să atragă atenția. Apoi veni ră, puțin câte puțin, câteva persoane numai pentru băi și în urmă bolnavi din ce în ce mai numeroși, care voiau să urmeze un tratament. Numărul lor spori cu vremea, mai ales din afară, pentru că aproape toți aceia pe care-i tratasem, ajungeau propovăduitori și agenți voluntari. Metoda mea curativă și diagnoza mea dăduseră dovezi la mai mulți bolnavi și am putut să feresc pe foarte multe persoane de primejdii foarte grave, prezicându-le boli viitoare. Pe punctul acesta pun și eu cel mai mare preț. În adevăr, numai așa ne este cu putință de a pregăti o generație cu adevărat sănătoasă.

Descoperirile mele s-au confirmat în fiecare caz particular, experiența mea s-a îmbogățit mult în anii următori și propria mea sănătate, care fusese aproape condamnată, s-a îmbunătățit așa de mult prin aplicarea rațională a noului procedeu, că mă simt cu desăvârșire în stare de a suporta ostenețile practicii mele foarte întinse. Dar lucrul acesta n-a fost cu putință decât pentru că, la urma urmei și după multe reflecții, am găsit un mod perfecționat de băi de soare, a cărui eficacitate e de așa natură, că pot să declar curabilă, în toată siguranța, orice boală, oricum s-ar numi ea.

Am zis orice boală, însă nu orice bolnav. În adevăr, acela al cărui organism e prea dărăpănat, acela mai ales, care e cu desăvârșire otrăvit printr-o prea multă întrebuințare de medicamente, va găsi, bineînțeles, în metoda mea o ușurare și o îndulcire a suferințelor lui, dar nu va fi pentru totdeauna scăpat și cu desăvârșire vindecat.

Mă înfățișez înaintea dumneavoastră, Doamnelor și Domnilor, cu vesela și mândra convingere a unui om, care, după ce a luptat aproape

douăzeci și cinci de ani cu ruina fizică, s-a scăpat pe el însuși și a găsit, în același timp pentru binele omenirii, mijlocul, multă vreme căutat de spiritele cele mai distinse, de a vindeca cu adevărat bolile. Asemenea cuvinte miros poate a vanitate și a îngâmfare. Cu toate acestea experiența a dovedit pe deplin teoria mea sub toate raporturile și în toate cazurile, chiar când nu mi-a fost dat să scap pe bolnav.

Ceea ce m-a călăuzit în descoperirile mele, este metoda experimentală cea mai riguroasă stabilită pe observațiile cele mai conștiințioase, pe judecată și pe experiențe. Și dacă, totuși, sunt numit și astăzi „șarlatan”, contestându-mi-se instrucția specială pentru exercițiul profesiei mele actuale, eu totuși păstrez în fața acestor insulte liniștea și nepăsarea cea mai perfectă. Cei mai mari binefăcători ai omenirii și mai ales marii inventatori au fost tot astfel, aproape fără excepție, numiți „șarlatani” și „oameni străini de patrie”, fără a mai vorbi de țăranul *Priessnitz*, de căruțașul *Schroth*, de teologul și pădurarul *Francke (Rausse)* și de farmacistul *Hahn*, care au creat prin spiritul lor luminat și prin voința lor puternică o nouă și o mai bună știință de vindecare.

Care este raportul noii științe de vindecare cu metoda tradițională a *alopatiei*³, *homeopatiei*⁴ și a vechii *metode naturale*?

Nu voi critica aceste metode și nu voi descoperi greșelile și părțile slabe, pe care ele le au ca toate lucrurile omenești, decât în măsura în care expunerea acestor metode sub adevărata lor lumină va fi trebuincioasă pentru binele omenirii și pentru desăvârșita pricepere a explicațiilor mele. Fiecare e liber de a primi și de a face aceea ce crede el că este mai bine. Dar trebuie neapărat să se știe, pentru a înțelege aceea ce voi spune, în ce anume procedeul meu e conform cu vechile sisteme și în ce anume se deosebește, pentru a putea statornici partea lui originală ca și valoarea lui absolută sau relativă.

Arta cea nouă de vindecare fără doctorii și fără operații n-are decât un singur lucru comun cu alopazia: corpul omenesc. Încolo, totul e cu desăvârșire opus. Mai mult încă, eu consider otrăvirea bolnavilor, foarte des întâmplată în timpurile din urmă, cu doctoriile medicinei interne, ca una din cauzele, dacă nu chiar cauza principală, că astăzi se găsesc așa de puțini oameni cu adevărat sănătoși și că bolile cronice

3. Tratament medical bazat pe mijloace contrare naturii bolii

4. Metodă de tratare a bolilor prin folosirea în doze mici a unor medicamente, care în doze mari ar provoca la omul sănătos simptomele bolii respective

cresc într-un chip înspăimântător. Prin aplicarea cu judecată și la timp a noii arte de vindecare chirurgia e cu desăvârșire de prisos.

Salut homeopatia ca un valoros tovarăș în lupta contra primejdi-oasei credințe în doctorii. Mulțumită micilor ei doze de doctorii, în care chimia nu mai poate descoperi medicamente, și mulțumită grijii cu care ea alege dieta convenabilă, homeopatia slujește de tranziție și de mijlocitor artei de a vindeca fără doctorii. Îi lipsește, cu toate astea, un principiu fix și lămurit cu privire la dietă și chiar micile ei doze de doctorii nu sunt tocmai cu desăvârșire nevătămătoare, după câte am putut observa.

Vechea metodă naturală, care întrece cu mult toate celelalte metode, este temelia noii arte de a vindeca fără medicamente și fără operații. Cu toate astea, eu am trebuit să urmez mai de grabă pe marii inventatori și întemeietori ai sistemului: *Priessnitz, Schroth, Rausse, Theodor Hahn*, decât pe reprezentanții moderni. Prin mania lor de a individualiza, aceștia din urmă cad de multe ori în subtilități și se depărtează de legile luminoase și simple ale naturii. Vechea metodă naturală n-a văzut deloc caracterul și natura materiei ce dă naștere bolii și n-a recunoscut de loc legea naturală, în virtutea căreia această materie se mișcă în corp și se depune în anume părți. Cu alte cuvinte, n-avea cunoștință de adevărata natură a bolii și, deci, a tuturor bolilor, n-avea cunoștință de acea lege fizică, veche ca și lumea, dar necunoscută până acum, pe care se întemeiază descoperirile mele. Mai mult încă: ea se slujește de diagnoza medicinei deși știe că n-are nevoie de o astfel de diagnoză „exactă”; ea stă, prin urmare, cu un picior încă pe arena veche. Noua artă de vindecare stabilește, dimpotrivă, o diagnoză deosebită, care e o urmare a naturii bolii și care se găsește deja afară, pe față și pe gât; aceasta este *știința expresiei figurii*.

Metoda naturală dispune de foarte multe feluri de aplicare de apă: oblojeli⁵, clistire⁶, dușuri, stropituri, jumătăți de băi, băi complete, băi de șezut, băi de aburi de tot felul. Aceste numeroase mijloace curative sunt în parte de prisos și aduc mai multă încurcătură, când deja se cunoaște adevărata natură a bolii. Noua artă de vindecare simplifică, pe cât e cu putință, aplicarea apei.

Pe când vechea metodă naturală potrivea adeseori dieta oarecum nehotărâtă și arbitrară cu hrănirea mixtă tradițională, noua artă de

5. Mijloc extern de tratament, prin aplicarea unei comprese, cataplasme sau unguent (pe partea bolnavă a corpului)

6. Clisme

vindecare a prescris o dietă care nu ațâță, – limpede și exact hotărâtă, care e întemeiată pe legea naturii.

Vedeți dar, că deosebiri de vechea metodă, care, o repet, a avut și are încă rezultate minunate, sunt așa de mari încât am avut dreptate să dau un nume nou, teoriei mele și practicei mele, acela de *noua artă de vindecare, fără doctorii și fără operații*.

Nu pot să vă descriu fiecare din încercările ce am făcut pentru a alcătui sistemul meu. Aceasta ar fi desigur interesant, dar n-ar avea niciun folos practic. E un mare avantaj acesta de a merge de-a dreptul la țintă și a fi ferit de numeroasele cotituri, ce au trebuit făcute înainte de a ajunge la scop.

În urma acestor observații preliminare, să trecem la subiectul nostru propriu-zis.

Chestia fundamentală pe care trebuie să o examineze la început și pe care se întemeiază tot tratamentul este aceasta: „*Care corp e sănătos? Care corp nu e sănătos?*” Părerile ce domnesc astăzi sunt foarte deosebite. Cine n-are deja experiența asta? Unul pretinde că e cu desăvârșire sănătos, dar că are doar câteva reumatisme; altul e atins de nervozitate, dar altminteri e sănătatea în picioare, ca și cum corpul s-ar compune din secțiuni separate, cu desăvârșire independente unele de altele, și abia împreunate într-un tot. E ciudat că această părere e încurajată de tratamentul obișnuit. Într-adevăr, medicina operează adeseori asupra unor organe separate și abia câteodată ține socoteală de organele vecine. E vădit, cu toate astea, că întregul corp omenesc este un tot, ale cărui părți sunt în neîntreruptă legătură, așa că reaua stare a unei părți trebuie să aibă înrâurire asupra altor părți. Putem observa în toate zilele că e cu adevărat așa. Dacă ai durere de măsele, ești aproape incapabil de orice muncă și nu găsești bună nici mâncarea nici băutura. O așchie de lemn în degetul cel mic are același efect; o greutate în regiunea stomacului ne ia orice poftă de muncă materială sau intelectuală. La început nu e decât înrâurirea exercitată imediat de nervi. Vedem însă că o tulburare aduce alta. Dacă această tulburare ține mult urmările sunt și ele durabile, puțin importă dacă sunt totdeauna simțite sau nu. Un corp nu poate fi deci sănătos decât dacă toate părțile lui sunt în starea lor normală și își îndeplinesc funcțiunea lor, fără durere, fără apăsare și fără prea mare silință. Dar aceste părți trebuie să aibă și ele forma cea mai practică și mai corespunzătoare

ideii noastre de frumos. Dacă forma exterioară nu e cum trebuie, înseamnă că au fost influențe care au stricat-o. Dar trebuie să observăm multe observații pentru a determina, în toate cazurile, formele normale, până în cele mai mici amănunte; trebuie să cercetăm mai ales persoanele cu adevărat sănătoase, pentru a se putea studia asupra lor formele normale. Dar tocmai lucrul acesta a ajuns aproape cu neputință. Vorbim de persoane sănătoase și puternice; mulți oameni pretind că sunt puternici și sănătoși, – dacă, însă, îi întrebăm mai cu de-amănuntul, fiecare din ei are o nimica toată, o durere neînsemnată, dureri de cap care se ivesc câteodată, dureri de măsele care îi supără din când în când, sau simptome analoge, care dovedesc că nicăieri nu poate fi vorba de o sănătate desăvârșită. Tocmai din cauza aceasta trebuie să studii foarte variate pentru a învăța să cunoști forma convenabilă a corpului. Totuși, asta se poate vedea comparând bolnavii cu persoanele aproape sănătoase și, în explicațiile mele ce vor urma, se poate vedea și mai lămurit mijlocul pentru a ajunge acolo.

Dacă v-am spus adineauri, în câteva cuvinte, că boala alterează formele corpului, este tocmai din cauză că vreau să vă atrag atenția asupra câtorva fenomene foarte cunoscute. Vă voi reaminti, mai întâi, persoanele atinse de grăsime, al căror corp ia dezvoltarea pe care o cunoașteți destul de bine și apoi, ca un contrast, persoanele slabe, la care nu e aproape picătură de grăsime. Acestea sunt fără îndoială fenomene morbide. Vă voi reaminti căderea măselelor și a dinților care alterează toată fața, podagra (guta)⁷ care formează noduri la încheieturi, reumatismele articulare care umflă unele părți întregi ale corpului. În toate cazurile astea, alterările sunt așa de bătătoare la ochi încât chiar și omul cel mai puțin știutor le vede numaidecât. În alte împrejurări, aceste boli sar mai puțin în ochi și cu toate astea, pot să vă reamintesc alte experiențe. Știți că omul sănătos are ochiul limpede și liniștit și că trăsurile feței sale nu trebuie să fie nicidecum contractate. Greutatea este de a statornici limita la care fața a primit expresia adevărată și trebuie să mărturișiți că unul are vederea mai pătrunzătoare decât altul, pentru a vedea cum trebuie în această privință. Așa, întâlnim adeseori câte o persoană care s-a schimbat foarte mult în rău, de atâția ani de când n-am mai văzut-o și cu toate că aceste boli urătesc corpul, au un înțeles adânc, asupra cărora vom reveni mai târziu. De

7. Boală cronică provocată de dereglarea metabolismului și manifestată prin crize articulare dureroase

aici vedem că bolile se dau pe față prin **alterările** corpului, mai ales la cap și la gât și că e o problemă foarte însemnată de a recunoaște și tălmăci aceste alterări.

Nu știu dacă toată lumea va izbuti în aceasta, căci trebuie o mare răbdare și practică **neconținută** pentru aceste observații. Auditorii cursului meu asupra **științei expresiei** figurii primesc instrucțiunile trebuincioase pentru aceste observații.

Vă mai atrag atenția, astăzi, asupra unei alte pietre de încercare a sănătății.

Dacă corpul întreg ia parte întotdeauna la orice boală parțială, putem cerceta starea sănătății asupra fiecărui organ, în parte, dar alegem, mai de grabă, acele organe a căror activitate se poate controla foarte bine și foarte ușor și acestea sunt organele digestiei. O bună digestie e un semn de bună sănătate și dacă ea se face în fiecare zi, fără tulburare, corpul este fără îndoială pe deplin sănătos. Aceste observații le putem face mai deslușit asupra animalelor. Putem vedea mai bine din excrementele care trebuiesc date afară fără să murdărească nicidecum corpul. Asta o puteți observa în toate zilele la cai și la păsările care trăiesc în libertate. Mă iertați, dacă mă întind în lămuriri mai amănunțite în această materie delicată, dar când vorbești de sănătate și de boală, trebuie să-i zici lucrului pe nume.

Intestinul șezutului⁸ este la capătul de jos așa de bine făcut, că excrementele care sosesc în bună stare pot fi aruncate afară, fără greutate și fără a murdări corpul. În această **privință**, m-am exprimat mai amănunțit în mica mea broșură: „*Sunt sănătos, sau bolnav?*”

Hârtia-Klosett (hârtia igienică) este o cucerire a omenirii suferinde, dar persoanele pe deplin sănătoase n-au nicidecum nevoie de ea. Să nu mă înțeleagă nimeni greșit; eu nu vreau să spun că acela care nu e cu adevărat sănătos trebuie să creadă că a reperțat un triumf, dacă nu se slujește de hârtia de mai sus, căci tocmai el are nevoie de ea pentru curățenia corpului. Fiecare, deci, poate vedea din digestia sa dacă e sănătos sau nu; această piatră de încercare e cât se poate de însemnată și nu mă tem de a insista cu hotărâre asupra ei, cu toate observațiile batjocoritoare ale celor neîncrezători.

8. Anusul – orificiu la extremitatea intestinului gros prin care sunt eliminate materiile fecale

Acela care poate vedea prin mijlocul de mai sus că e pe deplin sănătos, acela e fericit! Omul sănătos se simte întotdeauna cu desăvârșire bine, nu știe ce e durerea sau tulburarea, câtă vreme nu-i vine din afară; de altminteri nu-și simte niciodată corpul. Îi place munca și se bucură de activitatea sa până când se simte obosit și atunci gustă toate plăcerile unei odihne dulci. Îi este ușor de a suporta durerea morală, împotriva căreia corpul său îi dă un balsam alinător: lacrimile, de care nu trebuie să se rușineze nici bărbatul în asemenea împrejurări. Un om sănătos nu se simte îngrijorat de familie, căci simte în el destulă putere de a purta de grijă alor săi. O mamă sănătoasă îngrijește cu bucurie de copiii ei, căci poate să-i hrănească încă de mici, într-un fel potrivit cu natura, – și ce viață fericită când copilașii sunt și ei pe deplin sănătoși! Fața copiilor sănătoși strălucește aproape întotdeauna de fericire; nu se zărește acea neliniște neconținută, nu se aud acele țipete și plânsete din orice lucru; într-un cuvânt creșterea copiilor sănătoși e o plăcere, – afară de asta, influența pedagogică se face mai cu înlesnire și e mai durabilă asupra acestor copii.

Să recapitulăm cele spuse până aci: o înclinare neînfrănată către cerințele naturale, o boală grea, rău căutată⁹ de medicina obișnuită, – iată ce m-a dus la metoda naturală; dar văzând că nici ea nu poate alina cu desăvârșire suferințele mele cronice, m-am aruncat în cercetări și mai adânci; o neconținută observație a naturii viețuitoare m-a făcut să văd neapărata schimbare a formei exterioare a fiecărui organ prin boală; felul cum se face această schimbare și cum dispăre odată cu boala m-a făcut să descopăr ce este boala și cum se naște boala.

Îmi propun în viitoarea mea conferință, să vă expun rezultatele cercetărilor mele și să vă arăt ce este boala, după natura ei, cum se naște ea, care e scopul ei și cum trebuie vindecată.

9. Greșit diagnosticată