

La depuración dirigida

Todo ser humano desea tener el mayor bienestar subjetivo posible así como la mayor salud posible, objetivamente medible. Y es de suponer que el deseo de gozar del bienestar subjetivo es el más importante, pero éste con frecuencia se ve disminuido por malestares o dolores, aunque sea en una sola región del cuerpo o en un solo órgano. Con frecuencia, una depuración dirigida puede ser de gran ayuda para superar el dolor, los síntomas o la crisis que se oculta tras de ellos.

No todos aquéllos que se vean afectados por algún tipo de contaminación pueden tomarse el tiempo para hacer una depuración progresiva, lenta y orgánica, para una depuración general. Puede ser que padezcan de gota, o de pies necrosados a causa de la diabetes, sobre los que ya se cierne la sombra de la amputación. O bien, puede tratarse de estenosis en las piernas o de hongos en las uñas de los pies.

Entonces lo que hay que hacer, por supuesto, es empezar inmediatamente una depuración dirigida. Tomemos como ejemplo una experiencia que tuvimos hace algún tiempo durante la gran feria de salud de la ciudad de Stuttgart, la PRO SANITA, con la directora de la Volkshochschule (escuela superior popular) local, Departamento de Salud. Nos contó acerca de un grupo que estaba dirigiendo. Entre los participantes se encontraban dos mujeres que padecían de artrosis en las rodillas y que habían acudido al grupo para depurarse a fondo. Ahora estas dos mujeres acudían dos noches por semana al grupo de ayuno y tenían unas rodillas espantosamente hinchadas que, además, les producían unos dolores terribles. Ella, como directora del grupo, no sabía qué había provocado que se les inflamaran las rodillas de esa manera y tampoco sabía cómo ayudarlas.

Cuándo le preguntamos qué tipo de ayuno practicaba, nos dijo que un ayuno consecuente con té. En ese momento supimos cuál era el problema, pues ella únicamente había aplicado el primero de los tres pasos necesarios para una depuración consecuente y exitosa, sin complicaciones.

Con el té, había disuelto las impurezas existentes, en este caso, sales de ácido úrico, en las rodillas de ambas señoras, con lo que había reactivado el ácido úrico original. Pues como sabemos ya, disolver impurezas significa descomponer la sal en su compo-

Depuración

Disolución de impurezas por medio de

- Té / vinagre de frutas
- Jugos de verduras
- Remedios homeopáticos

Neutralización de los ácidos disueltos mediante

- Régimen alimenticio vegetariano integral
- Minerales
- Complementos alimenticios

Eliminación de los ácidos y sales por medio de

- Agua
- Higiene corporal alcalina

Limpieza y vivificación mediante

- Oxígeno
- Especies

nente mineral principal y el resto ácido, es decir, “disolver” el enlace químico estable y químicamente neutro.

El segundo paso depurador de la neutralización de ácidos y el tercer paso de la eliminación consecuente y exitosa de las sales neutralizadas y aun de los ácidos puros a través de la piel y los riñones los había dejado totalmente fuera en su grupo de ayuno.

Con el té, que evidentemente era un fuerte disolvente de las sales de ácido úrico, quizá té de avena verde, había disuelto las impurezas de ácido úrico presentes en las rodillas de ambas mujeres, convirtiéndolas en ácido úrico y en calcio ya sin energía. Este ácido estaba ahora mordiendo y cauterizando las células y tejidos, cápsulas y cartílagos de las rodillas. Por eso el cuerpo, dado que no se le estaba proporcionando agua en abundancia, ni tampoco minerales y oligoelementos para neutralizar los ácidos, no tenía más remedio que mandar grandes cantidades de fluido corporal a las rodillas, para diluir los ácidos resultantes de la disolución de impurezas y empezar a llevárselas de ahí.

Posibilidades de la depuración alcalina

Externa

Aplicaciones	Para
- Lavados	- higiene íntima
- Fricciones	- contracturas musculares
- Baños de manos y brazos	- gota
- Baños de pies	- hongos / estenosis en las piernas
- Baños de cuerpo entero	- alergias / psoriasis
- Enjuagues	- Cavidades de la cabeza / vagina
- Compresas	- hígado / migraña / nervio ciático
- Medias básicas	- diabetes / pies necrosados
- Guantes de sal	- gota

Interna

- Régimen alimenticio abundante en minerales
- Régimen alimenticio vegetariano integral
- ¡Beber té!
- Complementos alimenticios / minerales
- Enemas alcalinos
- Hidroterapia del colon

* básico = alcalino

Ahora que la directora de la escuela superior popular sabía lo que había provocado, naturalmente también quería saber cómo remediarlo. Le recomendamos que les prescribiera a ambas mujeres la abundante ingestión de minerales y oligoelementos, así como uno a dos litros de agua al día. También que tomaran diariamente entre tres y cuatro baños de pies de por lo menos treinta a sesenta minutos, o bien, un baño de cuerpo entero, de ser posible, de hasta dos horas de duración. También que, por las noches, se aplicaran compresas alcalinas en las rodillas y, de preferencia, las probadamente buenas MEDIAS BÁSICAS.

Para la preparación de estas medias básicas, se disuelve una cucharadita tetera rasa de sales básicas* para baño corporal en un litro de agua tibia.

Después, en esta lejía lechosa se remoja un par de gruesas medias de lana o de algodón hasta que estén bien empapadas. Después de exprimirlas bien, se ponen en los pies. Sobre estas medias húmedas se pone otro par de medias gruesas y secas, más grandes, para que no interfieran con la circulación. Por supuesto, tampoco las medias húmedas han de ser estrechas ni apretadas.

Ahora sí, llegó la hora de meterse a la cama, con o sin botella de agua caliente, según se sientan de fríos los pies, con las medias básicas y las compresas en las rodillas.

En el caso de nuestras dos mujeres con artrosis, dentro de la depuración general planeada mediante una cura de ayuno y debido a un grave error de la directora del ayuno –la omisión del segundo y tercer paso de una depuración correcta– de repente se había hecho necesaria una depuración y desacidificación dirigida y local. En ese entonces le prometimos a la directora del ayuno que con una depuración dirigida, alcalina y mineral, que un lapso no mayor a tres o cuatro días tendría un éxito absoluto. Así fue.

Tales depuraciones locales y dirigidas se pueden practicar exitosamente en numerosas enfermedades por contaminación. Aquí hay que mencionar sobre todo la estenosis en las piernas, pero también los pies necrosados de los diabéticos, en riesgo de sufrir una amputación, así como la gota, las contracturas musculares, el reuma y, por ejemplo, también la supuración o contaminación de las cavidades de la cabeza. En estos últimos casos han probado su buen efecto los enjuagues, hechos durante semanas o aun meses, con una lejía alcalina, que es inhalada una y otra vez hasta que baje por el paladar, dentro de la cabeza.

Igualmente recomendable resulta este enjuague en casos de rinitis y sinusitis. Otra forma de aplicarlos es mojar el dedo meñique en la lejía alcalina o en agua de baño alcalina y después introducirlo en las fosas nasales tan profundamente como sea posible.

Para hacer esta lejía se disuelve la punta de un cuchillo de una sal básica* para baño en una taza de agua tibia y después se inhala el líquido. Para ello resultan adecuadas sales básicas para baño corporal como Meine Base.

Las lejías ligeras, como las hechas con las sales mencionadas, también son muy apropiadas para hacer gárgaras en caso de infecciones de la garganta, anginas purulentas o mal aliento.

Entre tanto, muchas personas utilizan también estas sales para lavarse los dientes, frecuentemente prescindiendo incluso del cepillo de dientes. Se puede tomar sal con el dedo índice ligeramente humedecido y frotar y masajear con él los dientes y las encías. Los granos particularmente gruesos se pueden eliminar con un fuerte movimiento del dedo, antes de introducirlo a la boca.

Para la limpieza de los espacios entre los dientes, probablemente sea mejor utilizar un buen palillo que el cepillo de dientes.

* básico = alcalino

Sales básicas* para baño corporal en casos de / utilizada como:

- Eliminación de impurezas y venenos
- Eliminación de ácidos
- Autolubricación de la piel
- Antidepresivo
- Enjuagues nasales
- Compresas / compresas para el hígado
- Bebida alcalina
- Masaje de sal
- Medias básicas
- Guantes de sal
- Camisa de sal
- Baño de cuerpo entero
- Baño de pies
- Baño de asiento
- Baño de manos
- Baño de brazos

También en casos de dolor de cabeza y migraña se puede aplicar exitosamente una depuración local. Incluso en ciertos ataques ácidos se pueden prestar primeros auxilios al crear de manera dirigida un fuerte contrapeso alcalino a los ácidos existentes. Esto se aplica especialmente en ataques ácidos dramáticos, como el infarto al miocardio, el ataque de gota y la apoplejía. Ya hablaremos de esto más adelante. Con frecuencia, basta con beber agua pura para notar una mejoría.

Cada vez más personas tienen problemas con los oídos y su función auditiva. Cada vez se habla más de zumbidos en los oídos y pérdida del oído. También para la depuración de los oídos y de toda la

cabeza, con sus numerosas funciones cerebrales, así como de los ojos, han resultado de gran ayuda los enjuagues nasales.

Tenemos, además, la amplia gama de las micosis, que con frecuencia se eliminan solas cuando se modifica el entorno ácido ideal para los hongos, de un pH de entre 4 y 6, por medio de una cura alcalina consecuente. Para ello se hacen enjuagues vaginales alcalinos, baños de asiento o bien largos y regulares baños de pies. De esta manera será fácil deshacerse de los molestos hongos en la vagina, la piel o las uñas de los pies.

Contra los hongos de los pies han mostrado ser particularmente efectivas las medias básicas ya mencionadas. Mientras que se está practicando esta cura alcalina es muy importante desinfectar los zapatos cuidadosamente. Para ello, se les debe rociar repetidamente por dentro con un aplicador de perfume lleno de aceite esencial de árbol del té.

Si se sufre de migraña, puede ser de gran utilidad la aplicación de compresas alcalinas, además de tomar baños alcalinos de cuerpo entero y una bebida alcalina.

Nos encontramos con un fenómeno particular al elegir la temperatura ideal para compresas y baños. Existen mujeres que, por ejemplo, padecen de migrañas cuando se acercan los días de su menstruación. Con frecuencia les ayuda aplicarse compresas hechas en la nuca, en tanto que su dolor incluso aumenta si las compresas son calientes o aun tibias.

Este tipo de experiencia tiene un sentido energético, y también desde la perspectiva de la química del cuerpo, puesto que los ácidos corresponden al calor y las lejías o

bases, al frío. Entonces, lógicamente los ataques ácidos serán detenidos mediante compresas con una temperatura un poco por debajo de la temperatura del cuerpo.

También se puede reforzar el tratamiento alcalino frotando las zonas musculares afectadas con un aceite para masajes mezclado con un poco de sales básicas* para baño corporal y dando de esta manera un MASAJE DE SAL. Éste masaje deja un colchón alcalino sobre la piel, en el que el cuerpo gusta de seguir depositando ácidos: la ley universal de la ósmosis aplicada a pequeña escala. Entre tanto, estas sales básicas, que producen un pH de entre 8 y 8.5 en la lejía resultante, ya están concebidas de modo que se les pueda usar como sales básicas para baño corporal, para masaje o para la limpieza dental y, naturalmente, en la preparación de lejías para compresas, enjuagues, etc.

Particularmente importante y urgente resulta la depuración local y dirigida en caso de dedos de los pies o de pies que estén en peligro de ser amputados. En Alemania se realizan veinte mil de estas amputaciones al año. Casi siempre se trata de diabéticos de edad avanzada, y no es raro que se les ampute la pierna desde la pantorrilla.

Estos miembros a veces se tornan verdaderamente negros, debido a la deficiente irrigación sanguínea. En la fase final, los tejidos se empiezan a pudrir, porque ya casi no reciben sangre, oxígeno y otros nutrientes. Precisamente en estos casos ha demostrado su alto valor una depuración dirigida y drástica, que tiene que ser practicada de manera muy cuidadosa.

Para ello se debe tomar un litro y medio o más de té de hierbas medicinales al día y la misma cantidad de agua. Es absolutamente forzoso que, paralelamente, se dé una muy abundante ingestión de minerales y oligoelementos proporcionados por los complementos alimenticios indicados, para convertir estos ácidos disueltos, que van a inundar verdaderamente el organismo afectado, en sales neutras eliminables que puedan abandonar el cuerpo a través de la orina. Es posible que esto no se logre del todo debido al ya mencionado bloqueo renal cuando hay un pH de entre 4.4 y 4. Por eso, nos ayudaremos a lo largo del día tomando diariamente hasta seis baños de pies de por lo menos treinta minutos de duración y, de ser posible, también un baño de cuerpo entero de entre una y dos horas de duración.

Por las noches, habrá que ir a la cama con las medias básicas puestas. Y hay que tener un particular cuidado de que éstas sean cómodas, nunca deberán ser demasiado justas o apretar y se les deberá exprimir perfectamente antes de ponérselas. El pie necrosa-

* básico = alcalino

Depuración dirigida con

- Baños de manos
- Baños de brazos
- Baños de pies
- Compresas
- Enjuagues
- Lavados
- medias básicas
- Guantes de sal
- Camisa de sal

do no debe ser expuesto a molestias mecánicas innecesarias durante el tiempo de la depuración, por ejemplo, masajes. El cuerpo se ayuda a sí mismo. No es necesario empujar los ácidos disueltos hacia el metabolismo, que de por sí ya está sobrecargado. Aquí las impurezas y los ácidos deben salir a través de la piel gracias a las compresas, las medias básicas y los baños de pies alcalinos.

Con frecuencia, una depuración dirigida toma entre tres y seis semanas, y el pie que

Medias básicas en caso de:

- Celulitis
- Hongos en los pies
- Hongos en las uñas
- Comezón en la piel (ácido)
- Pies sudorosos
- Estenosis en las piernas
- Pies necrosados
- Padecimientos circulatorios
- Gripe
- Dolores de cabeza
- Migraña
- Contaminaciones
- Envenenamientos

alguna vez estuvo en peligro de ser amputado recupera su color natural y vuelve a estar bien irrigado. Naturalmente, una depuración de este tipo será tanto más exitosa cuanto más temprano se le practique. También se recomienda tomar paralelamente preparados de ginkgo y cápsulas de aceite de cebolla, también aplicarse un enema semanal.

Resulta absolutamente evidente que la piel es capaz de eliminar ácidos directamente, a diferencia de los riñones, que a través de la orina evacuan más bien las sales neutras eliminables.

Los joyeros nos podrían contar miles de historias acerca de lo corroídas que están algunas piezas de joyería que les lleven a reparar. Los causantes de esto tienen que haber sido ácidos tan agresivos como el sulfúrico o el nítrico.

La medicina china sabe desde hace milenios: “Lo que los riñones y la vejiga no puedan eliminar, deberá eliminarlo el intestino. Lo que no pueda eliminar el intestino, deberán eliminarlo los pulmones. Cuando todos ellos juntos no pueden eliminar las suficientes sustancias venenosas, entonces deberá hacerlo la piel. Y lo que la piel no pueda eliminar, producirá la muerte.”

Así pues, la piel es un eliminador de venenos e impurezas altamente calificado, de cuyas funciones y capacidades nos debemos servir a como dé lugar.

Entonces, propongámonos hacer lo que se hacía en tiempos de la abuela, y utilicemos más baños de pies y compresas, más medias básicas y baños de manos y brazos en las más diversas enfermedades por contaminación. ¿Por qué alguien que padezca de gota en la mano no habría de sumergir su extremidad, desagradablemente hinchada, en un recipiente lleno de una lejía alcalina mientras mira la televisión, durante una o dos horas? El sudor de las manos nos enseña que las palmas de las manos eliminan impurezas de manera similar a los pies a través de las plantas.

Hay que hacer algo por la propia salud. Por ejemplo, si uno se quiere liberar de sus molestos hongos en las uñas y los dedos de los pies, resistentes por años a todas las posibles terapias, se deberán tomar tres o cuatro baños alcalinos de pies al día y ponerse las medias básicas* durante la noche.

Y aprovechando que ya estamos en el cuarto de baño, arrojemos un vistazo a la higiene

bucal. Aquí encontraremos otra impureza visible y dura como una piedra, el sarro dental, que se forma a partir de la placa dental, que ininterrumpidamente, día y noche, brota de las bolsas dentarias y que representa, también, una eliminación de basura por parte del cuerpo. Esta placa dental, junto con el ácido acético de los dulces, neutralizado por el calcio de los dientes o del bolo alimenticio, constituye, capa por capa, el sarro cada vez más fuerte y duro.

Con toda seguridad, su composición difiere de persona a persona, dependiendo de cómo se alimentan o comportan. Sólo una cosa tienen en común todos los diferentes sarros: son químicamente ácidos, es decir, se formaron a partir de ácidos de las más distintas procedencias, atrayendo oligoelementos y minerales formadores de alcalinos. En estos casos sólo ayuda una cosa: la higiene bucal alcalina, como la que practican, por ejemplo, los hindúes al masticar hojas de bethel. Además, espolvorean cal alcalina sobre las hojas. Se sabe que este pueblo tiene la mejor dentadura del mundo, a lo que seguramente también contribuye su alimentación vegetariana.

Nosotros practicamos algo similar, masticando en verano hojas de diente de león o limpiando nuestros dientes con una mezcla de sales básicas, con la que también hacemos gargarismos. Esta solución incluso se puede tragar, algo que resulta muy benéfico.

Esto lo hacen hoy frecuentemente los niños con todas las pastas dentales que hay en la actualidad y que, por lo general, tienen sabores artificiales de frutas. Pero la gran cantidad de agentes espumantes contenidos en estas pastas representa una catástrofe de dimensiones considerables para todo el tracto intestinal, que va de la boca al recto.

Entonces, tenemos que una sal básica sobre el cepillo de dientes o, mejor aún, sobre el dedo humedecido, es la higiene bucal correcta, que puede eliminar cualquier sarro dental en pocas semanas. El sarro no soporta la diferencia de tensiones entre el propio pH de entre 4 y 5, y el pH alcalino de la sal limpiadora, de aproximadamente 8.5, por eso se desprende y se desmorona en el sentido más literal de la palabra.

Lo único que le quedará al dentista será preguntar: “¿Cómo lo hizo?” Es muy sencillo: sólo se practicó una depuración dirigida, local y alcalina.

Duración de los baños de cuerpo entero

- Media hora mínima
- Una hora, mejor
- Dos horas, bien
- Tres horas, óptimo
- Nueve horas, probadamente exitoso

* básico = alcalino

Ya hemos visto, entonces, muchas posibilidades de depuración puntual, dirigida: baños de manos y brazos, baños de pies, compresas, enjuagues y medias básicas. ¿Por qué no habría de irse a la cama con guantes de sal la campesina de Westfalia enferma de gota? Los guantes de sal se preparan de manera similar a las medias básicas.

Los lavados alcalinos le proporcionan un gran bienestar a la zona genital, particularmente en el caliente verano, cuando se suda mucho y la piel se puede llegar a escocer. Pero nada de esto es necesario.

Hace poco nos escribió un sanador de Holanda, para contarnos que con ayuda de una sal de baño alcalina había logrado curar rápidamente la entropierna excoriada de un hombre, que llevaba tratando sin éxito durante mucho tiempo.

Todas las cremas y aerosoles habían fallado a través de los años. En cambio, los baños de asiento regulares junto con baños de sol y de aire, curaron totalmente en dos semanas todas las heridas y excoriaciones en la zona genital y anal.

Hace no mucho tiempo, un cliente de Crailsheim nos contó del efecto fenomenal que había alcanzado con una lejía que se preparaba regularmente. Él hombre tenía 74 años y sufría de sobrepeso desde hacía mucho tiempo. Su médico le había recomendado que bajara entre seis y diez kilogramos, porque tenía demasiada agua en el cuerpo. Pero lo que no le dijo fue cómo deshacerse de esa agua. Sólo le dijo que tenía que BAJAR.

Pero no lo había logrado. El agua en su cuerpo no lo abandonaba. Tampoco podía “bajarla”. Él estaba, como se dio cuenta después, al trabajar con nosotros, totalmente envenenado y contaminado, y sufría de eso que nosotros llamamos “retención de agua para diluir los ácidos”. Él estaba, como lo decimos nosotros, “gordo de agua”.

De manera instintiva, él hizo lo siguiente, cosa que nos contó por teléfono: “Desde hace tres semanas preparo todos los días medio litro de agua al que le añado una cucharadita tetera de sales básicas* para baño corporal. Esta lejía me la unto en el cuerpo desnudo con una esponja, empezando por el cuero cabelludo y hasta los talones y los dedos de los pies. Con eso se acaba el medio litro. Dejo que la lejía se seque sobre mi cuerpo.

Con este método bajé tres kilos en tres semanas. ¡Fueron los tres litros de agua que eliminé a través de la orina! El doctor me da palmaditas en la espalda y me dice: ‘¡Siga así!’ Y ni siquiera sabe lo que hago. Tampoco se lo voy a decir.

¿Qué les parece esto?”

Nos parece que se trata de un típico caso en el que la ósmosis fue utilizada de manera correcta, tanto instintivamente como científicamente comprobable. Al crear drásticamente un colchón alcalino sobre la piel, hace que el cuerpo tenga durante horas la capacidad de eliminar ácidos e impurezas gracias a la lejía con pH de 8.5 que se seca sobre la piel, hasta que ésta haya alcanzado de nuevo su pH “normal” de entre 6.8 y 7.

* básico = alcalino

Una vez que estos ácidos han sido eliminados, ya no es necesario para el cuerpo retener agua para diluir los ácidos, y el cuerpo se deshace entonces de esta agua ahora inútil a través de los riñones y la orina. Esta observación la han hecho ya muchos “gordos de agua” al tomar largos baños alcalinos de cuerpo entero. Durante el baño, tienen que abandonar la bañera una o dos veces, para orinar. Debido a la fuerte eliminación de ácidos e impurezas, se liberó en los tejidos el agua de disolución y corrió hacia la vejiga.

Durante la charla, el señor L. nos contó que cada día se sentía mejor y que también su piel se sentía muy diferente. Además, quiso añadir que la lejía aplicada sobre la piel NO la secaba con una toalla, sino que la dejaba secar al aire libre.

Quien crea padecer posiblemente de la recién descrita “retención de agua para diluir los ácidos”, puede hacer una sencilla prueba para comprobarlo. Al despertarse por la mañana, puede cerrar las manos haciendo un puño, si la piel se tensa demasiado, es muy probable que se esté frente a una retención de agua para diluir los ácidos. Entonces se puede hacer lo mismo que hizo el señor L., además de, por supuesto, tomar repetidos baños alcalinos de manos, pies y cuerpo entero. Beber diariamente un litro de agua será también de gran ayuda.

Los baños de manos han hecho desaparecer las desagradables manchas cafés de las manos de muchas personas mayores, siempre que se les practique de manera regular. Por lo general, estas manchas primero se ponen rojas y después rosas antes de desaparecer del todo. Por supuesto, el proceso se verá acelerado si, además, se depura y remineraliza internamente de manera consecuente.

Si repasamos los tres pasos necesarios de toda depuración, entonces nos encontraremos en primerísimo lugar con los tés de hierbas medicinales, tan apreciados desde tiempos inmemoriales. En la Edad Media, eran las “brujas” quienes los preparaban. Estas inteligentes mujeres, a quienes fue una terrible infamia quemar, conocían perfectamente bien tanto a los seres humanos como a las plantas y a los animales. Ellas cuidaban y transmitían de generación en generación el conocimiento de nuestro pueblo acerca de las muchas interrelaciones existentes en el reino natural. Con toda seguridad, eso le estorbaba a los círculos que ejercían el dominio en esa época, por lo que estas valiosas mujeres murieron por miles en las hogueras del Medioevo. Nosotros hoy nos queremos disculpar, a título personal, por este terrible crimen cometido por nuestros antepasados hombres.

Nuestras mujeres, nuestras protectoras, sabían exactamente dónde y cuándo debían cortar tal o cual hierba medicinal. Así pues, iban a los claros de los bosques por las noches para cortar ciertas hierbas cuando había luna llena. Y esto no tenía nada de tonto, sino que mostraba más bien su absoluta y profunda comprensión de la naturaleza.

En los claros de los bosques reinan condiciones energéticas muy particulares, por eso ahí no crecen árboles, sino plantas medicinales, que desarrollan fuerzas especiales a la luz de la luna llena.

Nosotros hemos tratado de rescatar y continuar el conocimiento de estas sabias mujeres investigando la composición necesaria para un té de hierbas medicinales que contenga todos los elementos de los que se compone la química de nuestro cuerpo. Tuvimos especial cuidado en incluir con suficiencia también aquellos elementos que aparecen con poca frecuencia en la naturaleza, como por ejemplo, osmio, hafnio o cerio, para que este té pudiera convertirse verdaderamente en un VÍVERE.

La presencia de todos los elementos que participan en la química del cuerpo humano también hace que exista un equilibrio armónico de la energía expansiva dextrógira y de la impansiva levógira, que corresponden a las energías del Yang y el Ying.

Este té es un buen disolvente de impurezas. Sólo que debemos saber que un buen disolvente de impurezas produce ácidos que deben ser neutralizados con minerales y eliminados del cuerpo a través del agua. Y antes de dedicarnos a estas sustancias, vamos a decir algunas palabras acerca de la preparación de un té de hierbas. Una cucharada sopera ligeramente copeteada de hierbas medicinales es suficiente para preparar todo un litro de té. Las hojas secas son arrojadas y agitadas brevemente en el agua hirviendo. Se permite que se haga la infusión entre tres y cinco minutos y después se cuele.

Quien así lo desee, puede hacer una segunda infusión fría con las hierbas que hayan quedado en la olla y usarla en las plantas de la casa y el jardín. Se lo van a agradecer.

Todos los días se ha de beber por lo menos un litro o hasta dos litros de este té. Una taza realmente no ayuda. Se aconseja tomar dos litros durante una depuración drástica. Además, se beberá por lo menos la misma cantidad de agua. Pero según nos lo han reportado algunos clientes, con frecuencia prescinden del agua y se limitan a tomar litros de té al día. El mayor éxito nos lo reportó un cliente de la ciudad de Jena, que había estado muy enfermo de gota. Él había bebido diariamente seis litros de té!, además había ingerido abundantes minerales y se había saneado con baños alcalinos, de modo que en un año se había librado de su gota y los dolores que ésta le ocasionaba.

El té de hierbas medicinales también se puede usar como enema. Para ello requerimos de un litro de agua al que previamente se le haya añadido una pizca de sal básica. La temperatura debe ser ligeramente menor a la del cuerpo humano, es decir, alrededor de 36°C.

En pocos minutos, el té fluirá hacia el recto. Inmediatamente un agradable calor recorrerá nuestro vientre. En cuanto la totalidad del té haya penetrado a nuestro cuerpo, apretaremos la musculatura rectal y nos pondremos en posición dorsal (acostados de espaldas, levantando las piernas hasta colocarlas lo más rectas posible) o de vela, tal y como lo aprendimos en la clase de gimnasia en la escuela. Ahora ya no nos podemos mantener tan derechos como en esos tiempos, pero si nos esforzamos, lograremos colocar nuestro trasero en una aceptable posición inclinada.

Eso permitirá que el té se desplace hacia el ombligo, cosa que gusta al intestino grueso. Entre más tiempo aguantemos la posición dorsal, mucho mejor. ¿Quién logra aguantar más de diez segundos? Con eso es más que suficiente y regresamos a la posición horizontal, para rodarnos hacia el lado derecho. Esto lo hacemos, porque así lo exige la anatomía del intestino.

Después volveremos a hacer la vela, luego regresaremos a la posición horizontal y a un giro hacia la izquierda, después la vela y un giro a la derecha, etc. Así continuaremos durante cinco o diez minutos. Cuando estemos en la posición horizontal, daremos ligeros masajes y presionaremos suavemente el estómago. Antes de aplicarse el enema, se puede frotar el estómago con aceite de oliva. Si se tienen problemas de flatulencias, se pueden añadir también unas gotas de aceite esencial de comino. Se ha observado que se puede también practicar con éxito el enema estando en pie. Para esto se toma en alto el aparato para realizar enemas como la estatua de la libertad en Nueva York sostiene su antorcha.

Inevitablemente, llegará el momento en el que la presión sobre la musculatura rectal sea cada vez más fuerte. Entonces será el momento de parar la gimnasia en el suelo, para acercarnos hacia el inodoro y vaciar nuestro estómago. El placer ocasionado por la afluencia de los tibios y abundantes líquidos que abandonan nuestro cuerpo es casi indescriptible. Por cierto que habrá que continuar con los masajes y la presión sobre el estómago hasta que el intestino se haya vaciado por completo.

No se sentirán ardores ni pellizcos, pues el té no es algo que el intestino rechace violentamente, como el jugo de ciruelas o la solución de sulfato magnésico o sulfato sódico hidratado (sal de Glauber). Es únicamente el volumen del tibio líquido que fue introducido al estómago el que presiona para salir. Pero el té, reforzado por las velas, los giros, los masajes y la presión, abandona el estómago junto con una cantidad de basura intestinal que nunca nos hubiéramos imaginado.

De repente el abdomen, que siempre se había sentido tan duro –cosa que nosotros atribuíamos a la intacta y bien entrenada musculatura abdominal– se siente suave como el de un bebé. ¡No era la musculatura la que hacía que el abdomen se sintiera tan duro, sino las heces endurecidas que no habían podido ser evacuadas del cuerpo!

Té de hierbas medicinales

- El disolvente de impurezas disuelve las impurezas
- La disolución de impurezas implica la reactivación de “viejos” ácidos y venenos
- Los ácidos provocan malestares o crisis de ayuno
- Los ácidos son responsables de los empeoramientos iniciales
- Los empeoramientos iniciales se evitan neutralizando los ácidos y venenos mediante

Minerales

“La muerte se encuentra en el intestino”, dicen los naturistas. Entonces, isaquémosla, con enemas y masajes! Tomemos un día al mes o por lo menos al trimestre para ayunar y limpiar nuestro organismo. Ese día habremos de comer menos de lo normal, ingiriendo únicamente alimentos vegetarianos y hasta un litro y medio de té de hierbas medicinales, además de la misma cantidad de agua. Y por la noche, hagamos nuestro enema. Entonces habremos dado el primer paso importante para reformar la salud de nuestro pueblo y nuestra propia salud, en primer lugar. Entonces, pronto habremos limpiado y sanado la raíz de nuestra salud: nuestro intestino.

Otra buena posibilidad de lograr rápidamente buenos efectos de depuración y desacidificación es el uso de la CAMISA DE SAL. De nuevo prepararemos una lejía en un litro de agua a la temperatura del cuerpo al que añadiremos una cucharadita tetera rasa de sal de baño alcalina. En esta lejía lechosa empaparemos un suéter de algodón de cuello alto, al que luego exprimiremos antes de ponérselo durante toda la noche. Encima nos pondremos uno o dos suéteres secos, para que nadie pase fríos o se enferme de gripa. Con esta camisa de sal se han logrado impresionantes éxitos en casos de alergias de la piel, neurodermatitis, psoriasis, eczemas, acné y furúnculos, así como todos los padecimientos cutáneos. Naturalmente, esta camisa también se puede usar en casos de problemas con los pulmones, el hígado, los riñones y el corazón. Casi imposible pensar en otro magneto para las impurezas del torso que sea más efectivo que esta camisa.

La importancia de los minerales

Los minerales neutralizan los ácidos. Los minerales son los garantes de nuestra salud y nuestra belleza. Éstas durarán mientras que nuestras reservas minerales de la piel, el cabello, las uñas, los huesos, los tendones, las cápsulas y la sangre estén llenas. Numerosos ácidos y venenos orgánicos e inorgánicos fuerzan constantemente a la química de nuestro cuerpo a sacrificar minerales para su neutralización. Una de las más importantes tareas químicas de nuestra vida es ocuparnos de que haya un abasto constante y abundante de minerales, proporcionados por la diaria alimentación y por complementos alimenticios, para que nuestras reservas minerales permanezcan intactas el mayor tiempo posible y, por lo tanto, también nuestra salud y belleza.

Hoy en día muchos deportistas hombres brillan no sólo por su gran rendimiento físico, sino por su “frente amplia”. Ellos han descuidado de manera reprobable su abasto de minerales y, sin saberlo, han provocado el secuestro de minerales del cuero cabelludo para neutralizar el ácido láctico, que en ellos se produce en demasía.

Éste es el caso, en particular, de quienes practican jogging y fisicoculturismo, de quienes son asiduos asistentes a los gimnasios o de los atletas de alto rendimiento, como los futbolistas, boxeadores, ciclistas y corredores de distancias largas. Debido a la gran cantidad de ácido láctico que produce su fuerte actividad muscular, deberían ingerir grandes cantidades de minerales y oligoelementos para neutralizarlo. De no ser así, el organismo recurrirá a las propias reservas minerales. Desgraciadamente, en los hombres, esto significa que en primer lugar se recurrirá a los minerales del cuero cabelludo. Las consecuencias son rápidamente visibles.

Según nuestras investigaciones, los principales responsables para la caída del cabello en los hombres son los siguientes ácidos o sustancias: iácido úrico!, iazúcar!, inicotina!, iácido acetilsalicílico!, iácido láctico!, iácido sulfúrico!, iácido acético!, icafé!, iácido tánico!

Los minerales ricos en energía neutralizan los ácidos y vuelven a llenar las reservas minerales vacías:

- | | |
|-----------|--------------------|
| - Cabello | - Huesos |
| - Piel | - Cartílagos |
| - Uñas | - Vasos sanguíneos |
| - Dientes | - Cápsulas |

Entre tanto, podemos confirmar que donde ya sólo quedaba el resto de una raíz capilar o incluso donde desde hacía décadas que había una calvicie completa, puede volver a brotar cabello. Lo único que se debe hacer es depurarse consecuentemente y abastecer al cuerpo abundantemente con minerales ricos en energía. Una cura mineral de este tipo, practicada por lo menos durante uno o dos años, al mismo tiempo que se reduce la producción de ácidos evitando el