

DR. HENRY LINDLAHR

# VINDECAREA PERFECT NATURALĂ

---

Filosofia și practica bazate  
pe unitatea dintre boală și vindecare



## CUPRINS

**Cuvânt înainte / 7**

**Introducere / 11**

**Capitolul 1.**

Ce este Vindecarea Naturală? / 17

**Capitolul 2.**

Catehismul Vindecării Naturale / 20

**Capitolul 3.**

Ce este viața? / 25

**Capitolul 4.**

Unitatea dintre boală și tratament.

Cauzele primare și secundare ale bolii / 31

**Capitolul 5.**

Unitatea bolilor acute. Imunitatea naturală / 41

**Capitolul 6.**

Legile vindecării. Legea efectului reciproc / 48

**Capitolul 7.**

Suprimare versus eliminare.

Suprimarea, cauza bolilor cronice / 54

**Capitolul 8.**

Inflamațiile. Cele cinci etape ale inflamației / 66

**Capitolul 9.**

Efectele suprimării bolilor venerice / 80

**Capitolul 10.**

Tratamentul chirurgical supresiv

al amigdalelor și polipilor nazali inflamați / 85

**Capitolul 11.**

Cancerul / 88

**Capitolul 12.**

Afecțiunile specifice femeilor.

Menopauza sau „noua viață” / 94

**Capitolul 13.**

Tratamentul bolilor acute prin metode naturale / 101

**Capitolul 14.**

Adevăratul scop al medicinei / 124

**Capitolul 15.**

Homeopatia / 136

**Capitolul 16.**

Antitoxina difterică / 145

**Capitolul 17.**

Vaccinarea / 154

**Capitolul 18.**

Intervențiile chirurgicale / 159

**Capitolul 19.**

Bolile cronice / 163

**Capitolul 20.**

Crizele. Legea crizelor / 171

**Capitolul 21.**

Periodicitatea. Legea numărului șapte / 181

**Capitolul 22.**

Ce înseamnă cronic / 192

**Capitolul 23.**

Tratamentul bolilor cronice / 199

**Capitolul 24.**

Vitalitatea. Efectul stimulentelor / 204

**Capitolul 25.**

Dietele naturale / 216

**Capitolul 26.**

Bolile acide / 232

**Capitolul 27.**

Postul alimentar / 241

**Capitolul 28.**

Hidroterapia în tratarea bolilor cronice / 249

## **Capitolul 29.**

Băile de aer și de lumină.

Importanța pielii ca organ de eliminare / 258

## **Capitolul 30.**

Respirația corectă / 263

## **Capitolul 31.**

Exercițiile fizice / 272

## **Capitolul 32.**

Tratamentul corporal / 282

## **Capitolul 33.**

Domeniul legitim și limitele naturale  
ale vindecării mentale și metafizice / 292

## **Capitolul 34.**

Diferența dintre boala funcțională și boala organică / 300

## **Capitolul 35.**

Atitudinea dublă a minții și a sufletului / 305

## **Capitolul 36.**

Sinfonia vieții / 309

## **Capitolul 37.**

Constituția triplă a ființei umane / 311

## **Capitolul 38.**

Terapiile mentale. Afirmațiile pozitive / 315

## **Capitolul 39.**

Cum să ne rugăm / 322

## **Capitolul 40.**

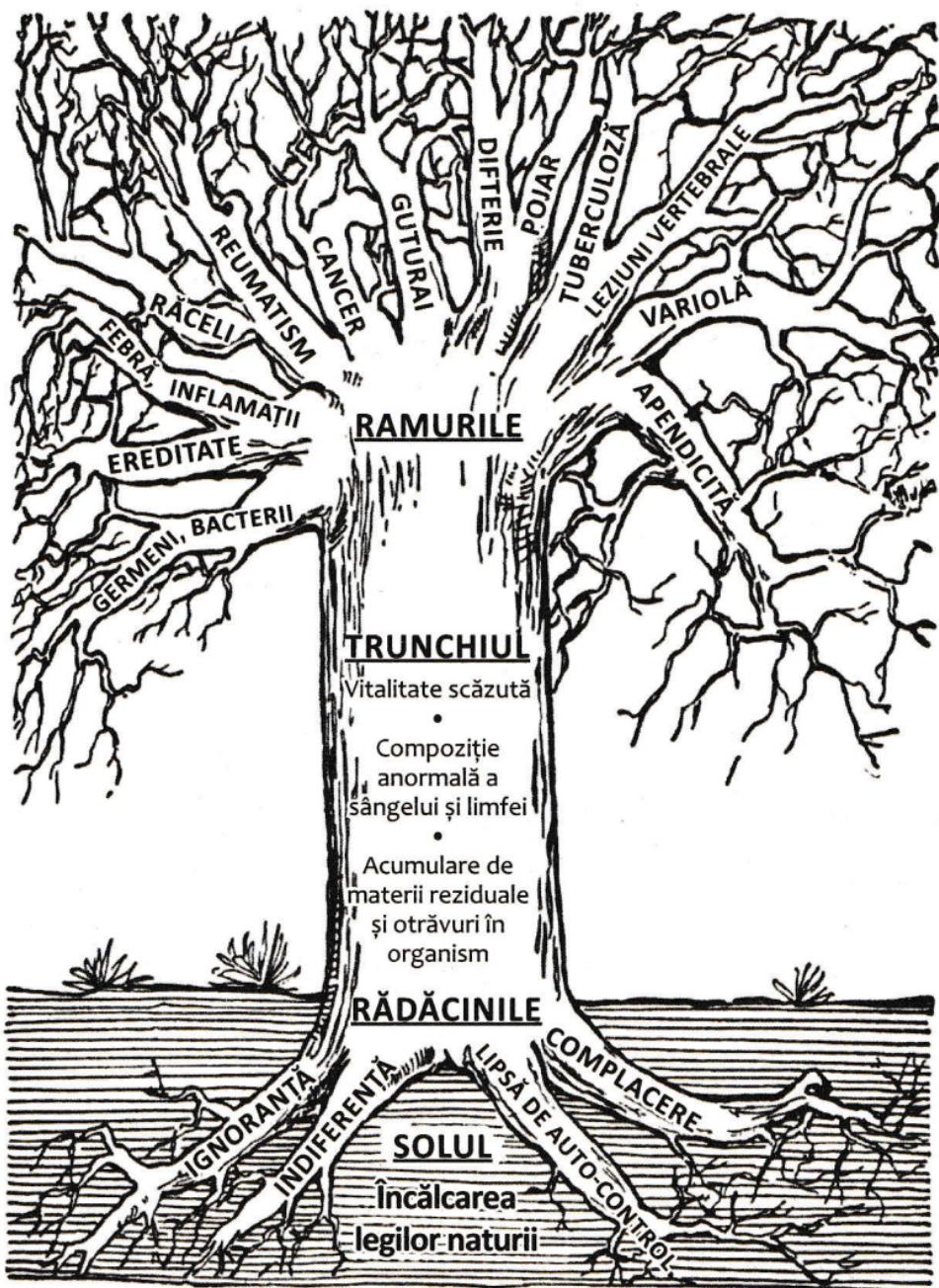
Relaxarea și sugestia / 327

## **Concluzie.**

Consolidarea voinței și a controlului de sine / 331

## **Monologul durerii / 334**

## **Glosar / 337**



„ARBORELE” BOLILOR

## CAPITOLUL 1

### Ce este Vindecarea Naturală?

Este o revoluție completă în arta și știința vieții. Este realizarea practică și aplicarea a tot ceea ce este bun în știința naturală, filosofie și religie.

Fondatorul mișcării a fost Vincenz Priessnitz, un fermier din Gräfenberg, Silezia austriacă. El a pus bazele hidroterapiei moderne utilizate în medicina alternativă.

Farmacopeea sa, nu constă în pastile și poțiuni otrăvitoare, ci într-o mulțime de exerciții, aer proaspăt, tratamente cu apă din pârâurile de munte și o hrana simplă formată în mare parte din pâine neagră, legume și lapte proaspăt de vacă.

Utilizarea apei reci ca tratament curativ este înregistrată în lucrările lui Hippocrates și Galen. Priessnitz a reînviat tehnica după ce a reușit să o aplice cu succes pe pacienții din sanatoriul construit în jurul casei sale (acum Lázně Jeseník).

Printre cei care au făcut pelerinaj la Grafenberg, pentru a deveni pacienți sau studenți acestui vindecător genial, au fost comercianți bogăți, prinți și medici din toate părțile lumii.

Ideea de vindecare fără medicamente s-a răspândit rapid în Germania astfel, apotecarul Hahn, țesătorul Kuhne, industriașul Rikli, preotul Kneipp, medicul Lahmann și Turnvater Jahn, fondatorul educației fizice au devenit adeptii entuziaști ai lui Priessnitz.

Fiecare dintre aceștia au lărgit și îmbogățit marele domeniu al Vindecării Naturale. A fost elaborat tratamentul cu apă și dietetica naturală, s-au inventat diverse sisteme de tratare prin osteopractică, au apărut tratamente cu pământ, aer și lumină, terapia psihică, gimnastica curativă.

Von Peckzely a adăugat Iridologia care revelează nu doar secretele interioare ale organismului uman, dar și căile și mijloacele de vindecare ale naturii și modificările ce apar în mod continuu în organism.

În SUA, dr. Russell Thacker Trall, din New York, dr. Jackson din Danville, dr. Kellogg din Battle Creek și alții au trecut oceanul pentru a deveni studenții lui Priessnitz. Realizările acestor medici în domeniile în care au activat, au rămas ca mărturie ale autenticității tehniciilor de Vindecare Naturală.

Phineas Parkhurst Quimby, filosof, inventator și vindecător a atins succesul și a devenit renumit pentru aplicarea metodelor sale naturale de tratament cu apă, masaj, tratament magnetic și mental. Treptat, el și-a concentrat eforturile și, până la sfârșitul vieții sale a dezvoltat un sistem complet de terapii magnetice și mentale.

Învățările și metodele lui Quimby au fost adoptate de Mary Baker Eddy, studenta sa cea mai entuziaștă și prin ea au fost elaborate în știința creștină, cea mai recentă și cea mai reușită dintre mișcările moderne de vindecare mentală.

Dr. Still din Kirksville, Missouri și-a adus contribuția valoroasă la metodele naturale de tratament prin inventarea osteopatiei, un sistem de manipulare științifică a structurilor osoase, a nervilor și a centrilor nervoși, a mușchilor și ligamentelor. O evoluție ulterioară a științei osteopatice este chiropractica inițiată de dr. Palmer din Davenport, Iowa.

Acești medici nu au fost influențați de teoriile din cărțile de medicină sau de explozia de medicamente care fiecare trata câte un simptom, ci s-au ghidat după bun simț în rezolvarea problemelor legate de sănătate, boală și vindecare.

Inspirăția lor a venit de la natură nu din atmosfera tulbure a camerelor de disecție. Ei au studiat întregul și nu doar părțile. Cauzele, pe lângă efecte și simptome. Pentru a compensa îndepărțarea omului de instinctul natural s-au îndreptat către obiceiurile naturale ale creației animale și nu spre doctrinele rigide ale școlilor de medicină.

Așa a luat naștere „întoarcerea la Natură” și „Noua Evanghelie a sănătății”, cu scopul de a eliberaumanitatea de influențele distructive ale alcoolismului, excesului de carne, de droguri și de tutun, de otrăvirea cu medicamente, vaccinării, mutilării chirurgicale și alte abuzuri practicate în numele științei.

Când mamele vor învăța să aducă pe lume copii în conformitate cu legea naturală, să le modeleze trupurile și caracterul pentru a fi armonioase și frumoase chiar **dinainte** ca noua ființă să vadă lumina zilei, când părinții vor știi să le ofere copiilor puritatea minții în armonie cu legile ființei lor, abia atunci vom avea bărbați și femei frumoase. Copiii nu vor mai fi un blestem și o povară pentru ei însăși și pentru cei care îi aduc pe lume sau pentru societate în general.

Aceste gânduri nu sunt simple vise ale unui vizionar. Când vedem transformarea extraordinară după numai câteva luni de tratament natural, nu pare imposibil sau improbabil ca aceste idealuri să se poată realiza în câteva generații.

Copiii născuți și crescuți în armonie cu legea naturală vor fi viitorii stăpâni ai pământului. Nu vor avea nevoie nici de aur, nici de influență pentru a câștiga în cursa vieții. Puterile înăscute ale trupului și sufletului îi vor face victorioși în toate circumstanțele. Descendenții alcoolismului, otrăvirii cu medicamente și perversității sexuale vor fi doar exemplare jalnice în comparație cu bărbații și femeile unei adevărate și nobile aristocrații a sănătății.



## CAPITOLUL 2

### Catehismul vindecării naturale

Filosofia Vindecării Naturale se bazează pe legile și principiile naturale nou descoperite sau redescoperite și cu aplicarea lor în fenomenele vieții și morții, a sănătății, bolilor și vindecării.

Fiecare știință ce încorporează tipare noi de gândire, necesită moduri exacte de exprimare. În această lucrare m-am străduit să definesc cât mai precis ideile specifice învățăturilor Vindecării Naturale.

Cei ce studiază Vindecarea Naturală și subiectele înrudite ei vor trebui să asimileze aceste formulări, deoarece conțin esența filosofiei noastre și facilitează foarte mult înțelegerea ei.

#### **1. Ce este Vindecarea Naturală?**

Vindecarea Naturală este un sistem ce construiește sănătatea ființei în armonie cu principiile din natură, la nivel fizic, mental, moral și spiritual.

#### **2. Ce este principiul constructiv din natură?**

Principiul constructiv este acela care îmbunătășește și repară, care apropie ființa de perfecțiune, a cărui activitate în Natură este desemnată ca fiind evolutivă și constructivă.

#### **3. Ce este principiul distructiv din natură?**

Principiul distructiv dezintegreză și distrugе formele și tipurile existente în natură și este desemnat ca având o acțiune involutivă.

#### **4. Ce este normal sau natural?**

Este normal sau natural, ceea ce este în relație armonioasă cu scopurile vieții individului și cu principiul constructiv din Natură.

#### **5. Ce este sănătatea?**

Sănătatea este o vibrație normală și armonioasă a elementelor și forțelor care compun entitatea umană pe planurile fizic, mental, moral și spiritual ale ființei, în conformitate cu principiul constructiv al Naturii, aplicat vieții individuale.

**6. Ce este boala?**

Boala este o vibrație anormală sau dizarmonioasă a elementelor și forțelor care compun entitatea umană, pe unul sau mai multe planuri de existență, în conformitate cu principiul distructiv al Naturii, aplicat vieții individuale.

**7. Care este cauza primară a bolii?**

Cauza primară a bolii, (aici se exclude rănirea accidentală sau chirurgicală a organismului uman sau un mediu ostil vieții umane), este **încălcarea legilor naturii**.

**8. Care este efectul încălcării legilor naturii asupra organismului uman?**

Efectele încălcării legilor naturii asupra organismului uman (fizic) sunt:

- **scăderea vitalității;**
- **compoziția anormală a săngelui și a limfei;**
- **acumularea deșeurilor lichide, a materiilor reziduale și otrăvurilor în trup.**

Acstea condiții sunt identice cu boala, deoarece tind să scadă, să împiedice sau să inhibe funcția normală (vibrația armonioasă) a organismului și provoacă distrugerea țesuturilor vii.

**9. Ce este boala acută?**

Orice reacție acută este, în realitate, rezultatul eforturilor Naturii de a elimina materialele străine și otrăvurile din organism și de a repara rănilor țesuturilor vii. Cu alte cuvinte, este **un efort de curățare și vindecare al Naturii**. Boala reală este scăderea vitalității, compozitia anormală a fluidelor vitale (sânge și limfă) și în consecință, acumularea de reziduuri și otrăvuri.

**10. Ce este boala cronică?**

În cazurile cronice vibrația normală a organismului se reduce (vitalitate redusă) ca urmare a acumulărilor de deșeuri și otrăvuri, urmată de distrugerea părților și organelor vitale. Regresul e de multe ori atât de mare, încât forțele constructive și vindecătoare ale Naturii nu mai pot reacționa împotriva bolilor prin eforturi corective acute („crize de vindecare”). Boala cronică este o condiție a organismului în care încărcătura toxică a câștigat ascendent.