

LBRIS

We know
books

LOUIS KUHNE

în adaptare editorială contemporană sub coordonarea **Asociației Postului Terapeutic**

ARTA DE A VINDECA ORICE BOALĂ
(fără doctorii și operații)

Colecția: Medicină preventivă și regenerare naturală

„Nu boala trebuie învinsă, ci viața - eliberată.”

EDITURA REVISTEI

TIMPUL

2025

Cum am descoperit principiile regenerării naturale

Adaptare după conferințele lui Louis Kuhne

Doamnelor și Domnilor,

A spune ceea ce ai descoperit – nu din vanitate, ci din conștiință – este un act de responsabilitate. Adevărul nu trebuie păstrat în tăcerea hârtiei, ci făcut viu, împărtășit, oferit cuiva care poate avea nevoie de el. Iar când acel adevăr nu este doar o idee, ci o metodă care vindecă oameni vii, tăcerea devine un păcat.

Ceea ce urmează să vă împărtășesc nu este rezultatul unei cariere medicale tradiționale, ci al unei căutări neobosite, forțate de suferință, dar ghidate de natură. Nu m-am apropiat de medicina regenerativă din convingere intelectuală, ci din nevoia profundă de a-mi salva viața și, mai târziu, de a-i sprijini și pe alții. Căci așa cum natura educă popoarele prin lipsuri, tot așa și individul e împins spre adevăr de propria durere.

La douăzeci de ani, corpul meu s-a prăbușit: dureri pulmonare, tulburări digestive, nervozitate accentuată. Medicina obișnuită nu mi-a oferit decât paliative – iar experiențele amare ale mamei și moartea tatălui meu în mâinile acesteia mi-au sădit o profundă neîncredere. Dar întâmplarea – sau, poate, providența – m-a dus spre o adunare de prieteni ai vindecării naturale. O simplă compresă aplicată după o conversație timidă mi-a oferit prima ușurare reală.

Am urmat cu rigurozitate tot ce oferea pe atunci metoda naturistă: băi, comprese, dietă. Dar vindecarea mea nu venea. Simptomele se atenuau, dar nu dispăreau. Trupul meu – încărcat de suferințe moștenite și întreținute de tratamente greșite – cerea altceva.

Am înțeles atunci că nu era suficient să aplic metode izolate, ci că trebuia să descopăr **legea naturală care stă la baza bolii și a vindecării**.

Prin observație atentă, ascultând semnalele proprii mele suferințe, am început să descopăr un sistem coerent, înrădăcinat în realitatea vie a organismului. Am conceput o formă de tratament care se baza pe **eliminare blândă, stimulare naturală și echilibrare a întregului corp**. Am creat instrumente simple pentru aplicare zilnică, am testat pe mine, pe apropiați, apoi pe bolnavi care veneau din ce în ce mai mulți.

Am fost întâmpinat cu scepticism, chiar și de către adepții metodei naturale. Unelele mele au fost abandonate, judecata mea discreditată. Dar n-am renunțat. Știam că nu este vorba de o teorie abstractă, ci de o metodă validată de corpuri vii.

În 1883, cu prețul renunțării la cariera mea de comerciant, am deschis primul stabiliment dedicat noii arte de vindecare – fără medicamente, fără operații, fără promisiuni înșelătoare.

La început, am fost singur. Apoi, au venit oamenii – nu convinși de reclame, ci trimiși de vindecări reale. Fiecare caz reușit era o lecție. Fiecare organism restabilit confirma legea. Fiecare criză traversată fără teamă era o victorie a vieții asupra confuziei.

Am înțeles că nu trebuie să concurez cu alopatia sau cu homeopatia, ci să mă întorc la ceea ce a fost dintru început: **legea naturală a curățirii și regenerării**. Am rostit adesea: orice boală este curabilă. Dar nu oricare bolnav – pentru că trupul prea slăbit sau otrăvit cere, uneori, mai mult decât poate primi. Totuși, în majoritatea cazurilor, dacă trupul este ajutat fără a fi agreat, dacă este ascultat fără a fi reprimat, **vindecarea vine. Nu ca miracol, ci ca efect logic al armoniei restabilite**.

Noua știință a vindecării nu este o invenție. Este o redescoperire. Nu este o doctrină. Este o **întoarcere la adevărul viu al naturii**. Și dacă astăzi îmi este permis să privesc înapoi fără rușine, este pentru că nu am urmat un orgoliu, ci o convingere care a crescut în suferință și s-a confirmat în lumină.

Dieta și principiile naturale ale sănătății corporale

După Louis Kuhne, adaptare editorială: Asociația Postului Terapeutic - în slujba regenerării naturale și a medicinei preventive fără violență.

Unul dintre fundamentele Noii Arte de Vindecare propuse de Louis Kuhne este alimentația. Nu ca sumă de calorii, ci ca **expresie a legii naturale** în relație cu omul viu. Dieta recomandată de Kuhne nu este ambiguă și nu lasă loc la improvizații: ea este **clară, precisă și profund fundamentată în realitatea fiziologică**.

Deși metodele naturiste tradiționale au adus beneficii evidente în unele cazuri, ele rămân, în raport cu sistemul Kuhne, adesea incomplete. Noua metodă propusă nu doar reactivează funcțiile organismului, ci îl rează pe un traseu de purificare constantă, **în care alimentația are rolul de a susține, nu de a încărca**.

Kuhne nu complică: **el reduce până la esență**, considerând că orice tratament autentic începe cu întrebarea: „**Ce este, de fapt, un trup sănătos?**”

Ce înseamnă un corp sănătos?

Oamenii consideră adesea că sunt sănătoși doar pentru că pot munci sau nu simt dureri constante. Dar micile disfuncții cotidiene – constipația, durerile de cap, oboseala

postprandială¹, respirația grea – sunt, pentru Kuhne, **semne că boala deja acționează în tăcere.**

Organismul nu funcționează în segmente. O suferință la măsea afectează mintea. O simplă lovitură la deget perturbă tot corpul. **Așa este și cu digestia: dacă e perturbată, întreaga ființă este dezechilibrată.**

Sănătatea reală înseamnă:

- toate organele funcționează în liniște și armonie;
- nu există durere, balonare, greutate sau agitație;
- formele corpului sunt naturale, simetrice, firești;
- ochii sunt limpezi, limba curată, respirația liniștită;
- fața este deschisă, neîncărcată de tensiune sau griji.

Boala schimbă forma chipului

Kuhne afirmă cu luciditate: **boala poate fi citită pe chipul omului.** Modificările corpului – în zona gâtului, a mandibulei, a feței – arată stagnarea, dezechilibrul, intoxicația. Aceste semne sunt vizibile cu ochiul liber, dar necesită antrenament, răbdare și o minte liniștită care știe să privească.

Digestia: barometrul sănătății

Un corp sănătos elimină regulat și fără murdărire. Kuhne observă că la animale – calul, pasărea – excrementele sunt eliminate fără atingerea pielii. **Acolo unde intestinul funcționează impecabil, nici igiena nu este o corvoadă.** El nu condamnă igiena modernă, dar subliniază că **organismul cu adevărat sănătos nu o necesită obsesiv** – fiindcă digestia corectă este deja curățenie din interior.

Un om sănătos:

- se bucură de muncă,
- se odihnește profund,
- nu este epuizat moral,
- are forța să susțină pe alții,
- crește copiii sănătoși, fără teamă sau epuizare,
- educă prin prezență, nu prin efort.

O observație esențială: Bolile se reflectă în formele corpului. De la obezitate la subțiere excesivă, de la căderea dinților la asimetria feței, totul exprimă o criză internă. Ochi înceteșoși, piele ternă, respirație tăiată – toate sunt expresii ale unui teren încărcat, nu doar ale unui organ bolnav.

¹ **Oboseala postprandială** – senzația de somnolență, greutate sau scădere a energiei care apare după masă. În viziunea lui Louis Kuhne, aceasta nu este „normală”, ci un semn că digestia consumă prea multă energie, indicând fie o combinație alimentară greșită, fie o digestie slăbită sau o alimentație excitantă. Într-un organism sănătos, masa ar trebui să aducă ușurare și vitalitate, nu epuizare.

Ce propune Kuhne?

We know

- să învățăm să **observăm**, nu doar să etichetăm,
- să vedem corpul ca un întreg în care **nicio durere nu e banală**,
- să recunoaștem semnele vizibile ale dezechilibrului **înainte** ca boala să se instaleze profund.

Ce este boala? Cum apare? Ce rost are? Și, mai ales, cum poate fi vindecată fără violență.

Noi, cei care adaptăm astăzi cuvintele lui Kuhne, continuăm acest răspuns cu vocea limpede a observației, a experienței și a compasiunii față de suferința care poate fi, totuși, transformată în drum de întoarcere spre viață.

Ce este boala? Ce sunt frigurile?

(după Louis Kuhne,

adaptare sub coordonarea Asociației Postului Terapeutic)

Doamnelor și domnilor,

Astăzi vom răspunde unor întrebări fundamentale: **Ce este boala? Cum ia naștere? Ce sunt, de fapt, frigurile?**

Răspunsurile nu sunt doar teoretice – ele au valoare practică imediată. Numai cunoscând **natura profundă a bolii**, putem acționa fără teamă, fără încercări oarbe, fără tratamente contradictorii.

De unde începem?

De la **observația atentă**. Ceea ce se repetă la toți bolnavii – indiferent de diagnostic – este esențial. Am constatat că forma exterioară a corpului **se modifică vizibil** în boală. Mai ales în față și gât, apar **ridicături, rigidități, tensiuni**, noduri discrete sau vizibile. Corpul își pierde armonia. Este o lege: **sănătatea înseamnă formă firească**. Orice abatere de la această formă indică o încărcare internă.

Cum se instalează boala?

Prin **materii străine** – substanțe care nu fac parte din corp și care **nu sunt eliminate la timp**. Organismul încearcă să le izoleze: apar umflături, întinderi ale țesuturilor, deformări. Ca un cârnat umplut peste măsură, corpul devine rigid, tensionat, apoi cedează. Aici apar abcesele, inflamațiile, infecțiile, durerea – nu ca inamici, ci ca **ieșiri de urgență** ale sistemului.

Unde se acumulează?

De cele mai multe ori, pe partea corpului pe care dormim – acolo unde gravitația trage mai tare, iar circulația stagnează. Aceste depozite sunt:

- fie substanțe altfel utile, dar stocate în exces,
- fie complet străine și toxice, neasimilabile.

Ce sunt materiile străine?

Orice hrană în exces, orice aer viciat, orice stimulent artificial. Intră prin:

- nas (aerul),
- gură (alimentele).

Nasul și limba sunt primele filtre. Dar când aceste „santinele” sunt pervertite – prin obiceiuri, adicții, stil de viață – ele cedează. Omul ajunge să considere normal ceea ce, în realitate, este distructiv.

Exemplul calului oboșit

Un cal poate trage zilnic o sarcină de 2.500 kg. Dacă i se cere constant 4.000 kg, va trage – la început. Dar în timp, articulațiile vor ceda, puterea va scădea. La fel, organele de digestie, forțate zilnic cu alimente grele, combinate greșit și în exces, obolesc. Iar trecerea de la sănătate la boală este lentă, insidioasă – omul nu o observă decât târziu.

Cum recunoaștem suprasolicitarea?

- balonare, greutate după masă,
- somnolență accentuată,
- disconfort difuz,
- transpirație grea,
- oboseală fără motiv aparent.

Toate acestea sunt semne ale fermentației interne – o auto-intoxicare lentă, dar sigură. Excesul alimentar devine otrava lentă a zilei de mâine.

Ce sunt frigurile?²

Frigul, în limbajul popular, este mai mult decât o temperatură scăzută. În metoda Kuhne, frigul este semnul ieșirii bruste a toxinelor spre periferie. El apare când corpul, supraîncărcat, forțează o eliminare – dar nu are suficientă căldură vitală pentru a o susține. De aceea:

- băile de trunchi,
- băile de aburi,
- posturile și odihna

sunt instrumente-cheie în restabilirea căldurii interne.

Concluzie:

- Boala este acumulare. Vindecarea – eliberare.
- Boala este deformare. Vindecarea – revenire la formă.
- Boala e vocea unui corp încărcat. Vindecarea e liniștea unei curățenii reluate.

² Friguri – în terminologia populară, acest termen desemnează febra însoțită de frisoane, dar în metoda Kuhne, frigurile desemnează un fenomen fiziologic mai profund: momentul în care toxinele din corp intră în fermentație și se mobilizează brusc spre exterior. Dacă organismul nu are suficientă căldură vitală pentru a le elimina prin piele (prin transpirație), acestea se acumulează, cresc presiunea internă și generează stări febrile cu extremități reci. Frigurile sunt, așadar, semnul unei eliminări forțate, incomplete, care necesită drenaj și susținere blândă, nu suprimare.

Boala, frigurile și înțelepciunea corpului

(după Louis Kuhne, adaptare sub coordonarea Asociației Postului Terapeutic)

Boala nu începe cu durerea. Nu țipă. Nu se arată violent.

Boala adevărată începe tăcut, cu o **scădere lentă a vitalității**, o modificare subtilă a formei, o umbră pe chip sau în privire. Această tăcere este periculoasă. Fiindcă omul obișnuit o ignoră.

Semnele timpurii?

- Pofta de mâncare slăbește.
- Oboseala apare mai des.
- Concentrarea devine tulbure.

Cât timp organele de eliminare (intestinul, plămâni, pielea, rinichii) își fac treaba, simptomele rămân difuze.

Dar când aceste filtre cedează, apare **disconfortul**, apoi **boala vizibilă**.

Unde începe totul?

Totul pornește de la **materiile străine** care se acumulează în corp. La început, se adună lângă porțile de ieșire: în jurul intestinului, pielii, gâtului. De aici, **corpul începe să-și piardă forma**. Gâtul devine rigid, fața își schimbă expresia.

De ce se îmbolnăvesc copiii?

Pentru că **vin deja încărcati** cu materii moștenite. Bolile copilăriei – rujeolă, scarlatină, tuse convulsivă – sunt, în viziunea lui Kuhne, **eforturi naturale de curățire**. Copilul cu forță vitală puternică elimină exploziv. Un corp slăbit – depozitează tăcut.

Ce declanșează criza?

Când mediul favorizează o schimbare (frig brusc, mâncare greu digerabilă, emoții, stres), materiile străine **intră în fermentație**. Această fermentație:

- **generează căldură** prin frecare și reacții chimice,
- **împinge toxinele în sus**,
- **blochează circulația**,
- **provoacă febră și durere**.

Ce este fermentația în corp?

La fel ca într-o sticlă de bere:

- materia tulbure se adună la fund,
- începe să se umfle și să se agite,
- crește volumul, caută o ieșire.

În corp, **ieșirea este pielea**. Dar pielea, fiind impermeabilă, **opune rezistență**. Din această tensiune – **apare febra**. Este ceea ce numim: **friguri**.

Frigul înaintea febrei

Paradoxal, **frigul precede febra**. Când sângele nu mai poate iriga extremitățile din cauza depozitelor interne, mâinile și picioarele devin reci. Corpul „arde” în interior – dar **îngheață în afară**.

*Ce sunt bacilii?*³

Nu sunt „dușmani invizibili” veniți din aer, ci sunt **produsul fermentației**. Se nasc acolo unde materia stagnează, se descompune. Dispar odată cu curățirea. A-i distruge fără a elimina cauza este ca și cum am opri fumul fără a stinge focul.

Diagnosticul după Kuhne:

Boala nu este un nume: „ficat”, „plămân”, „reumatism”. Boala este **locul unde fermentația a ajuns**. Ea urmează traseul materiei stagnante: unde s-a depus, acolo va izbucni.

Soluția?

Nu este distrugerea simptomului, ci:

- deschiderea porților de ieșire (piele, rinichi, intestin),
- activarea transpirației,
- repaus alimentar,
- liniștirea sistemului.

Prin băi, post, regim, aer curat – corpului i se redă puterea de a evacua.

Concluzie:

- Boala este **acumulare**, nu întâmplare.
- Febra este **arderea unei materii stagnante**, nu inamicul.
- Bacilii sunt **produsul unei descompuneri interne**, nu cauza.

Când materia străină este eliminată, boala dispore. Iar odată cu ea – și frica.

Cum dispar bolile cu adevărat?

(după Louis Kuhne, adaptare sub coordonarea Asociației Postului Terapeutic)

Când **terenul este curățat**, bacilii dispar de la sine. Ei nu sunt cauza bolii, ci **simptome ale unui teren favorabil**. A-i ataca direct, fără a modifica condițiile interne, înseamnă să confundăm efectul cu rădăcina. Pentru a înțelege această idee, să luăm câteva **imagini simple, dar esențiale**:

1. O cameră murdară

O cameră nemăturată și nespălată timp de săptămâni devine cuib pentru insecte și viermi. Dacă folosim otravă, îi eliminăm temporar. Dar cât timp murdăria rămâne – ei reapar.

Soluția reală? Curățenie zilnică.

³ **Bacilii** – în viziunea lui Louis Kuhne, bacilii nu sunt agenți cauzatori ai bolii, ci produse ale procesului de fermentație internă. Ei apar acolo unde materiile străine stagnează și intră în descompunere. Bacilii nu pătrund din afară, ci se dezvoltă în interior, ca rezultat al terenului afectat. Dispar de la sine odată cu eliminarea cauzei – adică a toxinelor. În această logică, tratamentul nu vizează distrugerea bacililor, ci **curățarea terenului** care le permite să existe.

2. Mlaștina și musculițele

La marginea unei păduri mlaștinoase, vara, musculițele roiesc. Otrăvirea lor e inutilă – fiindcă mlaștina le dă viață în continuu.

Soluția reală? Să secăm mlaștina. Pe înălțimi uscate, ele nici nu pot trăi.

3. Tropicelile și carnivorele

În tropice, căldura și putrezirea rapidă atrag prădători și necrofagi. În tundra, unde iarna ține cu anii, aceștia lipsesc – pentru că **nu au ce mânca**.

Nu lupti cu fiara: **ii elimini hrana**, și ea dispare.

Toate aceste exemple vorbesc despre legea vieții în natură: unde există teren prielnic, apar organismele potrivite aceluia mediu. Așadar, dacă vrem să „vindecăm” boala trebuie să transformăm mediul – nu să exterminăm simptomele.

Ce sunt, așadar, frigurile?

Frigurile (febrele) nu sunt altceva decât **semnul unei fermentații active** în corp. Fermentația apare atunci când materiile străine (alimentație în exces, toxine, emoții) sunt stimulate și încep să se miște, să se dilate, să genereze căldură. Această căldură se simte ca febră – dar este, de fapt, **un semnal de alarmă fiziologică**.

De ce nu dispare boala imediat?

Chiar dacă reușim să transpirăm și să „scădem febra”, **materiile străine care nu au fost puse în mișcare rămân în corp**, ca niște focare latente. **Frigurile pot reveni** – poate mai violent, poate mai profund.

Ce facem atunci?

Răspunsul lui Kuhne este simplu și precis:

- **Băi de trunchi** cu fricțiuni blânde⁴ – care activează eliminarea adâncă
- **Băi de șezut**⁵ – care stimulează zona pelvină, ajută la drenaj limfatic și digestiv
- **Regim fără excitanți**⁶ – pentru a nu alimenta fermentația

⁴ **Băi de trunchi cu fricțiuni blânde** - Metodă esențială în practica lui Kuhne. Se realizează într-un lighean sau cadă joasă, cu apă rece (16–22°C), în care este scufundat trunchiul de la axile până sub șolduri. Pacientul este așezat cu picioarele afară, iar zona abdominală este frecată circular, blând, cu o cârpă de in sau bumbac, înmuiată în apă rece. Durata: 10–30 minute, în funcție de reacția corpului. Se evită frisoanele. Fricțiunile stimulează circulația, limfa, intestinul și sistemul nervos vegetativ, activând o eliminare profundă prin colon, piele și rinichi.

⁵ **Băi de șezut** - Așezarea în apă rece (nivel aproximativ 5–10 cm) cu bazinul și zona perineală scufundate. Apa nu trebuie să atingă coapsele sau abdomenul. Se adaugă frecții ușoare cu o cârpă umedă în zona inghinală și pe partea inferioară a abdomenului. Durata: 5–15 minute. Băile de șezut reduc congestiile pelvine, stimulează zona sacrală, reglează tranzitul, și sunt utilizate atât în boli digestive, cât și în cele nervoase sau genitale.

⁶ **Regim fără excitanți**. Alimentația recomandată de Kuhne este preponderent vegetală, bazată pe fructe și legume proaspete, cereale simple, pâine uscată, nuci crude (în cantități

• **Mișcare, post, aer curat**⁷ – pentru a deschide porțile de ieșire ale corpului

Concluzie:

Nu trebuie să ne luptăm cu bacilii, cu febra, cu boala în sine. **Trebuie să eliberăm organismul de ce nu-i aparține.** Boala **nu e o pedeapsă** și nici un **accident.** Este **vocea corpului care cere curățenie.**

Odată ce gunoiul e scos, musafirii nepoftiți pleacă singuri.



Recapitulare: o singură boală, forme diferite

(după Louis Kuhne, adaptare sub coordonarea Asociației Postului Terapeutic)

Am văzut deja că la toți bolnavii, fără excepție, **corpul suferă modificări de formă:** gâtul se îngroașă, fața se tensionează, abdomenul se întărește, pielea devine **ternă** sau **încărată.** Aceste modificări **nu sunt întâmplătoare.** Ele reflectă **prezența materiilor străine** în organism – substanțe care **nu au fost eliminate** și care, în loc să fie evacuate, au fost depozitate.

Cum apare boala?

1. Materiile străine provin **din digestii incomplete.**
2. Ele se acumulează discret, în tăcere, lângă organele de eliminare.

mici). Se exclud complet: carnea, zahărul rafinat, alcoolul, cafeaua, ceaiul negru, condimentele iuți sau sintetice. Acestea sunt considerate „excitanți” care forțază funcțiile organismului, dar creează depuneri reziduale și împiedică vindecarea. Scopul regimului este **calmarea metabolismului și curățarea terenului intern.**

⁷ **Mișcare, post, aer curat.** Pentru Kuhne, acestea sunt „poarta de ieșire” a bolii. Plimbările lente, în natură, cu respirație conștientă, favorizează oxigenarea profundă. Postul scurt (o zi pe săptămână) sau pauzele între mese (5–6 ore) reduc încărcătura digestivă și permit mobilizarea toxinelor. Dormitul cu fereastra deschisă și contactul cu aerul proaspăt sunt esențiale pentru stimularea funcțiilor pielii și plămânilor. Împreună, aceste practici echilibrează sistemul nervos, limfa, eliminările și susțin întreaga cură.

3. Se întind lent în corp, începând cu gâtul și trunchiul.

4. Cât timp filtrarea funcționează (piele, intestin, rinichi), **boala nu se manifestă**.

5. Când organele de eliminare sunt copleșite, **începe fermentația**.

6. Din acest moment, apare durerea, febra, inflamația – ceea ce numim **boală acută**.

Ce învățăm din asta?

Boala este una; simptomele sunt multe. Nu există „boală de inimă”, „de stomac”, „de plămâni”. Există **o singură boală**, care se manifestă diferit în funcție de:

- locul unde s-au adunat materiile,
- forța vitală a pacientului,
- tipul de eliminare pe care corpul îl alege.

Excepția?

Rănile directe – tăieturi, arsuri, fracturi – nu sunt boli - în sensul lui Kuhne –, ci traume fizice exterioare. Ele necesită îngrijire locală, dar nu reflectă un teren bolnav în sine.

O idee îndrăzneată?

Da. A spune că toate bolile au **o singură cauză** poate părea naiv sau exagerat. Dar Kuhne nu propune o teorie, ci o **afirmație fundamentată pe observație și experiență**. Iar în științele naturii, **demonstrația experimentală** este cea mai puternică dovadă.

Cum se dovedește?

Nu cu teorii. Ci cu **vindecări reale**, ale unor boli diferite, prin **aceeași metodă**:

- băi de șezut,
- regim neexcitant,
- activarea eliminării,
- curățarea profundă.

În finalul acestui volum, vor fi prezentate **peste 100 de dosare de vindecare** – mărturii directe, concrete, consemnate cu respect.

În viitoarele capitole, Kuhne va analiza:

- cele mai frecvente și temute boli,
- cauzele reale (și nu doar simptomele),
- modul de manifestare,
- și **metoda completă de vindecare**.

Concluzie: Boala nu este dușmanul nostru. Boala este ecoul unei acumulări tăcute. **Vindecarea nu înseamnă înfruntarea simptomului, ci curățarea sursei. Nu există nenumărate boli. Există un singur principiu care le provoacă – și un drum limpede care le poate dizolva.**

Bolile copilăriei și legea naturală a eliminării (după Louis Kuhne, adaptare sub coordonarea Asociației Postului Terapeutic)

Se va vorbi despre:

- **natura** bolii la copil,
- **scopul** bolilor acute,
- despre **pojar, scarlatină, anghina difterică, vărsat, tuse convulsivă, scrofuloză**

nu ca entități separate, ci ca **expresii diferite ale aceluiași proces de eliminare.**

Doamnelor și domnilor,

În conferințele anterioare am prezentat o concluzie care, deși simplă în formulare, are consecințe uriașe pentru modul în care înțelegem sănătatea: **Boala nu este o entitate separată, ci rezultatul acumulării de materii străine în corp.**

Acest proces începe adesea lent, tăcut, invizibil. Materiile străine se adună fie din alimentație neadecvată, fie sunt moștenite de la părinți. Ele se depozitează adânc, în apropierea organelor de eliminare.

De la acumulare la fermentație

Cât timp **intestinul, rinichii, plămânii și pielea** funcționează bine, corpul reușește să păstreze un echilibru. Dar când aceste porți de ieșire se blochează, materia acumulată începe să fermenteze. Fermentația produce **căldură** în interior, dar corpul, în exterior, se simte rece. Acesta este paradoxul frigurilor. Frigul la suprafață și căldura internă sunt expresii ale aceluiași fenomen: **auto-intoxicarea prin fermentație.**

Ce se întâmplă cu copiii?

Majoritatea copiilor se nasc **cu o „provizie” de materii străine deja acumulate.** Acesta este motivul pentru care aproape toți trec prin:

- **pojar,**
- **scarlatină,**
- **vărsat,**
- **tuse convulsivă,**
- **anghină difterică,**
- **scrofuloză.**

Acestea nu sunt accidente. Sunt **reacții firești ale organismului aflat în proces de purificare.**

Boală sau curățare?

Ce numim „boală a copilăriei” este, în fapt, **o criză eliminatorie:**

- **încercare puternică de a elimina toxinele,**
- **formă de reechilibrare internă,**
- **luptă a organismului pentru a-și câștiga libertatea.**

Așadar, este vorba de **înțelegerea** acestor reacții, de a le sprijini, **nu de a le înăbuși.**