

Thierry de Lestrade

POSTUL NEGRU: O NOUĂ TERAPIE

Ediția a III-a

Traducere din limba franceză
de Oana Zaharia

philobia

Cuprins

| | |
|---|----|
| Prezentare..... | 3 |
| Introducere. Mai puțin poate însemna mai mult?..... | 5 |
| Decizia Norei Quinn (5) • Actualitatea postului: să privim sănătatea altfel (8) • Mulțumiri (12) | |
| 1. Vremurile „medicina eroice”: | |
| America la sfârșitul secolului al XIX-lea | 15 |
| 1877, descoperirea doctorului Dewey: pacienții trebuie convinși să postească (15) • Prima medicină americană „eroică”, un adeverat război (19) • Empiristii împotriva raționaliștilor: două filosofii ale medicinei (21) • Uimitoarul succes al homeopatiei în Statele Unite în secolul al XIX-lea (24) • Contraofensiva „ortodoxilor” din American Medical Association (28) • 1877 – cele patruzeci de zile de post ale doctorului Henry Tanner (32) • Aşa-numitul „No-Breakfast Plan” al lui Edward Dewey (36) • Bernarr MacFadden și Upton Sinclair: doi partizani uităti ai postului terapeutic (38) | |
| 2. Cum a eradicat American Medical Association „medicina populară” | 45 |
| „Doc Simmons”: un nou secretar în fruntea AMA în 1899 (45) • Reforma instruirii medicale pentru eliminarea „șarlatanilor” (48) • <i>JAMA</i> , mașina de făcut bani (51) • 1908: Ancheta desfășurată de Wallace Abbott dezvăluie impostura lui „Doc Simmons” (53) • Convertirea forțată a homeopătilor la medicina oficială (56) • Miliardarul John D. Rockefeller, inițiatorul transformării sistemului medical american (58) • Fundația Rockefeller, în serviciul medicinei științifice (60) • 1910: Raportul Flexner și pactul secret între AMA și capitalismul industrial (63) • O schimbare radicală în istoria medicinei (66) • Divizarea corpului uman, excluderea celor mai săraci (68) • Medicina științifică invadază lumea (70) | |
| 3. Statele Unite, anii 1910: denunțarea postului terapeutic de către sistemul medical dominant..... | 73 |
| Să înțelegem mecanismele postului (74) • Postul controlat științific ținut de Agostino Levanzin în 1912 (76) • Guillaume Guelph: forță | |

vine din slabiciune (79) • Împotriva epilepsiei și a diabetului: „postul ritmat“ al doctorului Guelpa (81) • Morris Fishbein, noul mare închizitor al AMA (84) • Herbert Shelton, o figură importantă a postului (86) • Mâncăm mai puțin, trăim mai mult (91)

4. URSS, anii '50: descoperirile doctorului Nikolaev93

Lucrarea *The Fasting Cure* în mâinile unui prieten al lui Tolstoi (94) • Pregătirea unui Tânăr psihiatru sovietic (96) • Primele experiențe de tatonare ale doctorului Nikolaev (100) • Cartea de oaspeți a lui Nikolai Narbekov (104) • Câteva mărturii ale pacienților doctorului Narbekov (105) • Lev Bulganin, un pacient diferit de ceilalți (109) • Situația incomodă a psihiatrilor în Uniunea Sovietică (111) • Vindecarea prin post a Tânărului ce se credea un monstru (113)

5. URSS, anii '70: recunoașterea postului terapeutic117

Întrebări ridicate de postul terapeutic, o lucrare unică (118) • Tratamentul formelor „ipohondre“ ale schizofreniei (121) • Rezultate impresionante în tratamentul bolilor psihice (124) • Mărturia psihiatrului Valeri Gurvici, elev al lui Nikolaev (126) • „Schimbările influențează ansamblul corpului și personalitatea“ (129) • Etapele tipice într-o cură de post în programul lui Nikolaev (132) • 1973: Lansarea unui vast program de studiere a efectelor postului, în societatea sovietică (136) • Vindecări impresionante ale astmaticilor (139) • „Sanogenia“, la popul opus al patogeniei (142) • Istoria continuă... (145)

6. Obezi și pinguini: posturi excepționale149

1965, postul istoric al lui Angus Barbieri: 382 de zile! (150) • Să-i facem pe obezi să postească (151) • „Postul divizat“ al doctorului Nikolaev (154) • O metodă considerată periculoasă de către „opinia generală“ a corpului medical (157) • Pinguinul imperial, „un postitor profesionist?“ (160) • Un „semnal“ de realimentare (164) • Postul, un mecanism moștenit al evoluției ființelor vii (166) • Cele trei faze ale postului (169) • Uimitoarea „magie“ a corpilor cetonici în faza postului prelungit (171) • O „metodă terapeutică extrem de puternică“ (176)

7. 2010: Postind pe malurile lacului Baikal.....179

1991: Sfârșitul URSS-ului duce la marginalizarea postului terapeutic (179) • Sanatoriul din Goriacinsk (Siberia): ultima sămânță plantată de către Iuri Nikolaev (181) • Desfășurarea unei cure de post la Goriacinsk: importanța crizei de acidoză (183) • Un medic „fericit“ (186) • Pionierii nu se dau bătuți (189) • Un centru privat de cură la Moscova (193)

| | |
|---|------------|
| 8. 2013: Experiențe personale în Germania | 199 |
| Clinica Buchinger de la Überlingen (199) • Pătrunderea într-un țărâm necunoscut, cel al privării (203) • Richard, Xavier, Pauline: experiențe uimitoare ale postitorilor (206) • Intestinul, o cheie insuficient studiată a eficacității postului (211) • Efectele spectaculoase ale postului asupra hipertensiunii (213) • „Autoliza“, un proces de regenerare: mărturia lui Jürgen Bahl (216) • În Germania, spitalul de stat practică postul (219) • Filtrul roz: o bună dispoziție care nu se dezmine (222) | |
| 9. Postul, alternativă împotriva cancerului: descoperirile lui Valter Longo | 227 |
| De la muzică la biologie (227) • Aging-ul, o nouă știință (229) • A posti pentru a trăi mai mult: revelația lui Longo (232) • În fața armelor redutabile ale celulei cancerioase, arma de luptă a chimioterapiei (236) • Post și chimioterapie: lansarea unui studiu terapeutic la Norris Cancer Hospital (240) • Cancerul Norei Quinn, o femeie care nu pierde timpul: rezultate uimitoare (243) | |
| 10. Mărturii și perspective: noi speranțe în fața cancerului? | 249 |
| După patruzeci și opt de ore de post, genele celulelor își schimbă aspectul (249) • O celulă canceroasă mai vulnerabilă (252) • Importanța factorilor de creștere (254) • Povestea lui Cécile (258) • Sfaturi contradictorii ale nutriționiștilor (262) • Povestea lui Jane (265) • 2012: Studii terapeutice la nivel european (267) • A posti pentru a preveni cancerul? (270) | |
| Concluzie. De la război la cooperare..... | 275 |

1

Vremurile „medicina eroice“: America la sfârșitul secolului al XIX-lea

Statele Unite ale Americii, anul 1877. Căldura sufocantă din timpul verii apasă asupra Marilor Prerii. Doi oameni, care nu se cunosc, separați de 1.300 de kilometri, vor realiza aceeași act nebunesc, la câteva zile distanță. Amândoi sunt doctori și acest lucru va bulversa ideile medicale ale epocii. Este punctul de plecare al povestirii noastre.

1877, descoperirea doctorului Dewey: pacienții trebuie convinși să postească

Doctorul Edward Hooker Dewey se apieacă peste corpul tremurând al fiului său în vîrstă de trei ani. Pulsul este rapid, ceafa îl doare. Copilul protestează ușor când tatăl îi deschide gura pentru a-i asculta respirația din gât. Dewey bănuia, iar examinarea îi confirmă teama: copilul are difterie. Epidemia tocmai s-a răspândit în acest cartier din Meadville, un orășel din Pennsylvania. Printre vecini, patru persoane au murit în ultimele zile.

Copilul se ghemuiește, cuprins de un acces de tuse violentă, răgușită și uscată. Persoană energetică, sobră, Dewey nu

reacționează imediat. Copleșit de idei contrare, în cele din urmă se hotărăște să apeleze la doi dintre colegii și prietenii săi. Sentința lor este fără drept de apel: chinină și soluție de fier. Iar ca tratamentul să poată fi ingerat, prietenii recomandă whisky-ul, cel mai puternic și în cantitate mare. Dar cum să faci un copil care abia respiră și nu poate înghiți nimic să ia această poțiune? Ar fi trebuit „să-i prindem mâinile la încheieturi și să-i ținem maxilarele deschise cu forță”, povestește doctorul Dewey. Înainte de a adăuga: „O astfel de medicație ar fi fost crudă, chiar și pentru un cal. [...] Pierderea forței, cauzată de rezistența la tratament și de leziunile interne ale gâtului, nu promitea vindecarea decât în spiritul amical al confrăților mei⁶.“

În sinea lui, doctorul Dewey știe ce trebuie să facă. Își aduce aminte de cazul unui bărbat care, suferind de grave tulburări intestinale, nu putea înghiți nimic fără a vomita. În cele din urmă, a încetat să se mai hrănească și să mai ia vreun medicament din cele prescrise. Spre surprinderea totală a lui Dewey, starea de sănătate a bărbatului s-a îmbunătățit, acesta vindecându-se complet. Își mai amintește, de asemenea, de alte cazuri în care lipsa hranei timp de câteva zile, dar și a medicamentelor, nu a împiedicat refacerea. Dewey merge și mai departe cu întrebările: oare nu lipsa hranei este la originea vindecării? Ideea este, pentru epoca sa, complet nebunească: regula presupune, bineînteleas, susținerea energiei bolnavului pentru a combate boala. Dar medicul a observat un lucru: între cel hrănit în timpul crizei și cel ce nu se mai hrănește, pierderea greutății este identică. Constatarea lui Dewey: la ce bun să forțăm bolnavii?

⁶ Edward H. Dewey, *The No-Breakfast Plan and the Fasting Cure*, Meadville, 1900 (toate citatele ulterioare ale lui Dewey sunt preluate din această lucrare) (n.a.) [Planul fără mic dejun și cura prin post (n.tr.)]

Prin urmare, el ia cea mai importantă decizie din cariera sa de medic. Pune deoparte poțiunile medicale, iar copilul său va bea doar apă. Atâtă timp cât va fi necesar pentru a se refac... sau pentru a muri. Pentru că se moare din difterie, adesea prin asfixiere, în suferințe îngrozitoare. „Astfel, am rămas lângă dragul meu copil suferind, cu toată lumea medicală împotriva mea, dar destul de puternic, bucurându-mă în adâncul sufletului că-l scuteam de tratamentul barbar autorizat.” Așteptarea, insuportabilă, durează mai multe zile. În cele din urmă, copilul își recapătă forțele și se vindecă.

Dewey este, din acest moment, convins: bolnavii nu mai trebuie hrăniți împotriva voinei lor, iar folosirea medicamentelor trebuie limitată. Așadar, trebuie să-i facem pe pacienți să postească. Colegii săi îl iau drept o persoană necugetată sau, în cel mai rău caz, drept un practician periculos. Însă el nu are nimic dintr-un personaj inedit, cu atât mai puțin dintr-un șarlatan sau un guru ce caută să-și facă publicitate. Parcursul său este unul dintre cele mai clasice. Dewey avea douăzeci și cinci de ani în momentul obținerii diplomei în medicină la Universitatea din Michigan, în anul 1864. Pregătirea sa, una tradițională, este cea a „vechii școli” ortodoxe, numite „alopatică” de către partizanii homeopatiei⁷, care se consideră apartinând „noii școli”. La vremea respectivă, pregătirea medicală, relativ sumară, nu dura decât doi ani. În timp ce anatomia corpului uman era bine explorată, funcționarea sa, interacțiunea între organe, viața celulară rămâneau neelucidate. Cât despre originea bolilor și transmiterea infecțiilor, misterul era

⁷ Homeopații folosesc, în lupta împotriva unei boli, principiile active (diluate) care, aparent, ar trebui să provoace simptomele acesteia, în timp ce susținătorii medicinei clasice prescriu substanțe cunoscute că produc efectele contrare bolii (de unde calificativul de „alopatie”, din gr. *állos*, „altul”, „diferit”). (n.a.)

complet. Se vorbea de „miasme”, ceea ce însemna că aerul ar conține agenți patogeni. Dar care? Aceștia nu erau vizibili cu ochiul liber. Susținătorii teoriei „generației spontane”, care considerau că bolile se nasc din putrefacția țesuturilor, erau și mai numeroși.

Imediat după obținerea diplomei, Dewey este trimis la spitalul militar din Chattanooga (Tennessee), în plin Război de Secesiune. Ca asistent chirurg, participă la sute de operații, chiar și amputații, în condiții de igienă mai mult decât rudimentare. Este responsabil de optzeci de paturi, ocupate de răniți aduși de pe câmpul de luptă. Unii supraviețuiesc intervenției chirurgicale, apoi se vindecă; alții, deși par mai puțin răniți, mor. Sunt și o mulțime de bolnavi de dizenterie, febră tifoidă, malarie etc. Fiecare medic, responsabil al departamentului său, aplică propria medicație. Dewey învață să compare valoarea diferitelor tratamente: procentul de vindecare nu variază de la un departament la altul. Observă că esențială, ba chiar mai importantă decât tratamentul administrat, este constituția bolnavului.

Experiența din spitalul militar îl marchează profund. Înțelege limitele medicinei și este mai prudent în legătură cu acțiunea medicamentelor. „În diagnosticarea bolii, experiența din spital a fost de neprețuit. Încă de atunci am constatat că cel mai mare serviciu făcut bolnavului era să interpretez simptomele și nu să vând medicamente.” Instalat ca medic de oraș în Meadville, Dewey își va păstra această bănuială. De-a lungul practicii sale, se va izbi de limitele tratamentelor propuse de aşa-numita medicină „ortodoxă”. În realitate, medicina epocii are foarte puține de oferit. Baza sa teoretică este fragilă și imprecisă, terapeutica este neputincioasă, ba chiar periculoasă. Viziunea dominantă, încă destul de vie la unii

dintre confrății săi, este cea a unei medicine numite „eroice”, inspirată de scriurile lui Benjamin Rush (1746-1813).

Prima medicină americană „eroică”, un adevărat război

Rush este un medic american celebru, semnatar al Declarației de Independență. În viziunea lui despre medicină, doar o intervenție energetică, realizată prin acțiunea medicamentelor agresive, ar putea doborî boala. Medicina este concepută ca un război, iar corpul, ca un câmp de luptă. Practicarea profesiei de medic atât în această țară nouă, cât și dincolo de granițe, va purta amprenta sa.

Principalele arme ale lui Benjamin Rush sunt prelevările de sânge și calomelul (clorură mercuroasă). Principiul este simplu: prelevările de sânge curăță sângele, purgativul curăță corpul. Eficace în doze mici, calomelul este prescris, de asemenea, în doze „eroice” cu scopul de a purifica întregul sistem, devenind un medicament panaceu – acel „Samson al universalei *materia medica*”, va spune Rush. Prea puțin a contat că, în anii 1830, un medic din Edinburgh suspectea că acest calomel se află la originea otrăvirii copiilor cu mercur și avertizează medicii împotriva folosirii sale: va fi produsul cel mai utilizat de-a lungul secolului al XIX-lea. Alături de mercur apar chinina și opiumul, considerate drept stâlpi ai *materia medica*. Opiumul este prescris în mod curent: unul dintre drogurile cele mai utilizate este laudanum-ul (opium și alcool), care nu este scump și e administrat copiilor pentru a-i calma. Plumbul, antimoniul sau arsenicul sunt alte substanțe toxice de origine minerală uzuale, continuând tradiția medicală născută în Europa secolului al XVI-lea.

Înarmat cu metale grele și cuțit, medicul american intervine deci cu agresivitate, refuzând orice capacitate a corpului de a se vindeca el însuși. Ca un predicator, Benjamin Rush descria această acțiune viguroasă: „Umanitatea îndrăzneață dictează folosirea remediilor puternice, dar dureroase, pentru a combate bolile grave. Medicul temerar, prin folosirea acestui remediu nesigur, înclină balanța spre viață și înfăptuiește un act ce se apropie de binefacerea divină⁸.“ Dominați de impulsul avânturilor lirice, mulți medici se jucau cu dozele: dacă prima nu dădea rezultatul așteptat, următoarele erau mărite rapid. Sub amprenta lăsată de Benjamin Rush, care utilizează calomelul în lupta împotriva epidemiei de febră galbenă, acesta va fi prescris cu mult elan în timpul epidemiei de holeră din anii 1832-1833 în Statele Unite.

Dar calomelul nu era singurul remediu recomandat în epocă. Dacă acea „curățare a sistemului” pe care ar fi trebuit să o provoace nu părea satisfăcătoare, medicul folosea o altă armă. Un vomitiv, emeticul (tartrat de antimoni și potasiu), care provoca „evacuări” descrise de medic drept „cyclonice”, deși tratamentul determina o otrăvire cu antimoni. Sistemul organic era supus unui exces de sânge, în timpul cărora se scotea, de fiecare dată, cu ușurință, o oca de sânge – adică aproape o jumătate de litru –, ba chiar mai mult. Prelevările erau repetate până apărea ameliorarea așteptată.

Imagine tristă... Atât de tristă încât i-a făcut pe numeroși medici să-și pună întrebări asupra justei acestor „medicamente”. Se poate vorbi de „nihilism terapeutic”. Oliver

⁸ Benjamin Rush, *Medical Inquiries and Observations upon the Disease of the Mind*, Pritchard and Hall, Philade the Mind, Pritchard and Hall, Philadelphie, 1789, vol. 1, p. 29 (n.a.) [Investigații și observații medicale asupra bolilor psihice (n.tr.)]

Wendell Holmes (1809-1894), medic renumit, decan al Universității Harvard, declara astfel în anul 1860: „Cred temeinic că, dacă *materia medica*, folosită aşa cum este în prezent, ar putea să fie aruncată în totalitatea sa, pe fundul mării, ar fi spre binele umanității și spre nenorocirea peștilor⁹.“ Foarte mulți medici iau distanță față de acțiunea „eroică“, încep să combine rețetele de medicamente cu doze nu mai puțin importante de whisky și își întorc atenția spre alte practici. Ia naștere astfel școala „eclecticilor“, care recomandă cu ardoare dozajele reduse, precum și utilizarea plantelor și a hidroterapiei.

Empiriștii împotriva raționaliștilor: două filosofii ale medicinei

Doctorul Dewey este astfel un om al epocii sale, cu contradicții, dar și cu întrebări. Riscând viața Tânărului său fiu, el pornește pe un drum fără întoarcere. Trebuie să aleagă între cele două filosofii ale medicinei. Tradiției medicale viguroase, care atacă boala aşa cum se înfruntă răul, cu o mâna sigură și tranșantă, condusă cu fervoare divină, i se opune o altă metodă, bazată pe observarea naturii, pe o farmacopee născută din plante, prudentă și bazată pe experiență. Această opozitie caracterizează întreaga istorie a medicinei, începând de la Hipocrate, și poate fi împărțită în două școli: empiriștii și raționaliștii. Dacă raționaliștii nu văd în natură decât primejdii de combatut și pericole de învins, empiriștii, din contră, cred că natura ascunde puteri vindecătoare (celebrul *Vis medicatrix*

⁹ Oliver Wendell Holmes, Discurs la Societatea Medicală din Massachusetts, 1860 (n.a.)