



РЕДАКТОРЪ
Д-ръ КИРИЛЪ ЙОРДАНОВЪ

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

Съдържание:

	стр.
1. Природолѣчебни болни ци въ Дрезденъ и Франкфуртъ	129
2. За тайния порокъ	135
3. Живеницъ, пиодермия, флегмона и др.	140
4. Лѣчебната сила на жи- вота	145
5. Самооздравителнитѣ си- ли на организма	146
6. Децата и тѣлесното въз- питание	149
7. Орѣхитѣ като храна	152
8. Готварската соль е вредна	153
9. Язва въ стомаха	154
10. Лѣкуване чрезъ вну- шение	156
11. Природа и здраве	157
12. Ревматизма и лѣкар- ствата	157
13. Изъ срѣдитѣ на стра- дашитѣ	157



ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЬ

Научно-популярно списание за природно лъкуване
и природосъобразенъ животъ (биологична медицина)

РЕДАКТОРЪ Д-ръ Кириль Йордановъ
градоки лъкаръ

Бул. „Мария Луиза“ № 34
Варна, телефонъ № 28-46

Priroden Lekar — Zeitschr. für Naturheilkunde und Naturg
Lebensweise. Schriftleiter D-r Kyril Jordanoff, Varna - Bulgarien

Год. абон. 50 лв. | Чек. смѣтка 23-91 | За стран. 70 лв. |

Природното лъкуване въ Германия

Впечатления отъ една научна екскурзия.

Въ Дрезденъ

Дрезденъ, по програмата на групата не беше включенъ за посещение. Но за мене тамъ беше най-интересното и азъ не можеше да се не отбия, когато другитѣ отпътуваха направо за Берлинъ. Тамъ бѣха нѣколкото модерни болници за природно лъкуване, въ които съмъ работилъ преди 10 години, когато ходихъ да изучавамъ природолѣчението на практика при първенцитѣ на новото лѣчебно изкуство. За разлика отъ тогава, сега тамъ беше новооткрытата биологична болница „Rudolf Hess“. Нея трѣбваше на всѣка цена да посетя и това би трѣбвало да направи всѣки български лъкаръ, преди да се произнесе „за“ или „противъ“ природолѣчението. Тамъ може да се видятъ резултатитѣ отъ научния паралелъ на лѣчебнитѣ резултати при лѣкарствено и безлѣкарствено лѣчение.

Дрезденъ е известенъ съ своята архитектура. Той е единъ красивъ чистъ градъ. Тамъ се намиратъ природолѣчебнитѣ болници на Билцъ, на Д-ръ Мьолеръ (шротолѣчение) на Lahmann и др. Но най-интересна за сега е казаната по-горе биологична болница, където работятъ природниятъ лъкаръ Д-ръ Враухле и алопата професоръ Д-ръ Гроте. Тѣзи имена сж познати на читателитѣ ни отъ списанието, особено отъ печатания въ списанието наученъ диалогъ.

Накратко, историята на тази болница е следната:

Водената отъ надъ сто години борба между природолѣчението и лѣкарствената медицина е бивала често твърде ожесточена. Особено реформаторитѣ въ медицината сж се мжчили съ всички срѣдства да докажатъ предимствата на природолѣчението. Тѣ сж молили да се дадатъ на професоритѣ и лѣкари природолѣчителите всички условия, за лъкува-

не въ болницитѣ, каквито даватъ на алопатитѣ. Искали сж да имъ се отсѣпятъ по нѣколко легла въ болницитѣ, кждето да иматъ възможность да лѣкуватъ часть отъ болнитѣ чисто природно. Така ще покажатъ на практика и предъ другитѣ лѣкари въ болницата, че природолѣчението надвишава по резултати лѣкарствата. За съжаление, това тѣхно искане не е бивало удовлетворявано. Но тѣ не сж се отчайвали. Съ свои частни или групови сръдства, чрезъ дарения въ пари, материали (по тухли) и работа, сж изградили дружествени природни болници и тамъ сж лѣкували безлѣкарствено онѣзи болни, които сж вѣрвали въ природолѣчението. Така изградена болница е „Присницхаусъ“ до Берлинъ. Тамъ беше шефъ Д-ръ Браухле“ при когото практикувахъ преди 10 години.

Този периодъ на изолиране, незачитане и спъване се свърши съ идването на Хитлеръ на власть. Тукъ Хитлеръ има голѣми заслуги, които трѣбва да признаятъ и онѣзи, които политически сж противъ него. Той първи реши да скжса съ „индустриализацията“ на здравеопазването, да се върнатъ хората къмъ природата, да се заработи за народното здраве чрезъ рационално използване на естественитѣ лѣчебни сръдства. Така той, съ съдействието на нѣколкото си първи помощници изъ лѣкарскитѣ сръди (Д-ръ Вагнеръ и др.) дойде въ помощъ на природолѣчението. Отпочна се реформиране на германската медицина. Призоваха се отритнатитѣ до това време опитни първенци на природолѣчението. Обзаведоха се отдѣления за природолѣчение въ много болници. Облече се въ официалность природолѣчението. Въ медицинскитѣ факултети почна да се изучава задължително природолѣчението. Уреждаха се периодично масово посещавани курсове за лѣкари, кждето се запознаваха съ природното лѣкуване. Това доведе до усилено дирене на подготвени природни лѣкари за разнитѣ болници. Отритнатитѣ до тогава природни лѣкари се пласираха като нафура. И днесъ изъ медицинскитѣ списания се даватъ обяви за дирене на природни лѣкари за разнитѣ болници и др. служби. (Не е чудно и у насъ да дойде това време). Днесъ никой не може да свърши медицина въ Германия безъ да е изучавалъ природолѣчението.

Да описвамъ всичко що е създадено въ областъта на природното лѣкуване тукъ, би отнело много мѣсто. Днесъ Дрезденъ е центъръ на научното природолѣчение. Тукъ е най-дейния, най-известния борецъ за ново лѣчебно изкуство — Д-ръ Браухле. Цѣлиятъ медицински свѣтъ, който проявява повече или по-малко интересъ къмъ реформаторскитѣ похвати въ медицината, сж обърнали погледъ къмъ него. Издателства се надпреварватъ да издаватъ негови научни трудове, редакции съ особена охота помѣстватъ неговитѣ ста-

тии, лѣкари съ особенъ интересъ следятъ резултатитѣ при лѣкуванитѣ отъ него болни. Курцумъ, Д-ръ Браухле и неговитѣ лѣчебни институти сж центъръ на всеобщо внимание. Всѣки иска да узнае какъвъ е края на задружната, съревнователна, сравнителна работа въ новата болница „Rudolf Hess“. Дали наистина Brauchle ще успѣе да докаже предимствата на природното лѣкуване. И този, който е узналъ вече резултатитѣ, той знае, че Д-ръ Браухле изпълни и доказа по единъ блѣскавъ начинъ. Той доказа, че природното лѣкуване има много предимства и че то често прави чудеса при болни, при които лѣкарственото лѣчение се е оказало безсилно.

Начина на работа, на сравняване и съгласувано провѣряване на резултатитѣ, сж изложени въ нѣколко научни книги излѣзли отъ името на двамата съревнователи Д-ръ Браухле и професоръ Гроте. Тѣзи научни трудове държа на разположение на всички владящи немски езикъ, особено на българскитѣ лѣкари, които рано или късно ще прегърнатъ природолѣчението. За всички наши читатели, ние редовно превеждаме и поднасяме въ списанието си. Нека всички го добре следятъ.

Описание на това, що се твори въ нѣколкото други природни болници намиращи се въ Дрезденъ нѣма да правя. Накратко запознахъ читателитѣ си съ тѣхъ преди 10 години, когато се върнахъ отъ първото си природолѣкуване въ Германия. Сега ще отдѣля мѣсто да запозная читателитѣ съ новата, тогава несществуваща, биологична болница.

Биологичната болница „Rudolf Hess“ въ Дрезденъ

Съ идване на Хитлеръ на власт, времето на незачитане и преследване природното лѣкуване отмина. Борбата на реформаторитѣ въ медицината свърши съ пълна победа. Като резултатъ отъ тази победа правителството на Райха нареди откриването на специална биологична болница. Тамъ се обзаведоха два отдѣла — алопатиченъ и биологиченъ. Отдѣлението за природно лѣкуване се повѣри на Д-ръ Алфредъ Браухле, а медицинското на професоръ Гроте. Всѣки отъ тѣхъ си има свой лѣкарски антуражъ. На така обзаведената болница се постави задачата да се изпробваатъ двата метода при най-различни болести и се установи кой има предимства предъ другия, при кои страдания и тѣхнитѣ граници на възможности.

По чисто германски, безъ губене на време и протакане, започна се научна и прецизна работа. Както шефове тѣ така и помощнитѣ лѣкари бѣха по мѣстата си и съ изключителенъ интересъ, лѣкуваха своитѣ болни, правяха научнитѣ си наблюдения и изследвания и записваха всичко грижливо. Зеръ тѣхната работа и резултатитѣ отъ нея ще бж-

датъ поднесени на учения медицински свѣтъ, ще бже подложена на критика и научна преценка отъ свѣтовно известни капацитети по медицината.

За да бже работата на дветѣ клиники безпристрастна, безъ скривания на слабоститѣ и прибавяне на предимства, всичко се върши подъ общъ контролъ и наблюдение. Диагноститѣ, начина на лѣкуване и резултатитѣ отъ него се установяватъ и потвърждава отъ представители на дветѣ течения. Така истиността се гарантира за еднитѣ и другитѣ.

Клиникитѣ сж модерно обзаведени. Лѣкаритѣ отъ алопатичнитѣ отдѣления проявяватъ голѣмъ интересъ къмъ работата въ природолѣчебната клиника. Тѣ признаватъ предимствата на природолѣчението¹⁾.

Съ г-нъ Д-ръ Браухле сме стари познати. Преди 10 год. при него въ присницовата болница изучавахъ практически природолѣкуването. Прие ме много любезно. „Да Ви представя неуморимия борецъ за природно лѣкуване въ България“ — се обърна той къмъ колегитѣ около него. Станаль веднажъ „неуморимъ борецъ“, съ подходяща за случая важность, придружихъ предадения къмъ мене лѣкаръ да обходимъ болницата. Д-ръ Браухле се извини, че не можа лично той да ме разведе, но затова пъкъ поговорихме достатъчно време, презъ което му направихъ снимки, които за съжаление нищо не излѣзоха, поради моето фотографско изкуство.

Г-нъ Д-ръ Браухле е все така младъ както преди 10 години. Той съ една особена охота говори за борбитѣ въ миналото и подчертава крайната победа.

За впечатленията си отъ разглеждането на болницата нѣма какво особено да се казва. Това е отлично обзаведена болница съ много болни, съ отлично резултатно лѣчение. Просторния дворъ е пригоденъ за въздушни, слънчеви бани, лежене на открито и голо гимнастикуване—отдѣлно за мъже и жени. Водолѣчебното отдѣление е съ всички приспособления за пълно водолѣчение. Отдѣление за паролѣчение, масолѣчение, механолѣчение и какво ли не още. Има много приспособления за специални лѣчебни гимнастики. Апарати за всички видове електрическо лѣчение.

Съ две думи, тази болница е най-модерно обзаведена за най-проститѣ и най-сложни приложения на природното лѣкуване. Желая на всѣки читателъ, особено на всѣки боленъ и български лѣкаръ да я посети, да я разгледа и проучи. Нека прекара и нѣкой курсъ на лѣчение тамъ. Тогава всичкитѣ ще разбератъ голѣмата придобивка на медицината въ природолѣчението. Само отъ такава лѣчение се изпитва истинска наслада при лѣкуването, както за този, който лѣкува и този, който бива лѣкуванъ. Тогава ще разбератъ какво претяжание къмъ страдащитѣ вършатъ онѣзи непрогледали

¹⁾ Вижъ Grote—Brauchle — „Gemeinschaftsarbeit“...

още наши сънародници, като съ всички сръдства пречатъ на лѣчебното обновяване и zlepоставятъ природолѣчението.

Нека накрай да отбележимъ само единъ оригиналенъ порядъкъ въ тази болница. Тамъ има единъ павильонъ, кждето лежатъ само тѣзи болни, които искатъ да бждатъ лѣкувани лично отъ Д-ръ Браухле.

Тѣзи болни си плащатъ установенитѣ такси на болницата, както всички други болни. Освенъ това, тѣ плащатъ единъ дневенъ допълнителенъ хонораръ лично на Д-ръ Браухле, за да бждатъ лѣкувани лично отъ него като частни болни. Това е единъ видъ частна клиника на колоса на природолѣчението.

Другитѣ болни Д-ръ Браухле посещава 2-3 пѣти седмично. А болнитѣ отъ специалния павилионъ — ежедневно. Тѣ сж болни изъ неговата частна практика, които той настанява на болнично лѣчение въ тази обществена болница.

Този „хаиръ“ е направенъ за Д-ръ Браухле. Той е свѣтилото на природолѣчението не само въ Германия, но и въ свѣта. Неговитѣ научни и популярни трудове се четатъ съ жадность отъ страдащи и всички лѣкари въ Германия. Нека си пожелаемъ, че тѣ скоро ще станатъ настолни книги и за българскитѣ лѣкари. Тогава нѣма да остане мѣстито за споръ, нито за съмнения, въ това, че бждещата медицина, това е природното лѣкуване.

Франкфуртъ новъ центъръ за разцвѣтъ на природолѣчението.

Научната лѣкарска екскурзия ми даде възможность да посетя и гр. Франкфуртъ, кждето преди това не бѣхъ ходилъ. Благодарение на връзкитѣ, които имаше г-жа Д-ръ Запрянова, бѣхме приети много добре отъ лѣкаритѣ на посетениитѣ отъ насъ лѣчебни заведения. Тѣзи нейни връзки станаха причина д се добера до знанието, че и въ този градъ имало и то отлично обзаведенъ природолѣчебенъ институтъ ръководенъ отъ младъ и енергиченъ професоръ. Не зная дали бихъ пресилялъ, ако кажа, че този природолѣчебенъ институтъ е по модеренъ, по луксозенъ по-пълненъ отъ всички други описани до сега. Той е и ново обзаведенъ, нарочно създаденъ по амбицията на единъ професоръ всеотдаѣ се на природолѣченнето и вложилъ всичката си амбиция да създаде образцовъ природолѣчебенъ институтъ и въ него на практика „да докаже силата на природното лѣкуване“, както се изразява той.

За да не заемаме страницитѣ на списанието, нѣма да описваме забележителноститѣ на този градъ, нито особеноститѣ на живота въ него. Ще се спра само върху института за природно лѣкуване и неговия ръководителъ. Преди всичко бихъ желалъ всѣки да го посети и да се запознае отъ

близо съ работата въ него и съ интуизма на ръководителя професоръ. По обзавеждането нѣма да пиша—то е идеално. Работи се съ всички подробности и строго научно. Много интересна беше срещата ни съ самия професоръ и неговата кратка лекция, която той любезно благоволи да изнесе предъ насъ — групата български лѣкари екскурзанти. И по това нѣколко думи.

Професорътъ е срѣдна възраст, пѣргавъ, жилавъ и енергиченъ човѣкъ. Въ всѣко свое движение, въ всѣка своя дума влага жаръ и темпераментност. Може да се каже, въ всички свои похвати при реформаторската си работа, е даже боекъ и революционенъ. Той е новъ последовател на природното лѣкуване. Родоначалниците на приролѣчението не споменава. Не говори охотно и за съвременниците лѣкари на природното лѣкуване като Браухле и др. Въ това се увѣрихъ чрезъ отправяне нѣколко запитвания. Той просто иска да оригиналничи въ природното лѣкуване. Като че ли тепарва създава науката за природно лѣкуване. Като че ли го смѣта свое творение. Макаръ и пресилено амбициране, въ това нѣма нищо лошо за самото дѣло. Напротивъ, такъвъ всеотдаденъ и амбициралъ се „да докаже силата му“ човѣкъ, ще допринесе за популяризирането му и въ нови срѣди. Защото той е новоизлѣзълъ отъ тѣзи срѣди и ще има по-голъмо влияние срѣдъ тѣхъ.

Въ своето увлечение г-нъ професорътъ е отишелъ до тамъ, че е влѣзълъ въ конфликтъ съ нѣкои фирми и представители на алопатичната медицина. Той самъ, съ известна гордостъ, ни разправи какъ нѣкои фирми го атакували за гдето отричалъ или подценявалъ пуснати отъ тѣхъ апарати или медицински специалитети, като твърди, че „това сж само начини за печелене на пари“. „Но, казва той предъ слушателитѣ си — азъ ще имъ докажа, че тѣхнитѣ апарати не сж нужни, защото сжщото можемъ да постигнемъ съ други срѣдства. Тѣхнитѣ специалитети не вършатъ приписванитѣ имъ действия, а това върши самата вода“.

Той е водилъ наученъ споръ съ нѣкои лѣкари рекламиращи единъ новъ специалитетъ за прибавка къмъ банята (мисля лайковъ препаратъ), като е доказвалъ, че не е поставения препаратъ въ банята, а самата вода, подходящо приложена, дава тѣй възхищаващия ги резултатъ. Разправя ни за описвания отъ тѣхъ опитъ, при който правили бани на ушитѣ на зайче съ прибавка на специалитета. Той повторилъ опити безъ прибавката на специалитета и получилъ сжщия резултатъ и съ това си навлякълъ умразата на фирмата и другитѣ експериментирали съ ухото и специалитета лѣкари. Накрай той се провикна: „Азъ ще имъ докажа, че, и безъ тѣхния специалитетъ ще получимъ сжщитѣ резултати“.

Най-сетне, ако ще става дума за прибавка на лайкови и други препарати къмъ банята, ние можемъ да си послу-

жимъ съ отваритѣ на разнитѣ билки, както сме ги описали въ нашата книжка „лѣчебни бани съ билкови отвари“.

По нататѣкъ г-нъ професорътъ се впусна по въпроса за лѣкуване на прогресивния парализъ (сифилисъ) чрезъ изкуствено заразяване съ малария. Той подчерта сложността на това лѣкуване, опасността отъ него и все пакъ не особено голѣмата му ефикасность. Той се е заелъ да докаже че е по-лесно, при това ефикасно и безопасно е, да се лѣкува прогресивния парализъ по природния методъ и по специално чрезъ повишаващи бани. Изнесе ни и случаи за такава лѣкуване.

Както е известно заразяване сифилистичния съ малария има за целъ да предизвика висока температура. Тази криза, отъ своя страна, върши оздравяването на сифилиса. Следъ време маларията трѣбва да се излѣкува чрезъ хининъ. Щомъ повишение на температурата е целта и лѣчебното, то това можемъ да постигнемъ чрезъ повишаващитѣ бани и нѣма защо да прибѣгваме до изкуствено заразяване съ малария, която и безъ това мъчно се лѣкува и е истинска напасть за човѣчеството.

Въ заключение трѣбва да повторя, че г-р. Франкфуртъ, въ лицето на този природолѣчебенъ институтъ и неговия ентузиазиранъ ръководителъ, ще изиграятъ голѣма роля за масовото възприемане на природолѣчението отъ обществото и отъ много нови лѣкари, които стоятъ все още на страната на лѣкарствената медицина. И азъ твърдя, че и най-голѣмия противникъ на природното лѣкуване, било той и български лѣкаръ, ще мине на страната на природолѣчесомъ престои кратко време въ този институтъ и поработи съ този професоръ-реформаторъ.

Полова просвѣта и тайниятъ порокъ

(Критически бележки по едноименна статия)
отъ Д-ръ Кирилъ Йордановъ — Варна

Подъ горното заглавие г. Д-ръ Кирилъ Чолаковъ се е занималъ съ единъ твърде навремененъ въпросъ — този за мастурбацията, ржкоблудieto или т. н. таенъ порокъ. И, мисля изъ, нѣма по належащъ въпросъ отъ този за тайния порокъ, ако ние възрастнитѣ поставяме на разрешение проблема за половата просвѣта на младежта.

Статията на г. Д-ръ К. Ч. не съмъ челъ. Но, отъ чудно обосноваването изложение на г. Стоянъ Димитровъ¹⁾ вероятно учителъ, явствува основната мисль прокарана отъ г. Доктора. И, нека си признаемъ, прави честь на учителството у насъ, че членъ отъ тѣхнитѣ срѣди, познава така добре единъ

¹⁾ Вижъ „Просвѣта“ 1938/10.

предимно медицински въпросъ, какъвто е страшния порокъ въ младежитѣ да мастурбиратъ. А съ съжаление трѣбва да констатираме, че единъ лѣкаръ, при това по свѣтилъ се на душевното здраве на хората, да искава толкова повърхностно мнение по единъ тъй сериозенъ проблемъ. Защото, нѣма нужда човѣкъ да е много ученъ, за да разбере, че се касае до истинска здравна напасть срѣдъ подрастващитѣ, съ която борбата трѣбва да се поведе съ голѣма сериозностъ отъ родители, възпитатели и лѣкари. Правото е на страната на г. Ст. Д. и противъ г. Д-ръ К. Ч. Това е ясно като бѣлъ день. Само излишни умувания, умишлени или несъзнателни замъглявания, намаляватъ, за малко просвѣтления, тази яснота. Нѣкои хора иматъ слабостта да оригиналничатъ, винаги да оспорватъ и да сж въ опозиция на даже съ положителностъ остановени факти. Само така може да се обясни отрицателно становище по въпроса за вредата отъ тайния порокъ.

Нека видимъ какво твърди г. Д-ръ К. Ч. Споредъ него „тайниятъ порокъ въ сжщностъ не билъ никакъвъ порокъ“! Още и, че „самъ по себеси онанизмътъ не оказвалъ никакво вредно влияниа“! Но той се исказва още по-категорично, като казва, че „онанизмътъ въ никой случай не е порокъ, за какъвто до скоро родители учители, та дори лѣкари бѣха свикнали да го заклеймяватъ“. Тукъ г. Д-ръ К. Ч. наистина преувеличава правата си, като сжди даже и лѣкаритѣ за недостатъчни познания — такива както той ги разбира. Споредъ сжщия борбата водена противъ порока била прекалена и опасна. А споредъ всички ни тя е недостатъчна и трѣбва да се организира по-добре. Той нарича всички, които желаятъ борбата съ порока, „несведущи“. Но въ сжщото това време, той казва, че „нѣма нито едно момче, което да не е онанирало“. Не остава сега друго, освенъ да ни посъветва да го поущряваме. Всѣки случай, неговото признание, че всички момчета онаниратъ, ни трѣбва, защото по долу ще видимъ на какви опасности излагатъ здравето си всичкитѣ тѣзи младежи. Споредъ г. Д-ръ Ч. борбата противъ тайния порокъ била опасна, защото толкова много сплшила младежитѣ, че тѣ просто били непрекъснато въ тревога и можело да заболяетъ даже душевно. Наистина чудесна логика — упражняваниятъ отъ всички младежи онанизмътъ не ги застрашава съ душевни и нервни заболявания, а тъкмо просвѣтата, борбата съ порока, ще доведатъ до душевнитѣ разстройства! Ние пъкъ мислимъ, че, ако просвѣтата и борбата е наистина изплашила горкитѣ невини онанисти, то тази уплаха, преди да ги доведе до душевни разстройства, ще ги стресне и накара да се опомнятъ, като присекнатъ съ лошия навикъ и престанатъ да онаниратъ. Веднажъ престанали на време, младежитѣ се спаса-

вать отъ опасността на самия порокъ, а и отъ тѣзи на самата просвѣта, каквато въображението на „сведущи“ поставя.

Макаръ г. Д-ръ Ч. да гварди „безвредността“ на онанизма, това не му пречи да ни учи, че просвѣтата по този въпросъ трѣбвало да засѣга родители и учители, а не самитѣ младежи. Значи все пакъ и споредъ него борбата е нужна. Даже и съ това си противоречи, той не прави пълния завои до себекорегирание. Наистина може да се спори по това, кого трѣбва да засѣга просвѣта (младежа или родители и учители), но нуждата отъ борба противъ тайния порокъ не е спорна. Това признава и Д-ръ Ч.

Дали просвѣтата трѣба да засѣга само родители и учители, както мисли той, ние желаемъ да оспоримъ. Тъкмо противното е вѣрно. Младежа лично трѣбва да бѣде просвѣщаванъ съ подходящи похвати, било то отъ лѣкаря, учителя или родителя. Нали въ края на краищата просвѣтления родителъ и учителъ ще трѣбва да предаватъ знанията на страдащия. Че каква ще е ползата за младежа отъ знанията на родителя, ако тѣ не се предаватъ нему лично? Може да става дума само по това, какъ да стане това предаване? Това е вече другъ въпросъ. Тукъ има думата педагогиката.

Просвѣтата на родителитѣ има за задача, следъ като ги запознае съ вредитѣ отъ порока, да ги подготви какъ да премахватъ благоприятстващитѣ го условия, били тѣ у дома, на улицата или въ самата детска индивидуалност. Родителитѣ трѣбва да знаятъ коя храна не възбужда и дразни, кои книга бива и кои не бива да се даватъ на младежа, кои кина и тетри не бива да посещава, кое е облъклото, което нарушава нормалния ходъ на тѣлеснитѣ функции, а отъ тукъ предразполагатъ къмъ онаниране и т. н. Това е, което родителтъ може да направи въ борбата съ порока. Тѣжната работа е посрѣдствена. А на младежа ще трѣбва да се действа и прѣко. Дали сега това ще стане отъ лѣкарь или др. лице, е второстепенъ въпросъ. Споредъ случая, дали момче или момиче и т. н.

Върху младежа на възраст да вижда, разбира, даже и да преценява всичко около си, ще трѣбва да се действа прѣко, лично съ всичката голота на темата. Дали това ще може да извърши родителя или пъкъ е подходящо да стане лично отъ лѣкаря, оставяме читателитѣ да отговарятъ всѣки за себе си. Сжщо така въпросъ на изборъ остава и това, дали просвѣтата на младежа ще стане чрезъ публични беседи, популярни писания или чрезъ интименъ и личенъ контактъ съ просвѣтителя. Разнитѣ случаи, въ разни времена, ще изискатъ сигурно различни прийоми и форми.

Но още по-интересни сж недомислицитѣ които г. Д-ръ Ч. ни поднася още по-нататъкъ. Сега онанизма пъкъ билъ ни по-вече ни по-малко отъ единъ „признакъ“, „симптомъ“

на болестъ. Но тъй като по-горе твърдеше, че всички момчета до едно онаниратъ, следва че всички сж болни! Ние съжаляваме, че на така самообъркалия се въ статията си колега не можемъ да помогнемъ. Такъвъ е края на всѣки опитъ да се замъгляватъ, усложняватъ и изопачаватъ иначе толкова прости и ясни истини.

Но нека видимъ вредитѣ отъ онанизма.

Не бива да забравяме, че онанирането става много често — ежедневно даже и многократно дневно. Оставенъ подъ този постояненъ тормозъ и раздраждане, организмътъ, въ неговата психофизична цѣлостъ, страда много. По това споръ не може да има. Да го отрича нѣкой, то значи да не знае що върши. Независимо отъ това, че честото изразходване на вънкашнитѣ продукти отъ половитѣ жлези, сж безразсѣдно прахосничество на живота. Това вънкашно преразходване става за смѣтка на вътрешното производство на половитѣ жлези. А това вътрешно производство не е нищо друго освенъ вътрешно обновяване, подмладяване и оздравяване. Вредата отъ този начинъ на изхажване едва ли се нуждае отъ доказателства. Сътресението, което става отъ онанирането, засѣга всички жлези съ вътрешна секреция, цѣлата нервна система, цѣлия духовенъ апаратъ, а и всички органи въ тѣлото. Това да се отрича е абсурдъ. Азъ твърдя даже, че нѣма онанистъ, който да е останалъ нормаленъ. Той или ще бжде съ разстроена нервна система, или съ отслабена, често до невъзможни граници, паметъ. Душевно ще е сжщо така засегнатъ. Такива хора въ повечето случаи сж вече импотентни. Тѣ не сж способни за нормаленъ браченъ животъ. Не е важно дали тази полова слабостъ ще е пълна или частична, дали ще се изрази въ истинска слабостъ или въ нѣкоя аномалия въ половитѣ желания и похождения. Не нормалността си е фактъ. Презъ кабинета ми сж минали много младежи, ергени и женени. заради полова слабостъ. Нито единъ отъ тѣхъ не дължеше своето нещастие на други причини — всичкитѣ съзнаватъ вършения таенъ порокъ и ясно имъ е, че всичко се дължи на него. И, ако приемемъ че други вреди отъ онанизма нѣма, тази е достатъчна катастрофа, за да оправдае сериознитѣ мѣрки за полова просвѣта.

Само този, който е ималъ предъ себе си трагедията на млада двойка, изправилъ се предъ него, навели глави, срамежливо, но съ гласно плакане да разправятъ нещастieto си, само той знае да говори за вредата отъ порока.

За щастие, въ повечето случаи импотенцията е излѣчима, нервитѣ сж укрепими, духа е ободримъ и цѣлото нещастие е поправимо. Но това не значе, че трѣбва да го оставимъ да се шири, а нужно е предотвратяване.

Нѣма да говоря за материалната разсипия, извършена по лѣкуването на полова слабостъ и шарлатанията, която

се върши съ тѣзи нещастници. А само предотвратяване на порока, би било достатъчно за спасение.

г. Д-ръ Ч. знае като психиатръ, че болестта Dementia гресох има като една отъ причинитѣ си онанирането. Това е чувалъ отъ устатата на своя професоръ всѣки студентъ, безъ да е челъ много и дебели книги по душевни болести. А коя ли душевна, нервна па и друга болестъ не се благоприятствува отъ онанирането? Ризбира се става дума за порочното онаниране — често, години упражнявано. Случайни, сегисъ тогисъ извършвани прегръщения, естествено, не могатъ да иматъ такива катастрофални послѣствия.

Познавамъ случай, кждето онанирането е довело до такова разрушаване на здравето, че само морфиновата спринцовка правеше състоянието на болния поносимо. Това е довело до морфинизъмъ, който пъкъ доведе до гроба. Можемъ ли да допуснемъ, че такива случаи сж единични?

Да приведемъ нѣколко мнения:

Въ вестника на столичния лѣкаръ г. Д-ръ Ив. Хр. Ивановъ четемъ:

„Онанизмътъ е много вреденъ. Като послѣствия могатъ да се явятъ епилепсия, лудостъ, идиотизъмъ и др.“. Още и: „Въ Америка една статистика ни показва, че отъ 916 случая на лудостъ 107 сж били онанисти.“

„Здрава Раса“ бр. 392, 1908 г. VIII

На зададени въпроси отъ негови читатели Д-ръ Ив. Ог. говаря:

Въпросъ: Порокътъ на младежъта вреди ли въ умственитѣ способности?

Отговоръ: Порокътъ на младежъта е вреденъ, особено за нервната система, довеждайки до обща и сексуална неврастения. Особено много се разстройватъ функциитѣ на вегетативната нервна система. При такива разстройства, много естествено е, че ще бждатъ повлияни и умственитѣ способности, особено паметъта, вниманието и т. н. Ето защо, съзнайте вредата отъ подобенъ порокъ.

Още и:

Въпросъ: Съмъ на 28 год. но се чувствавамъ полово слабъ. Това се дължи на онанизъмъ, който правѣхъ преди 4 години; сегѣ, въпрѣки, че го не упражнявамъ, съмъ почти неспособенъ — полово, а желая да се ожена, но не смея — посъветвайте ме.

Отговоръ: Прекалениятъ онанизъмъ води къмъ полови разстройства, а най-вече къмъ полово отслабване. Онанизмътъ е ненормаленъ половъ актъ. Като послѣствие развиватъ се неврастения, полови извращения, фетишизъмъ, мазохизъмъ и пр.

Но не е само това. Грубиятъ онанистиченъ актъ се явява като една травма за половитѣ центрове въ грѣбначния мозъкъ. Той води къмъ застояване на кръвъ въ областта на половитѣ органи, и въ връзка съ това: хиперемия или хронически простатитъ, увеличение на семенната могила и др. Въ края на крайщата, половитѣ центрове сж преуморени; развива се т. н. грѣбначно мозъчна неврастения (полова неврастения), съ най-разнообразни признаци; импотенция, неприятни чувства въ областта на половитѣ органи (болки, парене), болки въ кръста и краката, смущения въ уринирането, капене на капки следъ уриниране и пр.

Сега при наличността на горнитѣ данни, да се оригиналничи е претяжание къмъ народното здраве. Нека родители, учители и младежи си взематъ добра бележка отъ това и поведатъ борба съ тайния порокъ.

Примѣри за опростено природно лѣкуване

1. Живеница

11 годишно момиченце отъ едно село (варненско) страда отъ година и половина отъ язва на шията, която постоянно тече и не се затваря, въпрѣки какви ли не лѣкарства, мехлеми и др. Понѣкога засъхва, но при махване кръстата пакъ се отваря и тече. Най-първо е било подуга жлеза, която се пробива.

Научаватъ се за природното лѣкуване. Прегледа установи скрофулозна рана съ общо слабо и предразположено къмъ туберкулоза дете.

Лекуването не можеше да се проведе въ нашата водолѣчебна баня по нѣмаме сръдства. Въ селскитѣ кѣщни условия, до колкото интелекта на родителитѣ сж позволили, детето е получило следнитѣ наши нареждания: Нѣколко пѣти презъ седмицата парна баня главата, като парата бие раната. Въ водата лай кучка. Следъ това налагане раната съ гореща лай кучка, а следъ това, присницовъ компресъ за нѣколко часа. Три пѣти седмично компресъ по за единъ часъ съ каша отъ Болусъ Алба направена съ оцетъ. Иначе нѣколко общи приложения като сокове, сурови моркови, въздушни бани, обжулвания. Нѣматъ пари, не можа да се приложи и кварцова лампа. А зиме и слънце нѣма. Както знаемъ, слънцето е най-енергичното лѣкарство за тази болестъ. Въпрѣки тѣзи недоимаци, само следъ 26 дни детето довеждатъ повторно и, за наше очудване, раната затворена. Не вече запушена, а истински затворена. При това инфил-

триранитѣ твърди части около раната сж загубени, синенината съвсемъ слаба, общия видъ подобренъ. Родителитѣ много зарадвани.

Тукъ трѣбва да подчертаемъ, че въ практиката си имаме много случаи съ скрофулоза и се убедихме, че природното лѣкуване е много резултатно.

2. Пиодермия

Ученичката Марийка Димитрова на 10 год. отъ Варна ул. Веслецъ № 20 заболява преди нѣколко дни отъ възпаление на кожата върху дѣсната подлакатна частъ на ржката. Зачервила се, образували се пъпчици и множество гнойни мѣхурчета. И се увеличавали все повече като заемали по-голяма частъ отъ кожата.

Явява се въ повѣрената ми амбулатория на 6.IV.41 г. Наредихме опростено домашно лѣкуване, което се състои въ правене повишаващи бани на ржката до надъ локатната става съ лайкова прибавка. Освено това чести, на 3 часа смѣнявани присницови компреси съ обикновена чешмяна вода.

На 9.IV детето е добре и отива на училище. Явява се въ амбулаторията на 11.IV. Едва личатъ следитѣ отъ пиодермията.

3. Голѣма флегмона

Фанка Ставрева 50 г. ул. „От. Паисий“ 39 Варна получила единъ цирей на гърба въ Недѣля 24.III 41 год. Гледали го както знаели. Той става все по-голямъ. На 29.III става колкото мъжки юмрукъ голѣмъ, твърдъ, болки съ температура. Явява се въ повѣрената ми общинска амбулатория като бедно болна.

Нареди се и грижливо го приложила. Три пжти дневно лайкови лапи, последвани съ присницовъ компресъ за 3—4 часа. Въ резултатъ на това флегмоната омеква, пробива се и изтича много гной. Болките намаляватъ, температурата спада. Яви се на 4.IV на прегледъ. Падутината много намалена, мека, изтича много гной. Личи че е много дълбока.

Наредихме да продължава съ присницови компреси смѣнявани на всѣки 3 часа. Никакви топлини повече. Съ това допълнително лѣчение ще дооздравѣ напълно много скоро.

Подчертаваме, че едно оперативно лѣкуване би отишло дълго, би било болезнено и споредъ насъ даже рисковано,

Въ нашата практика имаме много случаи съ цирей, карбункули и флегмони, и се увѣрихме, че за такива нѣма по-добро лѣкуване отъ природното

4. Единъ голѣмъ гнойникъ

Д. К. отъ Варна пада отъ колело, натѣрта и наранява дѣсния си кракъ въ областта на бедрото. Въ резултатъ на това се появява една флегмона, голѣма колкото детска глава. Температурата се повишава до 38-39°. Болниятъ, макаръ и обикновенъ работникъ, избиралъ начина по-който ще трѣбва да бжде лѣкуванъ и се спрѣлъ на природния, при мисълта, че иначе ще трѣбва да се реже и манипулира съ фитили и т. н., което ще трае много и ще трѣбва да търпи голѣми болки. На сѣщия се наредиха два пѣти на день повишаващи седящи бани. Следъ нея баня присницовъ компресъ. Веднага следъ втората гореща баня (още въ ваната) флегмоната се пробива и изтича кръвъ и гной. Следъ този пробивъ отока намалява и болките значително утихватъ. Сѣщата нощъ болния спи добре и температурата пада на 37.5 Следъ това, при втория прегледъ, му се нареди да прави два пѣти на день по една парна баня (да набива болното мѣсто съ струя пара) на болното мѣсто, като въ водата, отъ която ще се произведе парата, се поставя лай кучка. Всѣка парна баня бива последвана отъ присницовъ компресъ. Въ резултатъ още въ втората баня става ново отпушване и силно изтичане на голѣмо количество гной и кръвъ. Образованата отъ отока буца изчезна почти съвършено. Продължава се сѣщия начинъ на действие (парни бани съ лай кучка и присницови компреси) като всѣка парна баня се последваше отъ увиване до изобилно изпотяване на цѣлото тѣло. На следния день изтича на нѣколко пѣти още изобилно (може да се каже съ литъръ гной и кръвъ). Подутината спада напълно, като въ периферията сж останали още малки частици отъ твърди инфилтрати, които не сж още превърнати въ гной и не се чистятъ. Температурата пада на 37.1 болките намаляватъ извънредно много. Трѣбва да подчертая, че отвора образуванъ отъ самопробиването е голѣмъ колкото да може да се побере едно лено зърно. Това е много важно, защото накрай този малкъ отворъ ще заздравѣе много скоро, безъ каквито и да е специални грижи. Още нѣколко бани и компреси довеждатъ пълното оздравяване. Днесъ болниятъ си кара гостилничарството въ Варна.

Нека накрай изложа и разликата между този чисто природенъ начинъ на лѣчение и хирургичния. Сѣществена-та разлика е тази, че тѣ на всѣка цена ще го срежатъ. Защото флегмоната бива винаги дълбоко срѣзана и се образува голѣма изкуствена рана, която въ последствие, следъ преминаване гнойния процесъ, изисква продължително време за оздравяването. Образованата малка дупчица при нашия методъ, както казахъ, е толкова малка, че се затваря отсамосебе безъ особени грижи и то за съвсемъ кжсо вре-

ме. Второ, таква едно срѣзване е толкова болезнено, че е страшна мъка за болния, която мъка може лесно да се избегне. Искан ли той да избѣгне мъжкитѣ при рѣзането, трѣбва да бжде упоенъ. Била тя пълна или мѣстна, опокойката съвсемъ не е безразлична за здравето на болния. Лѣчението би се продължило съ фитили, чийто поставяне и подновяване е доста болезнено, а отъ друга страна заздравяването и изчистването по този фитиленъ начинъ е бавно. Но отъ научна гледна точка, една флегмона още не оздравяла за пробиване, но даваща температура трѣбва веднага да бжде срѣзана и то дълбоко макаръ и още не озрѣла. Това предварително срѣзване е много болезнено и пречи за бързото и радикално оздравяване на болната тъквнъ. Но този начинъ на лѣчение оставя голѣма и вечна сикастриса, а природния една малка точица, която въ последствие става почти незабѣлявана. Иначе казано, рѣзането се оставя като крайна мѣрка. На дневенъ планъ днесъ стои консервативното лѣчение.

5. Плевритъ, перикардитъ и ангина.

Д. Г. 19 год. отъ Варна заболява съ температура. Лѣкарски последователни прегледи дали съмнения за тифусъ. По поводъ това съмнение, се взема два пѣти кръвъ за изследване. Резултатъ отрицателенъ за тифусъ. Наредено му било да вземе противотемпературни лѣкарства. Кислородна вода за гаргара и йодъ за мазане гърдитѣ, а йод-глицеринъ за мазане гърлото. Безрезултатното даване на горнитѣ лѣкарства въ продължение на 12 дни, накара близкитѣ му да опитатъ природното лѣкуване. Новъ лѣкарски прегледъ намира, че болния страда отъ улцерозна ангина, фибринозенъ плевритъ отъ лѣвата страна, комбиниранъ съ сухъ перикардитъ съ ясно и силно изразени перикардиални търкания. Подирилъ природното лѣкуване, естествено забрани му се да вземе каквито и да е лѣкарства. Мазането на гърлото съ йод-глицеринъ сжщо се забрани. Мазане гърдитѣ съ йодъ не се позволи. Гаргара съ кипяща вода сжщо се преустанови. Започна се лѣкуване по природния методъ, което се състоеше въ следното: 1) Изобилно изпотяване, 2) присницовъ компресъ на гърлото, следващъ следъ предварително налагане сжщото съ топли трици, 3) Нѣколко парни бани на главата и гърдитѣ, като специално се нареди да вдишва колкото се може по-вече, за да се напарятъ сливицитѣ и гърлото въобще много. 4) Гаргара и пиене на горещъ чай отъ гюзумъ, вода отъ лимоновъ сокъ. 5) Пиене на чистъ лимоновъ сокъ, ядене парчета лимонъ и два пѣти мазане гърлото съ лимоновъ сокъ. 6) Клизми. 7) Обжулване—частични и цѣли, компреси на корема, прасетата, главата и т. н., съ цель понижаване температурата. Гърдитѣ паренъ компресъ винаги последванъ отъ

присницовъ. Храната се състоеше отъ череши, ягоди кисело млѣко. Въ резултатъ на горния начинъ на лѣчение, следъ десетъ дни, температурата е вече нормална, апетита възврънатъ, ангина отива е минала, а болния става и ходи. Разбира се, пазене му се налага още дълго време, поради естеството на заболяването (плевритъ).

Вертиго или въртоглавие

С. Б. 29 год. отъ Варна заболява отъ маточно страдание. Постѣлва въ болницата, където ѝ се прави кюретажъ. Въ резултатъ на това опериране, предшестващо отъ лумбална пункция или такава инжекция (инжектиране въ самия каналъ на гръбначния мозъкъ) започна да страда отъ силно главоболие, въртоглавие (вертиго) страдание, което не ѝ е позволявало даже да сѣди. За сѣщото прекарва дълго време въ болницата. Тамъ сж били изпитани всички лѣкарства, но безъ всѣкаквъ успѣхъ. Най-сетне лѣкарътъ ѝ казва, че всички лѣкарства сж изпитани и че нѣма вече какво да ѝ се дава. Болестта ѝ е наследствена и не може да се лѣкува. И тукъ известно лѣчение не донася никакви резултати. Болната е вече три месеца на легло при силни болки и мжки. Решава да осиди излѣчение въ природното лѣкуване, което започна да прилага. Въ пространство на десетина дни болната започна да сѣди спокойно. Следъ още известно време почва да става. И следъ едно лѣчение отъ около 20 дни, безъ всѣкакви лѣкарства, болната е вече здрава, ходи и работи както преди. Сжщевременното прекарване на единъ сухъ плевритъ я изтощи (разбира се плусъ дългото боледуване отъ главата) и трѣбваше, въпрѣки оздравяването си, да се пази отъ пресилена работа. Лѣкуването ѝ се състоеше въ пълна вегетарианска диета, менящи бани на краката и сѣдящи бани. Босоходене по Кнайпъ. Сжщата болна днесъ признава силата на природното лѣкуване и безсилието на даванитѣ ѝ лѣкарства. Тя е другъ документъ каквито вече събираме редовно и при нужда ще ни послужатъ срѣщу Чолаковци.

Абонирайте се за списанието „Природенъ лѣкаръ“.

Четете и разпространявайте литературата по природното лѣкуване, ако искате да бждете здравъ.

Не съ злато се купува здравето а по пжтя на новъ начинъ на живѣене и биологиченъ методъ на лѣчение.

Лѣчебната сила на живота

Професоръ Д-ръ Францъ Клайншротъ е вече мъртавъ. Той е основателъ на науката за природозакономѣрно лѣкуване. Той сложи началото на научното природолѣчение. Нашъ дългъ е сега, да направимъ достояние на широкитѣ народни маси неговото учение за ненадмината мощъ на живота. Следъ откриването на неизмѣнитѣ закони на живота, всѣки, ученъ и простъ, трѣбва да признае, че т. н. природонаученъ материализмъ и механизмъ сж за винаги преодоляни. Дългъ е на всѣки да работи съ всички сили за поощрението на новото научно постижение, което е свободно отъ мистика и властвуването на чувствата. Това откритие отвори портитѣ за свободния човѣшки гений къмъ осъзнаване неумолимитѣ закони на природата, което е истинска, чиста наука.

Който е можалъ да прозрѣ великия гений на този ученъ, той ще е прозрѣлъ и истината, че живота се развива по силата на неизмѣними закони, които не сме въ състояние да измѣняме по свое усмотрение и желание. Това което Хипократъ откри преди 2400 години, сега потврди гениятъ на съвременника професоръ Клайншротъ. Оставеното отъ Хипократа биде новоизградено. Отъ него Клайншротъ създаде цѣла несъборима наука, даже философия.

Философията е дѣлила винаги идеализма отъ материализма. Материализма може да се идеализира само ако се отнесе до собствения му обектъ. А такъвъ за него е само свѣта на пространството. Пренасянето му въ всѣки другъ свѣтъ е неудачно и предрича пълненъ неуспѣхъ на всѣки опитъ на градежъ. Свѣта на живота е съвсемъ различенъ отъ този на пространството. Затова и материализма не може да намѣри приложение въ този свѣтъ. Свѣта на пространството, кждето намира приложение материализма и свѣта на живота, кждето намира приложение идеализма, сж плодове на две различни прояви на природата — Богъ. Тѣ сж отломки отъ две различни негови (на Твореца) мисли. Мисълта на Твореца отъ която е произлѣзълъ свѣта на живота е една, а мисълта на Твореца отъ която е произлѣзълъ свѣта на пространството е друга. Клайншротъ е доловилъ именно тази сътворилата идеализма. Той казва: „Живота и материята сж две ризлични нѣща. По време, живота е вмѣтнатъ между материята и духа. Материята тежи, времето е безъ тегло. Материята има пространствена величина, а времето неговата времева (Zeitliche). Материята е едно срѣдство на живота за дадена цель“.

Живота и жизнената сила се мѣрятъ само по време, но никога по пространство. Изтече ли предопредѣленото времетраяне на живота, свършва и самия животъ. Никоя ми-

сѣль, била тя и най-доумуваната, никаква спринцовка, никакво лѣкарство не е въ състояние да отсрочи настѣпването на смъртта. Никое сръдство не е въ състояние да удължи отмереното отъ законитѣ на живота, времетраене на живота. Смъртта настѣпва винаги въ този моментъ, въ който свършва предопредѣлената мѣрка за времетраенето. Никой и съ нищо не е въ състояние да продължи свършващия се животъ нито даже съ секунда.

Вѣрването, а и твърдението, че съ това или онова лѣкарство или инжекция или, кое да е друго сръдство „поддържанъ билъ живота на еди-кой си умиращъ отъ царско колѣно или другъ знатенъ родъ или даже на обикновения смъртенъ, е голѣмо заблуда и самоизмамване. То си остава едно самоуспокояване предъ всеилието на живота и безсилието на насъ смъртнитѣ. Даже и да притежаваме сръдство за поддържане ударитѣ на сърдцето, а и дразнянето на дихателния апаратъ отъ централно или периферно мѣсто, то още не значе удължаване на живота, нито даже съ секунда. Защото, биенето на сърдцето нито вдишването и издишването въ механо-материалистичното имъ сдващане; не е още животъ.

Колко ясно, колко просто и все пакъ колко мъчно разбираемо за мислящия се всеилиенъ днестъ човѣкъ.

Повече вѣра въ самооздравителнитѣ работи на организма

Единъ куриозъ

Дегенцето Янка Димитрова на 6 месеци отъ Варна ул. Чавдаръ Войвода № 3 заболява презъ XII 1940 год. отъ нѣкаква „черна пѣпка“ въ устата върху венета. Тази пѣпка растѣла и просто изпълвала устата до невъзможность детето да си движи езичето.

Занасятъ го въ детската станция Лѣкарката като го видѣла се уплашила и го пратила въ болницата. Въ болницата се изреждатъ всички лѣкари и уплашено се чудѣли какво е?! Нѣкои отъ тѣхъ при очно-гърленото отдѣление казали, че е „смъртоносна пѣпка“ и всѣки моментъ детето може да умре. „Ние не се наемаме да го бутаме, защото ще умре въ ржцетѣ ни“ казали тѣ. Пращали родителитѣ въ София въ университетската клиника, кждето имало по-специалисти.

Родителитѣ нѣматъ сръдства за София и отчаяни се връщатъ у дома си. Тогава се отнасятъ до една жена въ града, която била известна, че помагала на болни. Жената изпърво не се решавала да го пипа, защото, ако стане нещастие ще я сждятъ. Но родителитѣ настояватъ — „лѣкаритѣ

и безъ това казаха, че ще умре и не се наеха да го лѣкуватъ“ възразяватъ родителитѣ, „ако мре да мре—късметъ“.

И жената се престашава: слага въ ченийка вода и захаръ и го възвира на огъня. На вретено навива памукъ, потапя го въ врящето „лѣкарство“ и налага (изгаря) черната пълка. Още първия „сеансъ“ пълката се пробива, изтича черна кръвъ и се изгубва като подутина. Детето почва да се храни спокойно. Следъ това на детето нищо не се е правило. Отъ този моментъ детето било здраво. Следъ дни мѣстото се олющило и всичко се свършва.

Това е единъ случай наистина куриозъ. Такива случаи създаватъ име на бабитѣ и излагатъ лѣкаритѣ. Ние обясняваме това, съ туй, че лѣкаря има много малка вѣра въ самозащитнитѣ сили на организма, а само на своитѣ манипулации и когато не се довърява и на тѣхъ, уплашватъ се и отказватъ намѣсата си. Въ това време баби, не чувствувайки отговорността, която поематъ, се намѣсватъ „лѣкуватъ и излѣкуватъ“. Това може да бждатъ рѣдки и единични случаи. Тѣ обаче сж достатѣчни за да подбиятъ името на лѣкаря, който вече „нищо не разбира“, и да издигнатъ бабата като лѣчителка.

Следъ това, никакви закони не сж въ състояние да спратъ бабишкото намѣсване, а още по-малко самитѣ болни да ги дирятъ, защото болния иска да бжде оздравенъ и не се интересува дали това ще е отъ дипломирани лѣкари или баба.

Болниятъ не се интересува и отъ това кому законитѣ позволяватъ и кому не, да лѣкува. И нека си признаемъ, даже и въ сѣда отнесенъ такъвъ случай, правото трѣбва да се даде на болния—да дири оздравяването си тамъ кждето го намѣри.

Такъвъ единъ случай, на лѣкарска нерешителностъ, имахъ лично азъ преди години въ моето родно село. Детенцето на единъ мой съселянинъ на около 10 години вземало бащината си брадва да сече дърва. При това една треска отхвърква и го удря силно въ окото. Родителитѣ се изплашватъ и повикватъ мѣстния участъковъ лѣкаръ. Следъ като прегледалъ окото, уплашилъ се, изплашилъ и родителитѣ и имъ казва „веднага да го занесътъ въ Плѣвентъ“ защото състоянието било много лошо. Плѣвентъ е далеченъ градъ. Едно отиване съ единъ отъ родителитѣ ще имъ стори нѣколко хиляди лева. И поставя се и въпроса защо толкова разноски? Какво повече може да се направи въ Плѣвентъ отъ това, което може лѣкаря на село. Искрено казано—нищо, абсолютно нищо въ този случай. Акутентъ, следъ нараняване, процесъ иска идеална чистота и покой. А силната реакция, която е лѣчебна, разбира се, иска уталяване.

Въ момента, когато родителитѣ се каняхъ да заминатъ за Плѣвенъ, азъ случайно си отивамъ на гости на село. Бивамъ веднага повиканъ при болното. Оглеждамъ внимателно болното око, изслушвамъ спокойно уплашено говорещитѣ ми родители. И слава Богу, азъ не намѣрихъ нищо толкова невъзможно и катастрофално, за да пратятъ болното въ Плѣвенъ. Най-катастрофално е билъ самия ударъ. Това е отминало и не може да се върне. Сега последиците отъ него сж предъ насъ. Да се справимъ съ тѣхъ и да предотвратимъ усложнения е нашата задача. За това е нужно спокойно гледане на болния, пазене чистота, покой на болното око и уталожване на силната реакция предизвикана отъ удара. Защото гледката бѣше наистина „страшна“ за зрителитѣ, но не за лѣкаря. Току що удареното око е силно подуто до затваряне, силно насиняло. Като се отвори съ ржце вътре силно зачервено, наседнало съ кръвъ и съ леки наранявания отъ грапавинитѣ на треската. Имаме и леко вътрешно кръвоизлияние.

При това състояние най-доброто лѣкуване с изчакване то, плюсъ задоволяване гореизброенитѣ нужди на болното мѣсто. Всѣко повече манипулиране може да бѣде вредно. Затова единъ неразуменъ специалистъ съ много манипулиране (каквито винаги могатъ да се измислятъ) ще е повреденъ за болния отколкото единъ благоразуменъ не специалистъ, който ще изчака вмѣсто да се чувѣрка въ болното око.

Прекаранитѣ нѣколко дни въ село използвахъ именно въ грижи по задоволяване на казанитѣ по-горе нужди: чистото пипане съ всичко изварено (вода, памукъ), лежане на болния, цѣлодневно охлаждателни компреси на отока. Това бѣше всичко. Нищо повече.

Бѣше ми удоволствие да наблюдавамъ какъ окото спадаше, синевинитѣ намаляваха, червенината и окървавеността въ вътрешността се разнасяха и общо окото се избистряше. Детето почва да си отваря окото по често и свободно. Оставихъ детето съ много малки следи отъ острия процесъ. Следъ време се явило замѣгляване въ зрението. Това накарало родителитѣ да отнесатъ детето въ Плѣвенъ при специалистъ. Тамъ той установява, че се явилъ катарактъ следствие удара. Самия той потвърдилъ, че това било неизбежно последиствие и казалъ даже, че е по-добре дето се явилъ, защото ако не се явилъ той, можело да стане по-лошо. Разбира се той не пропусналъ да изрече купъ нелености по мой адресъ. Това било работа само на специалисти. Но да отрече факта на гладкото оздравяване не е можалъ, въпреки злата умисълъ, която си билъ поставилъ къмъ мене.

Накъсо казано. Изхода на болестта беше при нашето домашно природолѣчение, сжщия каквото щеше да бѣде и при тогавашно отиване въ Плѣвенъ. Съ тази само разли-

ка, че се икономисаха хиляди лева за отиването и, тогава обезателно налагащето се престояване въ клиниката на специалисти. Наистина по-късно родителитѣ пакъ отиватъ въ Плѣвѣнъ, което е било въобще излишно, но клинично лѣчение и лѣкарски манипулации се икономисаха. Катаракта, тъй или иначе, е неизбеженъ и съ него ще има да се справимъ по-сетне.

Ако участъковия лѣкаръ имаше по-малко страхъ отъ страшната картина на момента, и по-голъма вѣра въ само-оздравителнитѣ работи на организма, но и по-малко боготворене на т. н. специалисти, щеше да поеме лѣкуването, щеше да искара нѣкой грошъ, нещеше да се изложи, щеше да получи име и т. н.

И ако случая не бѣ попадналъ въ моитѣ ръце, а въ тѣзи на нѣкоя куражлия баба, която, макаръ и рисковано за болния, поеме лѣкуването съ компресъ и го оздравѣеше, ето ти тебе новъ случай за рекламата на бабитѣ и такъвъ за подценяване на нерешителния лѣкаръ.

Защото, въ края на краищата, самитѣ оздравителни работи¹⁾ се извършатъ отъ силитѣ на организма, а не отъ лѣкарскитѣ манипулации. Отъ лѣчителя се иска само доброто гледана на болния. „Градинаря полива и копае цвѣтята, но природата ги отраства и разцвѣтява.

Какъ да въведемъ децата въ тѣлеснитѣ упражнения

отъ Д. Й. Баровъ — Казанлъкъ

Тѣлесното развитие на детето е зависимо отъ тѣлеснитѣ прояви и упражнения (разбира се че, не онова възпитание което се заключава само въ ржкомахането, маршируването, различнитѣ строеви упражнения и прекаленитѣ спортни игри). До като възрастниятъ човѣкъ, съзнавайки вътрешното влияние и процеси, които развиватъ тѣлеснитѣ упражнения (когато тѣ се налагатъ като нужда, а не като развлечение или мания), съчетавайки вътрешнитѣ усилия-дишане импулсъ и напрежение, съ видимитѣ движения на упражнението, ще може да извлече известна полза, което отъ детето не можемъ да очакваме. На детето ще се виждатъ скучни тия несвързани и не логични, безъ никаква външна цель, упражнения. И ако подъ предлога на нѣкакво задължение, или подъ страхъ, го накарате да ги извършва (което не трѣбва да се прави), то нѣма да имате почти никаква полза, а даже и отрицателни резултати — въ друго отношение. Детето ще извършва тия неща при натегнато психическо състояние, безъ желание. Монотонността на упражнението

¹⁾ Вижъ кн. „Самопомощъ въ живия организъмъ.“

би го още повече тормозила. Най-сетне ще му бждатъ непонятни вътрешнитѣ процеси и значението на упражнението;

При правилното упражненіе е нужно и известно приятно психическо предразположение и искрено желание. И самото упражненіе би трѣбвало да създаде приятно успокоение. Ето защо бесмисленно и безъ полза е да въздействате чрезъ този начинъ и родъ упражненія върху детето. Насилствениятъ методъ убива самоинициативата и желанието—които сж основнитѣ сили на възпитанието.

Свободнитѣ принципи на възпитание би трѣбвало да се приложатъ и тукъ, защото тѣ сж най-естествени и най-добре хармонизиратъ на детската и въобще на човѣшката природа. Можете да направите така и да съчетаете въ такава форма и редъ упражненіята, че тѣ да бждатъ смислени и подбуждащи интереса на детето. Какъ?—Като свържете тия упражненія съ нѣкоя интересна и споредъ силитѣ на детето, проява съ практическа или творческа цель. Можемъ да започнемъ отъ най-дребнитѣ прояви на детето. Сутринъ то става отъ леглото си. Приучете го (като не отивате до крайностъ и механизиране) то само да отправя завивкитѣ си; да си облича дрѣхитѣ, да ги почиства; да се измива; да закусва; да си изплаква устата; да си обува обувката и т. н. Разбира се ако всичко това е по силитѣ му.

Приучете го сжщо, да извършва правилно и съ желание, и всички здравни навици и положителни прояви. Всички движения свързани съ тия прояви, извършвани чрезъ ржцетѣ, главата, гърдитѣ и краката, всичко това повишава жизненото състояние на детето. Но направете и въздействайте така на детето, че всичко то да върши непринудено, съ желание и радостъ, защото само тогава проявитѣ му ще бждатъ въ полза на развитието му. Съобразявайте се съ степента и кржга на развитието на детето, психическото му състояние и специфичнитѣ му особености за дадения моментъ.

До като детето привикне правилно да извършва всичко това, ще претърпи много неуспѣхи и ще употреби много усилия; но не му се мѣсете, а го оставете само да се справя съ трудноститѣ.

Въ краенъ случай, ако детето не може да усвои нещо, или неправилно извършва нѣкои движения или проява, вие чрезъ примѣръ можете да му покажете и да го насочите.

Търсете за всѣки случай най-естественитѣ и непренудени пжтища по които бихте му въздействували най-правилно.

Самитѣ прояви, ония чувства и мисли, които тѣ биха породили у детето, се явяватъ като една здрава предпоставка за нравственото му и умствено развитие.

Детето се нуждае отъ искренни другари. Само върху основата на другарството можете да спечелитѣ неговата искренностъ, довѣрие и обичъ и да се вникнете правилно и обективно въ процеса на всички ония мисли и психоло-

гически явления у него, които го вълнуватъ и направляватъ цѣлостното му развитие.

Това ще ви позволи най-правилно и най-лесно да се справитѣ съ възпитанието му.

Приучете детето само да се справя съ трудноститѣ!..

Наблюдавайте колко много усилия употребява то за да свърже връзкитѣ на обувката си напримѣръ. Колко пжти несполучливо извършва това или онова. Колко пжти заковава и разковава дъсчицитѣ за да си направи играчка. Колко пжти крои и разрѣзва.

За васъ изработеното отъ детето може да нѣма никаква стойностъ — да има и най-безмисленни форми, но това не е така за детето. Въ работата си то влага частица отъ себе си — своитѣ усилия. И за него тя ще има друга стойностъ и значение.

Когато детето успѣе най-сетне да се обуче, да си направи играчката и т. н., следъ толкова усилия, колко радостъ го изпълва! „Готово! То е гордо че и то е извършило нещо, че и то „може“. „Азъ мога“ има голѣмо значение за развитието и възпитанието. Вникнемъ ли се въ тия думи, ще видимъ, че тѣ допълватъ смисъла на „азъ живѣя“. Тѣ възбуждатъ творческитѣ сили, желание за животъ. Подбуждатъ и развиватъ самоинициативата — двигателъ на прогреса и постиженията. Подсилватъ доброто настроение...

Детето се нуждае отъ свобода въ действията и мислитѣ си. Не му се натрапвайте на всѣка стѣпка! Влияйте му само когато е нужно.

Дайте му възможностъ да се проявява. Да играе съ своитѣ другарчета — момчета и момичета.

Непринуденитѣ другарски игри най-правилно биха съ действали на неговото развитие.

Детето се нуждае отъ слънце, просторъ и въздухъ. Прашнитѣ, влажни и тъмни жилища, замърсени въздухъ и липсата на просторъ, сж рушители на здравето и развитието.

Дайте възможностъ на детето да тича, да се радва на простора и красотата на природата, на цвѣтята, дърветата, слънцето, свежиятъ вѣтръ и на всичко което погледа му обгръща.

Природата окъпява, освежава и раздвижва жизненнитѣ сили у детето. Дава полетъ на красотата и доброто у него...

Всичко това укрепява и изгражда ония основи, които ще дадатъ и истинския ликъ на по натагъшното развитие на „новиятъ“ човѣкъ.

Храна и хранене

Орѣховитѣ плодове

Ядкитѣ на орѣховитѣ плодове (орѣхи, бадеми и лешници), сжщо и на фастѣцитѣ сж не само вкусно и приятно ядене, но и много силна и полезна храна за децата, за всички, слаби и прекарали тежки болести. хора. Тѣ съдържатъ въ 100 грама: мазнини 60 грама, бѣлтачини 17 грама и вжгледоводи (захари) 10 грама. Всички тия хранителни вещества, като изгорятъ въ организма. Развиватъ 670 калории*) топлина и освобождаватъ съответната енергия за мускулната сила. Сжщо така каменнитѣ вжглища изгарятъ въ парната машина за развиване топлина, която загрѣва водата и я превръща на пара, която движи буталото съ двигателнитѣ колелета. Тѣ сж различни по калории—едни развиватъ отъ 1 килограмъ 500—800—1000 калории топлина. (Калорията е единица топлина която е необходима да загрѣе 1 килограмъ вона на 1 градусъ).

Бадемовитѣ и лешникови ядки иматъ почти сжщия хранителенъ съставъ и сж много полезни за здравето. Фастѣченитѣ ядки иматъ другъ съставъ: мазнини 44 гр., бѣлтѣчини 27 гр. и вжгловоди, 15 грама, съ обща хранителность, която се развива на 590 калории за 100 грама.

Тия ядки сж една пълна храна, защото съдържатъ и тритѣ вида хранителни вещества: необходими за кухнята на организма—за подържане на растежа въ децата, а сжщо за произвеждане на тѣлесната топлина и произвеждане на мускулна и сърдечна сила. Млѣкото има почти сжщия съставъ, само че въ разрежено състояние.

Орѣховитѣ ядки сж една истинска слънчева храна, сжстена слънчева сила, която наново се отдѣля въ организма когато човѣкъ се храни съ тѣхъ. Особено за децата тия ядки сж много полезни. Тѣ съдържатъ витаминитѣ А, В и D (вещества на живота. крепители на здравето). Ако едно дете изяжда всѣки день по 100 гр. ядки—това е равносилно на 1000 грама краве млѣко. Тѣ служатъ за закуска, заедно съ хлѣбъ и чай, може да се поставятъ въ медъ, мармеладъ и петмезъ, или счукани съ стъргани моркови, сваренъ болгаръ и гризъ съ млѣко и други различни сладкиши и баници.

100 гр. ядки се получаватъ отъ 200 гр. орѣхи и струва 3 лв., а 1 кило млѣко—8 лв.; 10 яйца пѣкъ, които иматъ почти сжщата хранителность (700 калории) струватъ 35 лв.; 300 гр. месо—8 лв.; 10 кгр. месна супа (бульонъ) безъ прибавки иматъ сжщата хранителность, колкото 100 грама ядки.

Яжте, деца, всѣки день орѣхи, бадеми и др. и ще станете много здрави и силни.

(Изъ в. „Здравецъ“)

*) Калорията е единица мѣрка за топлина, която е необходима да се загрѣе кгр. вода на 1 градусъ.

Не употребявайте много готварска солъ

Общо известна истина е, че днескашнитѣ човѣци употребяватъ много готварска солъ. Ежедневно поеманото количество надминава нѣколкократно минималното, необходимо за здравето, количество. Ние българитѣ се особено отличаваме съ своето вечно солене при хранене. А навика, кога било и кога не било, да се почерпваме, доведе до прекалено усояване на съответнитѣ мезета. Защото, ако човѣкъ не е жаденъ, той не би и пилъ нищо. Но въ желанието си, по даденъ случай, да си срѣбнемъ въ компанията, ние прибѣгваме до усояване, за да се запалимъ и ни се допие. Следъ това вече чувствуваме нужда отъ пиене за да си гасимъ огъня. А колко вредно за здравето е да се соли и пие, знае всѣки що годе здраво просвѣтенъ човѣкъ.

Прекаленото осояване на организма причинява намаляване на водоизлжчването отъ тѣлото, задържане на вода въ тъканитѣ, подпухване отъ това задържане и увеличаване поемането на вода отъвнѣ. По този пжтъ се идва до прекалено оводняване на тѣлеснитѣ тъкани и общо подпухване. А това обременява много всички клетки и органи въ нашето тѣло. Отъ това страдатъ особено много сърдцето и бжбрецитѣ, които иматъ задачата да се справятъ съ този излишакъ отъ течности въ тѣлото. Клеткитѣ отъ своя страна намаляватъ способността си да се самозащищаватъ, а отъ тукъ и намалена защитоспособность на цѣлия организмъ.

Многого солъ въ организма спъва животворното действие на витаминитѣ. Ако и масово да вкарваме витамини въ тѣлото чразъ специалитети, тѣ не ще бждатъ отъ полза, ако не ограничимъ готварската солъ до действително необходимия минимумъ. Блескавитѣ оздравителни резултати отъ суровояденето се дължатъ до голѣма степенъ на това, че чрезъ тази лѣчебна диета не вкарваме въ организма готварска солъ, обезводняваме го и насищаме съ достатъчно витамини. Последнитѣ действуватъ пълно и всестранно тъкмо затова, че отиватъ въ организмъ освободенъ отъ излишека готварска солъ. Да, суровояденето прави истински чудеса въ лѣчебното изкуство.

Ясно е за всѣки буденъ читателъ, че правилно хранене трѣбва да отговаря на тѣзи три изисквания: Да обезводнява и обезсолява (до нормата) организма и да го насища съ съответни витамини и соли. Насищането на организма съ изкуствено производствени витамини, е безполезно даже и вредно (опасность отъ хипервитаминоза)!

Употрѣбата на много солъ е и навикъ. Съ воля, упражнявано постоянно, ще превъзпитае езика и вкуса си, и ние ще почнемъ да удобряваме и слабо солени храни.

Кафето „Столетъ“

„Столетъ“ е осмъществения идеалъ на всички последователи на природното лѣкуване и природосъобразния животъ. Това е абсолютно безвредно, „кафе“ произведено отъ на всички познатата като много ценна храна Соя. Въмсто вредното кафе, нека всѣки отпочне употребата на соя-кафето „Столетъ“. Особено приятно за пиене е прѣсното млѣко като му прибавимъ кафето „Столетъ“ вмѣсто какао или чисто кафе. Дирете го по уредениятъ колониални магазини или си го доставете направо отъ производителеля Ал. Ив. Недковъ - Красно село ул. „Иванъ Вазовъ“ № 20. Единъ килограмъ струва 60 лв., а едно пакетче, достатъчно за доста време, само 12 лв.

Отъ днесъ всѣки нашъ последователъ окончателно се отказва отъ вредното чисто кафе и употребява само новото соя-кафе „Столетъ“. Това го изисква вашето здраве.

Язва въ стомаха или дванадесетопръст. черво

Отъ Д-ръ А. Косеновъ—гр. Кържали

Появата на язва въ стомаха или дванадесетопръстника при родната научна медицина отдава на недостатъчната мѣстна и обща съпроводителна сила на организма, като последиствие на противоприроденъ начинъ на живѣне, именно на голѣма употреба на месо, спиртни питиета и пушене тютюнъ. Въпрѣки това ясно схващане на природната медицина, почти всички лѣкари отъ другата школа, които лѣкуватъ болестта съ всевъзможни инжекции и лѣкарства, не преставатъ да даватъ на болнитѣ отъ стомашна язва месо, яйца и риби и забраняватъ употребата на плодове и сурови зеленчуци, като вредни за болестта. А тъкмо противното виждаме въ всѣкидневната практика. Болнитѣ получаватъ предлаганитѣ отъ лѣкаря лѣкарства и инжекции заедно и наставление за храна, да се хранятъ съ месни храни, понеже сж слаби и иматъ нужда отъ силна храна. При такъвъ случай успѣхъ не може да се очаква. Имашъ случаи отъ болни лѣкувани по горния начинъ и никога не сж оздравѣли отъ своитѣ вечни язви и запекъ.

Често иматъ болки подъ лъжичката или надъ пжпа и отъ време на време получаватъ черни изпражнения съ голѣмо малокръвие, вследствие разкъсване на кръвон. сждъ въ самата язва, което се смѣта за сериозно усложнение и показва, че болестта не е оздравѣла, а продължава. А при едно правилно природосъобразно лѣчение и живѣне повечето отъ тѣзи язви се излѣкуватъ въ продължение на нѣ-

колко седмици или месеци. Като подчертавамъ отъ практиката, че лѣкарственото лѣчение на язвитѣ не дава сигуренъ резултатъ и ако има, той е времененъ, ще изложи сега начина по който става лѣчението отъ страна на природнитѣ лѣкари. Този методъ ми е далъ винаги добри резултати. Разбира се това лѣкуване трѣбва да стане непременно подъ наблюдение на нѣкой природенъ лѣкаръ и болния да има търпение и вѣра въ оздравяването му.

Язвата въ стомаха, каквато и малка да е, тя представлява частичка на едно общо заболяване на човѣшкия организъмъ. Природната медицина въ противовѣсъ на училищната медицина, не лѣкува само мѣстното страдание а и общо цѣлия организъмъ. Лѣкува не болеста а човѣка. Затова тя има добри резултати, лѣкува случаи, които сж били безуспешно третирани съ лѣкарства и инженерии, като смѣтани за безнадеждно болни. Освенъ това тя действува възпитателно и предпазва сжщия организъмъ отъ всевъзможни други заболявания, като последици отъ сегашния начинъ на живѣне и хранене.

Достатъчно е да споменемъ, че има много въ земното кълбо, които не познаватъ още болести като язва въ стомаха, възпаление на дебелото черво, апендиситъ и пр., по причина, че тѣ сж далече отъ културата на днешния 20 вѣкъ и водятъ единъ простъ, природосъобразенъ животъ.

При лѣчението на язвата азъ винаги предписвамъ на моитѣ болни метода на Д-ръ Браухле, виденъ природенъ лѣкаръ въ гр. Дрезденъ (Германия), съ много добри резултати.

Накратко лѣчението се състои въ 1 до 3 дни не вземане на храна, следъ което постепенно се дава прѣсно млѣко, супа отъ овесъ, бадемово млѣко, като по късно се притурватъ и пасирани зеленчуци отъ моркови, спанакъ, цвѣтно зеле съ прибавки на каши отъ гризъ, оризъ, картофи и къмъ 20-ия день отъ лѣчението още и сурови овощия стѣргани въ видъ на каша, бѣлъ хлѣбъ и бито сирене. Отъ 30-ия день се минава на вегетарианска храна. Месо, риба и яйца не се взиматъ дълго време.

Освенъ диета и физикално лѣкуване въ видъ на измивания на цѣлото тѣло, хладки или менящи. Съгрев. компреси на корема за 1—2 часа време. Дълбоки дишания, чистъ въздухъ. Горнитѣ приложения, действуватъ благотворно общо на цѣлия организъмъ. При силни болки се поставятъ горещи компреси въ областта на стомаха. При кисели уригвания болнитѣ приематъ *Bolus-alba*—прахъ отъ чиста глина съ вода на глѣтки.

При такъвъ начинъ на лѣчение, което изисква търпение и съдействие отъ страна на болния, ще бжде излѣкуванъ и предпазенъ отъ други заболявания.

Лѣкуване съ внушение

отъ Д. Б. — Пловдивъ

Преди нѣколко дни единъ мой познатъ ми разправи поразителни случаи на лекуване съ внушение...

Рано утро. Не далечъ отъ едно пазарджишко село, край рѣката, въ върбитѣ, сж спрѣли десетина селски коли. Селяни гълчатъ около буйно накладения огнь...

Походъ ли е това, що ли, въ този раненъ часъ? Но ето разгадката: слънцето се показва задъ дърветата и на полянката пристига едъръ селянинъ, въ потури. Това е „известниятъ“ селски „докторъ Върбю“. „Докторътъ“ спира до една върба, болниятъ застава до него. „Докторътъ“ обикаля нѣколко пѣти върбата и болния, като изговаря нѣкакви тайнствени думи.. Накрая изважда единъ пиронъ и го забива въ върбата съ теслата, която носи на пояса си... Болниятъ е вече излѣкуванъ... Болестъта е закована на върбата! Много лѣкари биха завидѣли на „клиентелата“ на този „чичо“ завършва моя познатъ... А, колко болни е излѣкувалъ!...

Слушалъ съмъ за лѣковити мѣста, чудотворни икони и др. подобни и смѣтамъ, че внушението е, което дава резултатитѣ при всички тѣзи самозвани чудотворци. За съжаление то е много изоставено като срдство за лѣкуване. Разбира се, то има граници и тѣ зависятъ отъ болния и болестъта. Но, може да се каже съ положителностъ, че единъ човѣкъ съ силна воля, добре запознатъ съ природното лѣкуване и познаващъ стойността на внушението, може да намали до минимумъ болката и да излѣкува лесно болестъта.

Волята и самовнушението сж голѣми фактори при лѣкуването и (както водата, въздуха и слънцето) не трѣбва да се подценяватъ...

Б. Р. Наистина съ този примѣръ нашиятъ пловдивски кореспондентъ подчертава единъ много важенъ въпросъ. Внушението и волята играятъ действително голѣма роля при оздравяването. За съжаление, тѣ много малко се използватъ отъ днескашния практически лѣкаръ. Много отъ излѣкувания получавани отъ разни невежи и шарлатани се дължатъ до голѣма степенъ на силната вѣра въ тѣхъ отъ страна на болнитѣ и внушението упражнявано върху болнитѣ отъ тѣзи народни лѣчители.

При това не е нужно лѣкуването чрезъ внушение да се прилага въ неговитѣ сложни форми, които не могатъ да бждатъ достояние на широкъ кръгъ болни, а и лѣкари. Много сж обикновени, ежедневни, прости, усвоими отъ всѣки боленъ—приоми за внушаване и укрепяване волята. Всичкитѣ тѣ сж достатѣчни за да подпомогнатъ оздравяването.

Природата и здравето

По природа човѣкъ е създаденъ да бжде напълно здравъ, веселъ и жизнеспособенъ, за да може да се справя съ всички евентуални нападения, било то външни или вътрешни. Болестта си я печели самъ, най-вече отъ незнание и често когато пренебрегне или не свазае завещанитѣ отъ природата правила, при които трѣбва да се развива и живѣе. Природата, която се явява крепителка на всички земни същества и поддържа възпителната струя, която блика въ нашето тѣло, ни предлага всички свои ценности и блага. Тия блага и ценности, пакъ се явяватъ като допълнение на нашия животъ, или най-вече като първи елементъ за да имаме животъ и неговото развитие.

Колко утешително е за насъ като знаемъ, че имаме пълна възможностъ да се наслаждаваме и ползваме отъ тия блага на здраве и щастие. И действително, ако хвърлимъ единъ погледъ върху нашия животъ и този който трѣбва да живѣемъ за да бждемъ здрави, ще видимъ че сме въобще въ този пжтъ въ който не можемъ да бждемъ здрави. Макаръ здравеопазното дѣло да не е добре развито на село и населението да страда още отъ класическо невежество въ тая насока, все пакъ въ здравословно отношение селото стои по-добре въ сравнение съ града — отъ тѣй нареченитѣ „интелигентни“ хора.

Докато въ града хората се вдаватъ въ криворазбраната цивилизация подъ влиянието на спиртнитѣ и кафейни заведения, предпочитатъ да се лишатъ отъ хлѣбъ, само и само да видятъ нѣкой екзотиченъ филмъ или задоволятъ страститѣ си въ нѣкоа кабарѣ, като контакта съ природата оставятъ на вторъ планъ, хората въ село, все пакъ, прекарватъ по голѣмата частъ отъ времето вънъ срѣдъ природата. Тѣ превиватъ снага подъ ударитѣ на сѣдбата, посрѣщатъ изгрева на слънцето по-своитѣ ниви и ливади и жадно поглъщатъ свежата утринна прохлада. Селянитѣ сж привързани къмъ природата, ползватъ благата ѝ, водятъ природосъобразенъ животъ въ прохладнитѣ имъ кѣтчета и грѣятъ тѣлата си подъ палешитѣ лжи на слънцето. Природата грижливо ги пази въ своитѣ обятия и ги дарява съ бодростъ и здраве, защото тя е неизчерпаемъ изворъ на здраве и бодростъ.

Изъ срѣдата на страдащитѣ

Ревматизма и лѣкарствата

„Отъ три месеца съмъ на легло отъ „Ишиасъ“. Лѣкувахъ ме двама лѣкари съ 15 инъекции и около 159 хапа, специалитети и др. Сами разбраха че лѣкуването имъ е безрезултатно и ме съветваха да се лѣкувамъ по бабешки.“ ...

Боленъ отъ Разградъ.

Оглушаване следъ операция за апандицитъ

Марийка Николова 37 г. отъ Варна „Св. Наумъ“ 160 е оперирана на 19.I 1941 год. Правено ѝ инжекция.

Следъ като се е върнала въ къщи, значи около 8—10 дни, забелязва че ушитѣ ѝ шумягъ, тупатъ, „като че моторъ минава“ и не дочува.

На 7.II. 1941 год. когато се яви на прегледъ въ поверената ми амбулатория за бѣдно болни, толкова мѣчно чува, че беше нужно да викамъ, за да ме чуе и разбере.

Наистина, мѣчно е да се разбере връзката между инжекцията, операцията и оглушаването, но оглушаването непосредствено следъ операцията ни навежда на мисълта, че все пакъ е възможна причина връзка между оглушаването и инжекцията.

За метода на Луи Куне

Писмо отъ единъ страдащъ

... Страдамъ отъ 10 години отъ психоневрастения, която ми даде впоследствие язва, екзема и сега аритмия. Получихъ вече две кървоизливания отъ язвата отъ които последното преди една година и нѣколко месеца.

Лѣкувахъ се много и се отровихъ вече отъ лѣкарства. Това лѣто правихъ малко коремно обтривни и седящи бани по Луи Куне и се почувствувахъ по-добре.“

Полипи въ носа

Резултати отъ оперирането имъ

„Имамъ полипи въ носа, на които е правено два пѣти операция—последния пѣтъ преди около 6 години въ Александр. бѣдница. Още 2—3 месеци следъ последната операция положението бѣше сѣщото, както преди операцията: полипи, запушване на носа, дишане само презъ устата, чести и гѣсти сополи. Обоняние нѣмамъ, а преди операц. имахъ. Сѣщиятъ лѣкаръ ми препорѣчва пакъ операция—значи трета. Много ме е страхъ и не се решихъ на трета операция.“

Б. Р. Горния примѣръ, поднасяме за да се види, че оперирането на полипитѣ не е още пълно оздравяване. Причината за тѣхното образуване лежи въ самия организъмъ, затова само пълно лѣчение на организма е разумно и резултатно. Оперирането, ако не е можело да се избѣгне, би трѣбвало да бѣде предшествувано и последвано отъ по единъ курсъ на биологично цѣлостно лѣчение. Това подобрява оперативния резултатъ, намалява опасноститѣ отъ операцията, а не рѣдко я прави въобще излишна. Подробности ще намѣри всѣки въ литературата третираща въпроса „Природното лѣкуване въ хирургията“.

Излѣкуване на тежко стомашно страдание чрезъ гладъ и лимони.

Много сж страдащитѣ по свѣта, които сж спасили живота си чрезъ гладолѣчението, следъ като всички други методи не сж дали резултати. Много сж и страданията, които бързо и ефикасно могатъ да се лѣкуватъ чрезъ строго проведено гладолѣчение. Написахме преди години и специална научна книжка посвѣтена на този лѣчебенъ методъ. Тукъ поднасяме на читателитѣ единъ примѣръ на оздравяване чрезъ гладъ.

— Въ сръбския градъ Враня общинскиятъ чиновникъ Томичъ боледувалъ отъ стомашна болестъ, за която лѣкаритѣ се произнесли, че била неизлѣчима. Томичъ решилъ самъ да се лѣкува чрезъ гладъ. Въ продължение на 130 дни той не ялъ нищо друго, освенъ лимони. Презъ това време е конзумиралъ 2,000 лимона. Следъ изтичането на 130-ия день Томичъ се почувствувалъ съвършено здравъ и отишелъ при лѣкаръ да го прегледа. Лѣкарътъ констатиралъ, че чиновникътъ билъ напълно здравъ, но презъ време на лѣкуването си изгубилъ отъ теглото си 22 кгр.

Броя на лимонитѣ и днитѣ оставете. Наблегаме въ гладуването като методъ.

Дизентерия

Какъ става лѣкуването ѝ въ детската клиника въ София,

„Въ клиниката почнаха едно лѣчение, което смѣтамъ че, нѣма почти никаква разлика отъ вашиятъ методъ. Най-напредъ дадоха очистително. После чай. Поставиха и компреси... Лѣкарствата сж почти изхвърлени. За храна даватъ отъ начало ябълки стѣргани, после каша отъ печено брашно и кисело млѣко. Клизми не правятъ. Диета и постепенно засилване организма съ храна подходяща. Ето, какъ отговори единъ младъ лѣкаръ на въпроса, какъ лѣкуватъ тука дизентерията: „Лѣкарства не се употребяватъ. Старитѣ методи сж изхвърлени...“ Погледнахъ съ довѣрие на тия изявления и сега детето е къмъ оздравяване. Редовно му се даватъ ябълкитѣ и сега диарията е намалява отъ 30 пжти на денонощие на 6—7 пжти. Надеждата, че ще се спаси е голѣма. Резултати отъ тоя новъ начинъ на лечение има. И все пакъ като че ли зависи всичко отъ силитѣ на организма“.

Приветъ: Сжботиновъ.

Б. Р. Г-нъ Сжботиновъ е нашъ старъ обонать и убеденъ последователъ. Той ни пише съ цель да покаже, че и въ нашитѣ болници почнали да прилагатъ безлѣкарственитѣ лѣчебни методи. Не може да бжде и друго яче. Всѣки лѣкаръ и всѣко лѣчебно заведение ще въведе природолѣчението въ практиката си, ако иска да стои на висотата на съвременното лѣчебно изкуство.

Обществена хигиена

Изнасянето на съестни продукти вънъ отъ магазина е противоздравно и забранено.

Търгуващитѣ съ съестни продукти иматъ лошия навикъ да изнасятъ вънъ отъ дюкянитѣ си, на тротоаритѣ, просто на улицата, разни съестни продукти. Нещо обикновено е дюкянитѣ имъ вънъ да сж окичени, отрупани до пълно заемане на тротоара. При това излагатъ се така не само продукти, които се варятъ преди да се ядатъ и такива които биха могли да се измиятъ преди употреба, а и такива, които не търпятъ нито измиване, нито изваряване като смукени, даже фурми, халва, маслини и др. т. Мисля излишно е да доказвамъ, колко неапетитно, колко вредно и опасно за здравето е, да се купуватъ и ядатъ така третирани отъ търговцитѣ продукти. Това би трѣбвало да знае всѣки буденъ консуматоръ, които да се пазятъ сами отъ това.

Такива продукти сж обикновено заринати отъ уличния прахъ, тѣ сж накацани отъ мухи, които десетки пѣти презъ деня сж се забавлявали въ клозетитѣ по многовидни нечистотии, лешове и т. н. И кажете драги читатели, ако единъ човѣкъ има малко разсъдъкъ, би ли купилъ и ялъ така изнесенни на улицата съестни продукти? Всѣки би казалъ, че не. А търговеца, твърди, колкото по вънъ открито се излагатъ продуктитѣ, толкова повече се купували. Това би било наистина убедителенъ признакъ за ниската култура на консуматоритѣ.

Изнасянето на продуктитѣ вънъ отъ дюкянитѣ, е забранено и се наказва съ глоба отъ 25 до 5000 лв.

Органитѣ на санитарната властъ бдятъ зорко. Не малко търговци сж и чувствително наказвани. Но въпрѣки това, нарушението не е напълно отстранено. Служебнитѣ лица не могатъ да бждатъ ежечасно надъ главитѣ на недобросъвестнитѣ търговци. Остава гражданството да следи и протестира предъ самитѣ свои доставчици. Да имъ обръща вниманието върху здравната опасностъ, да ги съветва, а при нужда да бойкотира такива бакали.

Само така, при задружна контрола отъ гражданство и служебни лица, ще се принудятъ бакалитѣ и пр. да съблюдаватъ здравнитѣ наредби и да пазятъ общественото здраве.

Граждани, не купувайте изнесенни вънъ продукти и бойкотирайте такива търговци. Съобщавайте нарушителитѣ на санитарната властъ

Съ настоящия брой привършваме XIII-та година. На есенъ ще почнемъ XIV-та. Молимъ приятели да ни дадатъ нови адреси за пробни.

ЕТО НАШИЯ БОГАТЪ ИЗБОРЪ

на полезни книги по природно лѣкуване, като номера на библиотеката ни „Назадъ къмъ природата“, отъ които абонатитѣ на сп. „Природенъ лѣкаръ“ получаватъ безплатни премии на стойностъ 30 лв. и отъ които можете да си купите съ намалени цени. Адресъ Д-ръ К. Йордановъ бул. „Мария Луиза“ 34 — Варна.

№	лв.
1. Варна — какво, какъ лѣкува (изчерпана)	10
2. Здрава, млада, хубава (изчерпана)	10
3. Подмладяване на жената (изчерпана)	10
4. Лѣкуване съ вода	20
5. Лѣкуване съ пара	15
6. Краткъ курсъ по хигиена	20
7. Ревматизма и лѣкуването му (изчерпана)	10
8. Лѣкуване по Шротъ — чудотворени на Л. Диевизе	20
9. Четковия масажъ — първоразряденъ лѣчебенъ факторъ за здрави и болни (изчерпана)	5
10. Лѣкуване съ гладъ (постъ) — безкръвната операция на природното лѣкуване	15
11. Наука за суровоядене — суроволѣчение	15
12. Закаляване на тѣлото (изчерпана)	5
13. Чистота и здраве (за деца, юноши и родители)	5
14. Хигиена на старостта, или какъ да живѣемъ въ напред. възраст	15
15. Захарната болестъ и лѣкуването ѝ	10
16. Загадката на главобола	10
17. За майкитѣ — кърмене, захранване и отбиване (изчерпана)	10
18. Душове, компреси, клизми, промивки и др. специални приложения на природолѣчението (изчерпана)	10
19. Кожнитѣ болести и тѣхното лѣкуване	15
20. Криза въ медицината — ново изграждане чрезъ природолѣчение	10
21. Температурнитѣ болести и безлѣкарств. имъ лѣкуване	5
22. Студентитѣ крава като болестна причина	5
23. Биологична Медицина или алопатия — единъ наученъ споръ	20
24. Природосъобразенъ животъ или къмъ здраве и дълголѣтие	25
25. Медътъ като храна и лѣкарство	10
26. Остъръ ставенъ ревматизмъ (изчерпана)	5
27. Болести и страдания на жената	20
28. а) Мисълта лѣкува, б) лѣкуване съ ултравиолетови лъчи	5
29. Болести на бѣбрежитѣ и мѣхура	10
30. Критическа възраст у жената	10
31. Високо кръвно налягане	10
32. Цѣта на очитѣ като огледало на нашето здраве	10
33. Лѣчебни бани съ билкови отвари	5
34. Болести на сърцето, артериитѣ и венитѣ	20
35. Туберкулоза на бѣлитѣ дробове и нейното природно лѣкуване	30
36. Самопомощта въ живия организмъ	20
„Красота и здраве“ — гимнастическо табло	10

Искашъ ли да бждешъ здравъ, изучи природното лѣкуване!