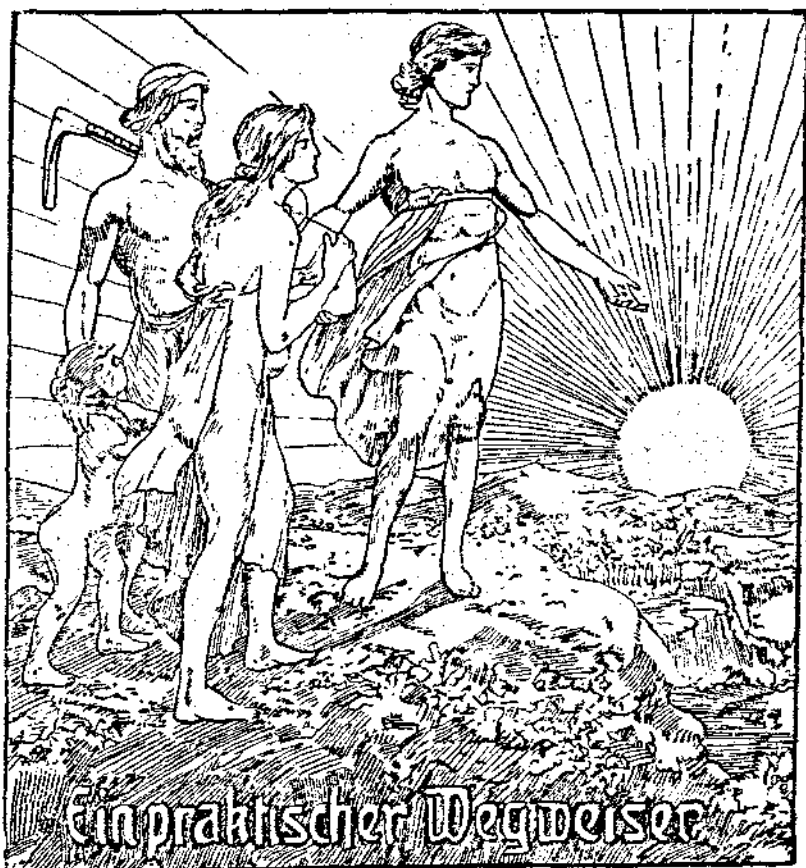


ПРИРОДЕНЪ — ЛЪКАРЪ

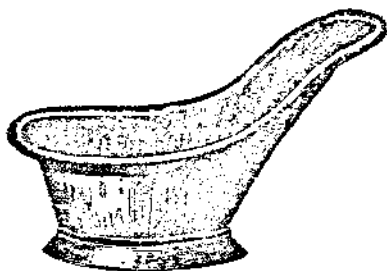
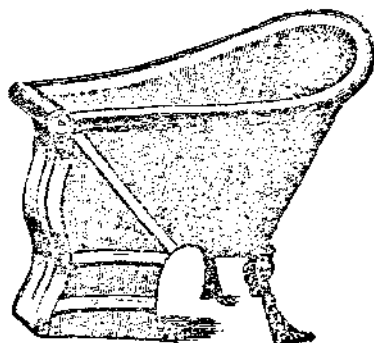
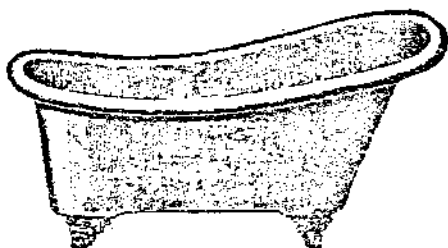
Одобрено и препоръчано отъ Министерството на Народното Просвѣщение
съ окръжно № 2053 отъ 25. I. 1929 г.

Редакторъ: Д-ръ Кирилъ Йордановъ Ганевъ.



Природолѣчение!.. Вегетарианство!.. Въздържание!

БАНИ седящи и лежащи БАНИ.



Всѣко семейство последователъ на **природното лѣку.**
ване трѣбва да си набави **СЕДЯЩА ВАНА** и то само отъ
тенѣкеджийницата на

Ф. ПАНАЙОТОВЪ

ул. „Св. Климентъ“ № 3,

която ги изработва по указание на Д-во „Природолѣчение“.
Има готови на складъ.

Здраво, природно и хранително питие е

БОЗАТА

приготвена отъ доброкачествено **пресо** и съ вешина.
Съидейници обявете бойкотъ на спиртнитѣ питиета и **пийте**
само **БОЗА**. А такава ще намерите въ Варна **само** при
ЦВѢТКО БОЗАДЖИЯ, ул. „Царь-Борисъ“.

Пийте повече боза!

Приятелн, съидейници четете и разпростра-
нявайте нашия „Природенъ лѣкоръ“.

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

Месечно списание за природно лѣкуване, природосъобразенъ
животъ и здравна просвѣта.

Год. абонам. 75 лв.

Отдѣленъ брой 8 лв.

Редакторъ: Д-ръ Кирилъ Йордановъ бул. Мария Луиза № 34

Д-ръ Кирилъ Йордановъ

Въ защита на природолѣчението.

III

Професори и лѣкари за природното лѣкуване.

Единъ отъ силнитѣ „аргументи“ съ които си служатъ нашитѣ противници въ борбата противъ нашето движение въ полза на природното лѣкуване, е това, че основатели, защитници и приложители на природолѣчението били селяни и пр., които не били подготвени научно, липсвало имъ анатомически и физиологически познания. Д-ръ Тоторовъ ги нарича шарлатани и ме упрѣква въ това, че не съмъ проповѣдвалъ лѣкуването на науката, а съмъ защищавалъ теориитѣ на безавторитетни народни лѣкари, каквито били изброенитѣ въ първитѣ книжки. Съ сжщия „аргументъ“ си послужи и Д-ръ Скорчевъ въ качеството си председател лѣкарския окръженъ съветъ и разгласяше чрезъ пресата сжщото твърдения за тѣхната некомпетентность. Доколко тѣзи твърдения сж вѣрни и каква заслуга иматъ тѣ къмъ болното човѣчество, говорихме въ първитѣ книжки. Тукъ ще изнесемъ имената и становището на много лѣкари и професори, които сподѣлятъ становището на природолѣчението, признаватъ стойността на природното лѣкуване, отричайки лѣкарствената лѣчебна наука, сж се предали въ служба на болното човѣчество чрезъ ауторизиране и прокламиране основанитѣ отъ практицитѣ принципи на природното лѣкуване. Съ това ще покажемъ, че подържницитѣ на природното лѣкуване не сж съ съмнителенъ авторитетъ, а хора на наука, което пъкъ ще внуши довѣрие и на онази частъ наши последователи, които сж разколебани отъ тѣзи, не отговарящи на истината, вестникарски разгласявания. А на авторитѣ имъ ще покажемъ, че основитѣ върху които градимъ нашитѣ изграждания сж здрави, сигурни и нѣма да бждемъ изненадани и излѣгани.

На първо мѣсто ще поставимъ съвременника професоръ Д-ръ *Шьоненбергеръ*. Авторитетенъ ученъ на медицинската наука, сегашенъ професоръ въ берлинския медицински факултетъ. Съ неговитѣ многобройни реферати, статии и трудове е доказалъ достатъчно, че не признава лѣкарствата, отрича изъ основа днескашния лѣчебенъ методъ и сочи като единичкъ ефикасенъ и безвреденъ начинъ на лѣчение природното лѣкуване. Сжиятъ е бивалъ, както видѣхме порано, даванъ подъ сждъ заради разбиранията си, бивалъ и бойкотиранъ отъ колегитѣ си и дружествата, излаганъ на много още редица неприятности, които пъкъ всички говорятъ за окончателното му отцепване отъ официалната медицина. Дали сега ние можемъ и трѣбва да се довѣримъ на този германски професоръ, оставамъ всѣки отъ читателитѣ ни да си отговори. На вещитѣ пъкъ и владеещи нѣмски езикъ препоръчваме да си доставятъ неговия най-новъ и голѣмъ трудъ „*Дер Натурарцт*“ излѣзла въ два тома отъ по 500 страници, която вѣрваме ще имъ даде достатъчно да разбератъ кжде стои истината.

Професоръ *Клайнъ* е другъ единъ отцепилъ се отъ официалната медицина, който най-горещо защищава природното лѣкуване и бичува лѣкарствата като отровни и вредни за човѣшкия родъ. Той казва: „Лѣчебното изкуство ще стане истинско полезно и безопасно и ще задоволи болното човѣчесво само тогава, когато бжде съборена изъ основи днескашната клиническа наука и бжде изградена върху съвсемъ нови основи, които ще бждатъ въ пълно съгласие съ природнитѣ закони“. Тѣзи пъкъ негови изрази, казвани и писани стократно, говорятъ недвусмислено за неговото разбиране по отношение на лѣкарствата и привързаността му къмъ природолѣчението. Него да вѣрваме и следвамъ, мисля, че сме достатъчно основателни.

Професоръ *Лааманъ*, сега покойникъ, е другъ ученъ — борецъ въ защита на природолѣчението. Дългогодишенъ редовенъ доцентъ въ медицински факултети, известенъ на цѣлия медицински свѣтъ съ своитѣ многобройни трудове, той е решенъ противникъ на лѣкарствата и искренъ пазител на нашето движение. Гоненията на които е бивалъ подложенъ, сж достатъчно доказателство за неговата бойко настроение къмъ днескашната медицинска наука. Следното е достатъчно ясно и силно: Когато нему е билъ отказанъ поста въ берлинския медицински факултетъ поради това, че се билъ предалъ на ненаучното природолѣчение, той оснозава и открива санаториумъ за природно лѣкуване. Голѣмитѣ успѣхи, които е постигалъ, многото болни, които сж намѣрили изцѣление тамъ, сж му създали голѣма слава. Това е дразнело неговитѣ колеги — лѣкари и професори. На всѣка крачка тѣ сж му пречели и стрѣмели да подбиятъ авторите-

та му предъ обществото. „Добре, иди при оня пфучеръ, но вземи си ковчега съ себе, защото ще ти потрѣбва“ сж били думитѣ на колегитѣ му къмъ болнитѣ, които сж настоявали да отидатъ на лѣчение предъ него. Мисля, това да е достатъчно за да се видятъ неговитѣ разбирания по отношение на лѣчебното изкуство.

Професоръ *Цигелротъ* преминалъ презъ хомѳоопатията, минава всецѣло на страната на природнитѣ лѣкари. 4 години пребивава въ санаториума на професоръ Лааманъ, кждето основно изучава природното лѣкуване и впоследствие открива новъ такъвъ за природно лѣкуване, кждето е работилъ за преуспѣването на новата лѣчебна наука, въ която е виждалъ истинския пжтъ за спасение на болното човѣчество. Той е основалъ и далъ 20 тома архива за физикално-диетично лѣкуване (природолѣчение).

„Сгжпвайки до леглото на болния не трѣбва най-първо да мислимъ кое лѣкарство да наредимъ, а какво трѣбва да направимъ за да оздравимъ болния безъ всѣкаква отрова“ сж единъ цененъ пасажъ изъ неговата архива, който пасажъ и до днесъ има „жива“ стойностъ. И това мисля да характеризира неговата авторитетна личностъ и внуши доверия въ много неверующи.

Професоръ *Хадвенъ* единъ отъ борцитѣ въ полза на природолѣчението, който и днесъ твърди, че не сжществуватъ за здравия организъмъ опасни бактерии или бацили. Тѣ се намиратъ винаги и навсѣкжде и сж абсолютно безопасни, стига защитнитѣ сили на организма да бждатъ на поста си.

Професоръ *Швенингеръ* е единъ истински борецъ за доброто на болнитѣ. Достоенъ пазителъ на природното лѣкуване. Като директоръ на санаториума въ Лихтерфелде — Берлинъ той нѣколко години подредъ води достойно борбата съ представителитѣ на официалната медицина. Когато е давалъ своя годишенъ отчетъ всички виждали, че на неговитѣ болни той не е давалъ никога каквото и да е лѣкарство, нито пъкъ прилагалъ нѣкаква операция. Съ това става ясно неговото разбиране, че е привърженикъ на природното лѣкуване и отъ този моментъ започнали истинскитѣ нападки отъ противникитѣ. За съжаление не следъ дълго той преживява една злополука, която го направя негоденъ за такава една ожесточена борба, вследствие на което се оттегля и заживява по спокоенъ животъ, въ който, все пакъ, тихо работилъ за дѣлото.

Разбира се тукъ на това мѣсто е невъзможно изброяването на всички професори, които сж напуснали официалната медицина и сж минали на нашия лагеръ. Тѣ сж безброй много и съ течение на времето ще се запознаемъ последователно, като разглеждаме научнитѣ имъ творби.

Сжщо така многочислиенъ брой отъ лѣкари сж поели борбата и неуморно работятъ и ще работятъ до пълното проваляне механоматериалистичния характеръ на лѣчебното изкуство и възстановяването, възкресяването и пълното възприемане на едничката и истинска полезна за човѣчеството лѣчебна наука—*природолѣчението*.

Д-ръ Д-ръ Виншъ, Ветереръ, Веберъ, Фоглъ, Сюскиндъ, Симонсонъ, Зилберъ, Ридлинъ, Пудоръ, Поргесъ, Петерсонъ, Нисенъ, Менделзонъ, Граацъ, Браухле и пр. пр. сж нѣколко само отъ многото носители на светлина всрѣдъ мрака.

И така, съ до тукъ казаното азъ се надѣвамъ да съмъ доказалъ достатъчно, че основателитѣ на природното лѣкуване сж хора надарени отъ природата съ медицински способности личности, че тѣ се ползватъ съ уважение на медицинскитѣ учени, че отъ тѣхъ е заимствувала и научната медицина и че тѣ сж допринесли много за обогатяването на лѣчебната съкровищница. Освенъ това много професори и лѣкари сж признали тѣхното учение, съзрели истината въ новата наука, неудобряватъ официлания лѣчебенъ методъ, и въ желанието си да спасятъ човѣчеството отъ израждане, сж застанали начело на борбата, работятъ и ще работятъ за възстържествуването на истината.

Доказвайки тѣзи две обстоятелства, азъ смѣтамъ сжвременено да съмъ оборилъ всички твърдения на противникитѣ въ тази точка на тѣхната противоборба и въ следната си статия ще мина къмъ оборване другитѣ имъ „аргументи“

И ако има нѣкой да каже нѣщо противъ казаното до тукъ, азъ го моля да излезе официално—открито съ силата на всичкитѣ свои доказателства. Не се ли обади нѣкой, смѣтаме въпроса ликвидиранъ въ наша полза.

Ст. Камбуровъ — Попово.

Назадъ къмъ природата.

Още на времето Русо, гледайки съ обзора на вѣковетѣ, констатира израждането на човѣчеството и наддаде повика — назадъ къмъ природата. Донеиде справедливо той бѣше нареченъ отопистъ, понеже наукитѣ не бѣха догонили неговото дълбоко умозрително заключение. Следъ него плеада човѣколюбци—хуманисти, дошли до сжщото заключение, повториха този апелъ и го препорѣчаха на отдѣлната личностъ като далеченъ спасителенъ брѣгъ за човѣчеството. Трѣбваше обаче за това приложнитѣ науки да се натъкнатъ и добератъ до положителни данни въ полза на този повикъ „назадъ къмъ природата“, за да се премине отъ идеализма на вегетарианци и толстоисти и въобще природолюбители, къмъ практическата необходимостъ въ живота

отъ тѣзи принципи. Трѣбваше, опита на безбройнитѣ физиолози, да се направи въ живота всичко изкуствено, дори храната да се взема съ хапчета, за да не се обременяватъ изнеженитѣ организми, да излезе жестока несполука, за да се люшне кораба на живота отъ единъ на другия брѣгъ. Най-новитѣ изследвания за витаминитѣ недвусмислено потвърждаватъ, че истински пжтъ е този, който ни сочи природата, стига да умѣемъ да използваме нейнитѣ сили.

Повика „назадъ къмъ природата“ обединява въ себе си нашироко прокламиранитѣ днесъ принципи на: въздържане, вегетариянство, природолѣчение и борба съ лошитѣ навици и предразсѣдци. Защото човѣкъ да бжде само едното, значи да не дава на живота онази завършена пълнота, която изисква неоспоримиятъ принципъ „назадъ къмъ природата“. Месоядството, разваления задушенъ въздухъ сж наравно, ако не и повече, човѣкоизродители, както пиенето алкоолни напитки. Днесъ въ Америка нервнитѣ заболявания и отклонения сж непомалко оригинални и отъ всѣка друга страна съ мокъръ режимъ, вследствие прекомѣрната употреба на месо.

Но следва ли отъ това да обявимъ рѣзка война на хората, които още не сж проникнати отъ съзнанието да живѣятъ съгласно принципа „назадъ къмъ природата“? На първо време, просвѣта, но която не уронва човѣшкото достоинство, ще възвърне онова противоположно, което е насаждано съ хиляди години у хората. Онова, което обикновено, човѣкъ не може да прозре въ живота, поради сложно заплетенитѣ въ него общественни и индивидуални явления, ще му изнесе науката. Отчасти науката е довела човѣка до задънената улица и сжщата ще разчисти пжтя за новото прозрение. Само въ нея могатъ да се видятъ цѣлокупнитѣ прояви на живота, когато единичнитѣ повърхностни наблюдения могатъ да ни изведатъ на погрѣшни заключения. Напр. загладенитѣ лица и охраненитѣ тѣла се приематъ на пръвъ погледъ за здрави организми, когато науката — медицинската статистика — доказва, че сжшитѣ не сж издържливи на умственъ и физически трудъ. Отъ насъ хората се изисква повече заинтересованостъ, толериране на научнитѣ открития, да се откажемъ да държимъ на общовѣзприетото безъ да знаемъ защо държимъ за него.

В а ж н о .

*Търсимъ госпожица интелигентна, способна, по възможностъ учителка, която борави съ възпитанието на децата и е подготвена или може да се подготви за *детскя гимнастики*. При споразумение ще бжде ангажирана за завеждане детскитѣ лѣтни курсове, уреждани отъ Д-во „Природолѣчение“, срещу месечно възнаграждение.*

Споразумение редакцията.

Отъ Д-ството.

Злополучно лѣкуване съ хининъ.

Едва ли ще се намѣри човѣкъ, а лѣкаръ още по-малко, които да признаятъ, че лѣкуването на маларията съ хининъ не е рационално, а противоестественно и че при тази болестъ единичкия ефикасенъ начинъ си остава *природния*. Природолѣчението отрича хинина при малария и държи твърдо на безлѣкарственото лѣкуване.

Долното писмо, което получихъ, илюстрира безсилието на хининовата сила затова го помѣстваме. Разбира се, такива случаи не сж единични, а хиляди.

Уважаеми г. Д-ръ Ганевъ,

Моля най-първо да ме извините, задето ще отнема отъ скъпото Ви време, още повече сега, въ надвечерието на празниците. Но азъ зная, че Вие сте винаги на услуга на нуждающитѣ се, и надѣвамъ се, че и на мене ще отговорите.

Преди 2 години, презъ лѣтото на 1929 г. имахъ нещастieto да ме хване малария. До тогава азъ бѣхъ чувалъ само за тая болестъ и я считахъ за съвсемъ незначителна, но следъ като боледувахъ цѣло лѣто и ме просто съсипа, — тогава разбрахъ, че тя е наистина една страшна, и опасна болестъ и трѣбва най-сериозно да се лѣкува. (До тогава я непознавахъ, защото въ нашия край я нѣма — азъ съмъ отъ Ловчанско. А хвана ме тукъ, въ Пазарджишко, кждето бѣхъ трудовакъ и кждето е нейното „царство“). Отначало азъ, па и началството, гледахме повърхностно на тая болестъ и се „лѣкувахме“ само съ хининъ и... английска соль. Но следъ единъ месецъ само половината отъ нашата група заприличахме на сѣнки. Особено азъ. Бѣхъ едвамъ живъ. Отслабнахъ страшно, пожълтѣхъ, изгубихъ сили, виеше ми се свѣтъ, горяхъ въ огънь, пиехъ ужасно много вода и най-после паднахъ на легло. Закараха ме въ Пазарджикъ въ болницата. Тамъ съ нѣколко инъекции и нѣкакви медикаменти (между които и желѣзни соли, струва ми се) успѣха да ме спасятъ. За десетина дена треската ме остави, добихъ апетитъ и се пооправихъ. Излѣзохъ отъ болницата и си заминахъ къмъ Ловечъ. Презъ Септември пакъ се върнахъ тукъ, бѣхъ вече добре. Ядѣхъ много и даже напълнѣхъ много. И цѣла зима не боледувахъ. Но презъ пролѣтѣта пакъ ме затресе. Съ хининъ и инъекции пакъ я спрѣхъ. Презъ лѣтото (1930 г.) бѣхъ пакъ на тр. служба но въ Чепинско. Тамъ климата е хубавъ и бѣхъ много дабре. На есента пакъ ме тресе. Пакъ при доктори, пакъ хининъ и инъекции. Спре. И отъ септември 1930 г. до сега не ме тресе, но, ужасъ! преди 2 дена ме атакува пакъ тя. Познавамъ я много добре. Единъ денъ само ме тресе и ме просто смъкна. Странитѣ ми хлътнаха, побледнѣхъ, като че ли ми се свър-

ши кръвта, и много отслабнахъ. Просто свѣтнахъ, както се вика. Като се гледамъ въ огледалото просто се плаша — тъй болезненъ видъ имамъ! Пакъ започнахъ хинина. Но това ме отчайва. Та азъ искамъ веднажъ за винаги да се отърва отъ тая ужасна болестъ! Ходихъ при толкова лѣкари, четохъ всичко каквото се пише за нея, но не виждамъ спасение. Най-после преди нѣколко дена узнаахъ за Васъ и Вашето хубаво списание, четохъ нѣколко книжки, които намѣрихъ и решихъ и до Васъ да се отнеса. Въ Васъ ми е само надеждата сега. Може да сте писали по тоя въпросъ, но не я зная. Не съмъ челъ и Луи Куне, ще го купя и чета, но искамъ и отъ Васъ, да ми пишете по-конкретно. Вѣрвамъ да познавате добре болестъта. Моля Ви най-учтиво да ми отговорите накратко:

1) Излѣчима ли е напълно и по какъвъ начинъ маларията.

2) Самъ мога ли да се лѣкувамъ и какъ? защото въ официалната медицина (хинина) изгубихъ вѣра.

3) Какво да направя на първо време?

Бихъ дошълъ лично въ Варна при Васъ, но ще признаете, че е абсолютно невъзможно за единъ даскалъ като мене да си позволи този „луксъ“, макаръ и за лѣкуване, съ една мизерна 1600 лв. месечна заплата!

Прилагамъ марки за отговоръ и благодаря предварително.

10. IV 1931 г.

Съ дълбока почитъ: *Б. К. у-ль, Т. Пазарджишко.*

Б. Р. На този злополучно „хининизиранъ“ вероющъ въ лѣкарствата ние дадохме следния отговоръ: „закона народ. здраве забранява лѣкуването съ писма. Отправете до Директора народното здраве молба да ми разреши да Ви лѣкувамъ съ писма, тъй като нѣмате срѣдства да дойдете въ Варна при менъ. Ако молбата Ви не мине, ние нѣма да Ви оставимъ да загинете. Ще Ви преведемъ научнитѣ статии на професоръ Schönenberger, Dr Winsch и др. върху природното лѣкуване на маларията и ще Ви ги пратимъ. Това никой не може да Ви го забрани — бждете бодъръ и не губете вѣра. Природата ще Ви спаси!

Властници, създайте природни лѣкари!

Този или тази, които като използватъ лѣтото могатъ да намѣрятъ сто (100) абонати за сп. „Природенъ лѣкаръ“ и внесатъ стойността имъ, ще бждатъ назначени на постоянна служба въ редакцията и Д-во Природолѣчение съ месечна заплата.

Предпочитатъ се независими отъ никого, разполагащи съ времето си, които се чувствуватъ годни за редакционна и дружествена работа.

Спорузмение редакцията.

Еребакановъ — Ломъ.

УСЛОВИЕ ОТЪ КОЕТО ЗАВИСИ ВЪЗПИТАНИЕТО.

продъл. отъ бр. 8.

Едни сетива отклонили се малко или много отъ правилния пътъ на развитието си, сжщитѣ предразнени въ самия организъмъ отъ отрови, които имъ се поднасятъ като храна за подържането имъ, се нуждаятъ отъ външни силни раздражения, възбуди, които могатъ и сж отъ рода само на румешитѣ живота — отъ извора на престѣпността. Само когато върху тѣхъ, сетивата, действуватъ такива възбуди, само тогава могатъ да се раздражнятъ и да възприематъ впечатления отъ външния свѣтъ. Ето защо на престѣпността не се гледа като на нѣщо много страшно, което копае гробъ на живота, за да погребе въ него хората, а като на нѣщо много обикновено, нѣщо, което, като че ли, тъй трѣбва да бжде.

Ето, това е гранитния камъкъ, въ който възпитанието разбива всичкитѣ си упования. За да има успѣхъ възпитанието, необходимо е преди всичко да се нормализира живота вътре въ самия организъмъ и следъ като постигнемъ тоя резултатъ, можемъ съ пълна вѣра да кажемъ, че то, възпитанието, ще има несъмненъ успѣхъ.

Отровено тѣло,—отровенъ духъ; здраво тѣло—здравъ духъ.

Човѣкъ за всичко друго полага голѣми грижи, а за себе си най-малко, да не кажемъ никакви. Напримѣръ: скотовъдеца се грижи за добитѣка така: — поставя го въ хигиенични условия на живеене; изучава въ подробности какъ, съ какво и колко трѣбва да го храни, за да отстрани всички възможни случаи на заболяване отъ една страна и отъ друга да бжде силенъ, извънредно работоспособенъ и издържливъ на дълъгъ и продължителенъ трудъ; градинара — за овощната и зеленчукова градина върши сжщото и т. н.

А за човѣка? Самия той, който полага неимовѣрно голѣми грижи за всичко друго, най-малко време отдѣля за себе си, за да проучи всичко онова, което ще му даде нормално развитъ организъмъ, съ нормално извършващи се въ него физиологически процеси, обуславящи нормално развити сетива. Той, човѣка, се е удавилъ въ блатото на авторитета, който винаги може да тикне запащитѣ го въ задънена улица, отъ кждето само чудото може да спаси. И всички чакатъ чудото, а никой почти не се сеща да го подири въ себе си, като даде на организма си онова, което ще постави всичко да тръгне по правия, по истинския пътъ.

Говоримъ за хигиена на ума, за хигиена на работата и пр. все за хигиени говоримъ, а за хигиената на храненето?

кажи речи, редко сж хората които сж се сетили. Болшинството хора мислятъ, че като се обърнатъ на човали за тѣпкане каквото падне предъ очи, наречено съ голѣмата дума силна храна—месо, риба, бобъ, алкоолъ, вино, бира и пр. и пр., всичко ще трѣгне по медъ и масло. Наопаки разочарованието расте всѣки день и тѣ сж изправени на единъ кръстопѣтъ, и като омагьосани стоятъ на него, до като чудото не дойди.

И; при тая хигиена на прословутата силна храна, ний нѣмаме хора съ богати души, а вълци, дебнещи всѣки мисъ да изедѣтъ всѣкиго. И, тия вълци, тия тигри въ душата си, ний искаме да възпитае, като ги накараме освенъ козината си, но и душата си да променятъ, така че, като иматъ човѣшки образъ, да иматъ и човѣшка душа. Но, народната приказка е права: „вълка козината си мени, но табихета си не промѣнява никога“. тѣй и възпитанието отъ човѣка—вълкъ създава външно силивованъ типъ съ тъмна и черна душа, пакъ като на вълкъ.

Отъ всичко до тукъ казано можемъ да заключимъ, че възпитанието може да има и може да разчита на успѣхъ само тогава, когато обгърне и широко приложи най-напредъ истинската хигиена на храненето, а следъ това възпитателнитѣ си методи.

За она, който води природосъобразенъ животъ, целитѣ на възпитанието лесно, много бързо и съ малко срѣдства, се постигатъ. Като изпълнява само едно, да употребява чисто природосъобразна храна, чиста отъ отрови и възбудни вещества, организъмътъ му върви въ правия пѣтъ и сжщо така правилно се развиватъ всички физиологически процеси. И той въ душата си е човѣкъ и вмѣсто него да дирятъ, той дири всрѣдъ мнозинството посрѣдъ день съ фенеръ въ рѣка човѣка, тѣй както нѣкога Диогенъ го е дирилъ. За него ще бждатъ съвършено чужди лжжата, измамата, кражбата, убийството и пр. съ една дума всички пороци. Следователно, прилагането на възпитателнитѣ методи за деца израстнали по природосъобразенъ начинъ, е просто и лесно, и винаги съ голѣмъ успѣхъ и резултатно. За всички хора, които вървятъ по утѣпкания пѣтъ на кжсогледата хигиена на храненето, то римската приказка „човѣкъ за човѣка е вълкъ“ си остава неизменна и доказваща се всѣки день. Щомъ е така, за да не служимъ на злото рушащо живота, а да служимъ на доброто, което създава и твори въ живота, нека кажемъ — „назадъ къмъ природата“.

Д-ръ К. Йордановъ.

Нуждата отъ природни лѣкари е голѣма.

Че нашата дейность даде много добри резултати, е фактъ неоспоримъ. Че вложенитѣ семена дадоха добра жетва, е една истина. Паралелно съ популяризирането идеитѣ за природното лѣкуване се увеличаватъ и нашитѣ последователи. Всичкитѣ тѣ, запознали се теоретически съ принципитѣ на природолѣчението, дирятъ и прибѣгватъ въ случай на нужда не вече къмъ аптеката, а къмъ едничкия источникъ и веченъ изворъ на жизненъ и лѣчебенъ еликсиръ — *природата*. Престѣпва се къмъ практическото приложение на всичко онова, соето вече три години проповѣдвамъ. Тази крачка напредъ роди една голѣма нужда, една липса, която трѣбва навреме да се задоволи.

Но коя е тази крещяща нужда? Безспорно нуждата отъ вещи лица, които въ дни на заболяване, ще могатъ майсторски да приложатъ всеилнитѣ природни лѣчебни фактори и като захвърлятъ веднажъ за винаги отровитѣ отъ леглото на болния, да направятъ всичко необходимо за пълното и истинско оздравяване на довѣрилия имъ се боленъ. Какви трѣбва да бждатъ тѣзи вещи лица? Безспорно лѣкари. Но не лѣкари на рецептирането. Такива имаме повече отколкото сж нуждни. Имаме ги въ свѣрхпроизводство. А нашия софийски факултетъ безъ да сж му родени истински професори (защото професоръ не се произвежда като фелдфебелитѣ а се ражда) фабрикува ежегодно и задоволява голѣмитѣ ни нужди. Такива и подобнитѣ имъ, обаче, не могатъ да задоволятъ нашитѣ нужди, нуждитѣ на онѣзи, които не дирятъ излѣчение отъ аптеката, а отъ майката природа. За нашитѣ последователи сж нужни първо лѣкари, които сж надрастнали времето си, освободили сж се отъ суеверието, че лѣкарствата лѣкуватъ, лѣкари, които сж готови и *подготвени* да манипулиратъ съ приложенията ни. Но отъ кжде да ги вземемъ такива? Отъ срѣдата на роденитѣ по досегашния теркъ е невъзможно, защото ги нѣма. Въ днескашнитѣ медицински училища не се говори или пъкъ съвсемъ малко за природното лѣкуване. А за нѣкакви практически познания въ това отношение, не може и дума да става. Още по-малка ни е надеждата въ тѣзи, които сж завършили софийския факултетъ и не владеятъ никакъвъ чуждъ езикъ. Сжществуващитѣ на български *записки и брошурки* въ преводъ и т. н. „оригинали“ не сж въ състояние да дадатъ обикновени медицински познания, а още по-малко нѣкакво ново въ тази областъ, каквото ново е *науката за природното лѣкуване и природосъобраз-*

ния животъ. Тази допълнителна подготовка, необходима да задоволи новитѣ нужди на болното човѣчество, може да се получи само отъ обширната чужда литература. Значи, да се подготви единъ лѣкаръ и стане истински природенъ лѣкаръ, необходимо е преди всичко, да може добре да се ползува отъ научната литература по природното лѣкуване, което пъкъ предполага отличното владение на, поне единъ, модеренъ езикъ. Това пъкъ е възможно само тогава, когато сжщия е завършилъ медицинскитѣ науки въ нѣкоя културна страна. Отиването тамъ на екскурзия или нѣкакво престояване нѣколко месеци, обаче, не е достатъчно. Отъ тука, голѣмитѣ трудности, които ще срещаме при вербуването на лѣкари, за нашето дѣло. Първо, владеещитѣ езици лѣкари сж повечето стари, които е невъзможно да изменятъ своитѣ рабирания и на стари години да почнатъ интензивна борба. Младитѣ лѣкари сж въ болшинството си отъ нашия факултетъ, не владеятъ езици и като така въ никой случай не могатъ да ни бждатъ полезни. Надеждата ни остава само въ онѣзи млади лѣкари, които сж завършили въ странство и владеятъ езици. Каква, обаче, частъ отъ тѣхъ можемъ да привлечемъ. Споредъ мене, много малка. И то ето защо: Първо, повечето отъ тѣхъ сжществува въ, благодарение на службитѣ, които заематъ. Минаването имъ въ нашия лагеръ, ще доведе незабавното имъ уволнение, както стана съ мене. Разбира се, никой нѣма да предпочете уволнението и като така, не ще мине никога къмъ насъ. Като спаднемъ отъ тѣзи благонадеждни за насъ млади лѣкари, единъ, макаръ и малъкъ, процентъ, такива които твърдо вѣрватъ въ лѣкарствата и не сподѣлятъ нашитѣ рабирания, нито пъкъ сж наклонни да размислятъ по този въпросъ и следователно сж неблагонадеждни за насъ, остава ни съвсемъ малъкъ процентъ, кждето трѣбва да отправимъ погледитѣ си. Този малъкъ процентъ отъ млади енергични лѣкари, които владеятъ езици и биха се неуморно ровили изъ литературата (защото е абсолютно необходимо за подготовката имъ), трѣбва да бждатъ прецелната ни точка. Всрѣдъ тѣхъ трѣбва да работимъ, да привлечемъ вниманието имъ, да ги накараме да се заинтересудатъ отъ нашата наука, да я изучатъ, и тогава ние можемъ да бждемъ сигурни, че ще ги спечелимъ на страната си. Защото, едва ли може да се намѣри лѣкаръ, който се е запозналъ съ природното лѣкуване и да не го е одобрилъ и прегърналъ. Днескашното неудобрение и надсмешливо отнасяне се дължи на обстоятелството, че истинското природно лѣкуване не се познава отъ лѣкарството.

До колко нуждата отъ природни лѣкари е голѣма и труда за тѣхното увеличение основателенъ, се вижда отъ следнитѣ обстоятелства:

1) Отъ времето откогато съмъ миналъ на страната на природното лѣкуване ежедневно получаваме многобройни писмени запитвания по въпроси отнасящи се до природното лѣкуване и природосъобразния животъ.

2) Отъ сѣщото време насамъ, при мене идватъ болни отъ всички краища на страната. Всичкитѣ дирятъ бесспорно лѣкаръ, който да не ги прати въ аптеката, а напъти въ духа на природолѣчението и затова имъ се е наложило да идватъ отъ толкова далечни мѣста, да правятъ разноски и губятъ време. Освенъ това, често за оздравяването е необходимо продължително време, необходимо е обстановка и условия за правилното приложение и т. н. Всичкото това разбира се е не лесно приложимо.

3) Не рѣдко съмъ повикванъ да отивамъ тамъ. Това прави природолѣчителската помощъ много скъпа и бесспорно недостъпна за всички. Такъвъ единъ случай имамъ въ София, кждето бѣхъ повиканъ и отидохъ. Наистина природното лѣкуване спасява често пѣти и безнадеждно болни, но не трѣбва да се отива до тамъ, че то може и трѣбва да възкресява мъртви. Тогава когато жизнената сила на организма е вече изчерпана, болестъта напреднала, бесспорно полза отъ моето повикване не ще има. Едно затуй защото каквото и да положимъ не може да възвърне мъртвия и второ, защото въ такива случаи обикновено болния не понася никакви приложения (какъвто бѣше случая въ София) и като така не може и да се иска нищо и отъ природния лѣкаръ. Поканенъ съмъ сѣщо така и въ едно село Севлиевско кждето отиването е още повече затруднено поради невъзможността да се понесатъ разноскаитѣ. Ако и въ последствие да настоятъ и азъ отида, то това ще стане твърде трудно за тѣхъ. Тогава, когато ако имаме повече лѣкари въ нашия лагеръ, повикването щѣше да стане отъ по-близко мѣсто и следователно по лесно.

Но повече лѣкари въ нашия лагеръ сж нуждни още и затова, защото тѣ могатъ да бждатъ истински разпространители на учението ни, само тѣ ще могатъ да уреждатъ скаски и издаватъ литература отъ каквито имаме голѣма нужда. Най-сетне многото лѣкари при насъ каратъ обществото да се доверява на природното лѣкуване и така вънасянето ни ще върви по бързо.

Прочие, работете за увеличаване лѣкаритѣ въ нашия лагеръ!

Бани на крака.

Студени бани на краката се правятъ съ вода 10—15 градуса С. и траятъ половинъ до 3 минути. Въ време на банята краката се търкатъ усилено (единъ въ другъ или съ ржце). Действието на банята се усилва ако водата стига до прасцитѣ. Въ такъвъ случай най-добре е да се стѣпва и върви въ течаща вода или при липса на такава въ ваната (ходене на мѣсто). Благотворното действие се упражнява първо чрезъ дразнене нервнитѣ окончания въ краката и така рефлекторно усилватъ перисталтиката на дебелото черво, поради което сж често отлично сръдство противъ упоритъ запекъ. Приложени при кръвоизлияния отъ носа, бѣлитѣ дробове, матката и др., тѣ спиратъ бързо и ефикасно кръвоизлиянието. Освежаватъ кръвообрата въ краката и продължително приложени сж добро приложение при студени крака. При условие разбира се, че индивида е билъ добре реакционноспособенъ.

Хладни бани на краката се правятъ съ вода 30—35 С. и траятъ до половинъ часъ. Тѣ служатъ за очистване на краката, ободряватъ при отпадналостъ, като успокояващо сръдство преди лѣгане и въобще при разнитѣ нервни неспокойствия и възбуждения.

Горещитѣ пѣкъ се правятъ съ вода 38—45 С. и траятъ 10—20 минути. Употрѣбаватъ се при астматични атаки, при силни менструални кръвоизливи, нервно главоболие, при бронхияленъ катаръ, при слабо сръдце, болки въ ушитѣ и др.

Лѣчебна билка № 4.

Копъръ (копрецъ) Фенхелъ — (*Foeniculum capillaceum*) е едно отъ често употрѣбванитѣ народни лѣкарства. Благодарение на това, че семената му съдържатъ разни етерични масла, той си е спечелилъ отдавна добро име като лѣкарство противъ разнитѣ заболявания. Освенъ това той е едно отъ рѣдкитѣ растения съ добъръ вкусъ и затова е често употрѣбванъ като подправка. Особено въ детската практиката той е едно хвалено приложение. Взематъ се семената и се смилатъ съ една кафена воденичка. Заливатъ се съ врѣща вода или се късо възвиратъ съ млѣко. Следъ това се прецеждатъ презъ ситно сито. Така получения чай, респективно млѣко, е отлично сръдство противъ болки въ кърма особено при малкитѣ деца и кърмачета, но и при възрастни. Употрѣбва се сжщо така при газове колики, въобще при много храносмилателни разстройства при малкитѣ деца. Дава се сжщо така и на кърмящитѣ майки

за да иматъ повече кърма. Ако къмъ така приготвения чай прибавимъ достатъчно медъ, получаваме отличенъ сиропъ, който се употребява противъ кашлица, както при децата, така и при стари хора. Слаба отваря отъ семената на копаръ се употребява за засилване зрѣнието на очитѣ (вижъ кн. 8-ма).

Но чай отъ копъръ се употребява често и вмѣсто китайския чай, който, както е известно е противопоприродно пиене и вреденъ за здравето.

Силата на природното лѣкуване.

1.

Едно три годишно момиченче отъ С-лъ боледува отъ повече отъ година отъ хронически бронхитъ (кашлица, хъркане въ гърдичкитѣ и т. н.). Лѣкувано е редовно съ сирупчета. Въ послѣдствие заболява отъ пневмония (едно усложнение отъ неизлѣкувания старъ бронхитъ). Донася се въ Варна. Въ една аптека, когато родителитѣ му сж получавали нареденитѣ лѣкарства детето прилошава и станало много зле. По съвета на аптекаря бива отнесено въ единъ хотелъ, където се повиква лѣкаръ и му направя две инжекции камфоръ. На сжщото дете бѣха взели една кутия камфорови ампули съ нареждането въ дома да му се правятъ по две. Инжекциитѣ не подобряватъ положението му. Безрезултатната намѣса на трима лѣкари въ расстояние на единъ часъ накарватъ родителитѣ да опитатъ природното лѣкуване.

Детето бива настанено въ едно познато семейство. Отстраняватъ се всѣкакви лѣкарства, а кутията съ камфоровитѣ инжекции се дига за споменъ. Отъ сжщата аптека се взима половинъ килограмъ синапозо брашно. Това и бѣше всичкото лѣкарство за неговата пневмония. Почватъ се хардаленитѣ бани, хардалени компреси, парни компреси, присницови компреси и клизмички. А противъ високата температура хладни до студени обжулвания или обмивания. Въ расстояние на 7—8 дни детето оздраве отъ пневмонията. Остана хронически бронхитъ. Нареди се да се продължи парния компресъ и нѣкои други приложения. Следъ 20 дни получава се едно писмо, отправено чрезъ аптеката, въ която детето бѣше влошало. Съ това писмо се съобщава, че детето било много добре. Лѣкаря тамъ е гледалъ и е казалъ че отъ пневмонията и хроническия бронхитъ нѣма нито следа. Останала една раничка вследствие леко изгаряне на кожата при правене парния компресъ и не заздравяла отъ разнитѣ мехлеми които се нареждали отъ лѣкаря имъ тамъ.

Когато се прегледа повторно детето, очудването бѣ много голѣмо, когато се намѣриха дробчетата съвсемъ чисти.

Нека си призная, че докато трая лѣкуването нѣколко пѣти носихъ инжекции, които се даже и колебаехъ да направя ли или не. Слава Богу мина безъ тѣхъ, което потвърди силаса на природолѣчението. Разбира се тази готовност не изказахъ поради туй, че вѣрвахъ въ инжекциитѣ, а просто да избѣгна неприятноститѣ при евентуаленъ нещастенъ изходъ на болестъта, което тежкото състояние правеше доста възможно. Родителитѣ всѣко време сѣ готови да потвърдятъ горното.

2.

В. Р. 24 годишна отъ гр. П-въ въпрѣки зрѣлата си възраст не менструира. Опитвани всички срѣдства на медицината оставатъ безрезултатни. Липсата на менструация е липса на женственостъ. Въ годинитѣ на половата си злѣлость, предъ прага на живота, въ надеждата за щастливъ браченъ животъ, този нейнъ дефектъ е голѣмъ душевенъ тормозъ за него младо момиче. Настѣпва силно отчаяние. Липсата на достатъчно срѣдства и безуспѣшното прѣскане на много такива, правятъ по нататѣшното лѣкуване затруднено. Сжщата болна дълго страда и отъ сухъ плевритъ. И дветѣ ѝ страдания сѣ доказани и потвърдени отъ видни лѣкари въ нейния градъ.

Срѣдно охранена, грацилна конструкция душевно и нервно неспокойно момиче. Отчаянието и силното желание да ѝ бжде помогнато се издаватъ отъ всѣко нейно движение. Първия прегледъ показва, че кръвообрата въ корема е доста ленивъ и има застой на кръвта. Запечена е била отдѣвна. Болки въ корема предимно въ дѣсната горна частъ. Бодежи и триене въ дѣсната частъ на грѣдния кошъ. Слабо увеличение на черния дробъ като резултатъ отъ застой на кръвта. Задушени, нехранени достатъчно, следователно неразвиващи се достатъчно полови органи—предимно яйчници. Вътрешно—секреторната функция на яйчницитѣ е сжщо така оскѣдна. Отъ тукъ и недостатъчно развити вторични полови признаци.

Предложено ѝ да приложи природното лѣкуване се прие отъ нея съ голѣма готовностъ. Остана на лѣчение нѣколко дни за да научи приложенията. Отизва си и продължава всичко наредено два месеца. Обажда се съ писмо въ което съобщава, че плеврита миналъ и контролниятъ прегледъ на нейния лѣкаръ тамъ е потвърдилъ неговото оздравяване. Презъ това време на два пѣти се явява по-малко менструална кръвъ. Следъ това настѣпва повторно спиране

на сжщото. Минаватъ още 1—2 месеца. Съ второ писмо се съобщава, че менструацията е доста събудена. Бълкитѣ въ карема изчезнали. Зарадвана отъ това се връща повторно за контролно наблюдение. Престоява единъ месецъ. Напуска Варна и си отива. До днесъ стои въ връзка съ нашето дружество, че болки нѣма, менструацията редовна, женствеността ѝ е възвърната, плеврита изчезналъ духомъ е ободрена и е наново жизнерадостна. Отъ тогава е ревностна последователка на природолѣчението, членка на дружеството, абонатка на списанието ни и ни е намѣрила десетина абонати, за които редакцията ѝ благодари.

Лѣкуването се състоеше въ прилагането на седящи бани, парни компреси, масажи, вегетариански режилъ, забрана на каквито и да е лѣкарства и редици други приложения.

Нашитѣ приятели.

Др. Докторе,

Поздравлявамъ Ви съ голѣмия успѣхъ, който сте имали въ София съ вашитѣ скаски, за които научихъ отъ единъ мой приятель, който е присѣтствувалъ на тѣхъ. Радватъ ме и менъ тѣзи първи успѣхи, защото мисля, че още първитѣ крачки сж на здрава почва! Не остава (сега нищо друго, освенъ да работиме по-усилено, да увеличимъ числото на абонатитѣ на „Природенъ лѣкаръ“, а съ това, да се намали цѣната му и стане още по-достъпенъ за широкитѣ народни маси. . . .

гара Бѣлово, 1 Априлъ 1931 г.

Съ приветъ:
Д. К.

Уважаемый г. Докторе,

Съ голѣма радостъ прочетохъ статията Ви „Въ-защита на природолѣчението. Кой е Кнайпъ“. Самъ азъ, голѣмъ привърженикъ, се много зарадвахъ отъ обстоятелството, че се даватъ такива отзиви въ едно медицинско списание за тоя великъ благодѣтель на човѣчеството. Нему азъ дължа и живота си — понеже по неговия методъ се спасихъ отъ явна смъртъ—на каквато ме бѣха обрекли—привърженицитѣ на днешната официална медицина. . . .

Вашитѣ горещи симпатии къмъ методитѣ на отецъ Кнайпа намѣриха голѣмъ отзвукъ въ душата ми и подкрѣпиха надеждата, че човѣчеството ще се вразуми и постарай да намѣри истинския спасителенъ пѣтъ за своето здраве и щастие.

Русе, 5 Априлъ 1931 год.

Дерзайте проче г. Докторе.

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

Месечно списание за природно лѣкуване, природосъобразенъ
животъ и здравна просвѣта.

Год. абонам. 75 лв.

Отдѣленъ брой 8 лв.

Редакторъ: Д-ръ Кирилъ Йордановъ бул. Мария Луиза № 34

Д-ръ Кирилъ Йордановъ.

Въ защита на природолѣчението.

IV.

Медицината и природолѣчението не вървятъ ржка
за ржка. Тѣ се корено различаватъ и сж въ
несъгласие.

Както проличаваше отъ характера на водената противъ насъ борба, повечето отъ участниците въ сжщата отричатъ напълно природното лѣкуване като ненаучно. Друга една частъ, напротивъ, признаваше стойността на природолѣчението, но твърдеше, че официалната медицина го признавала, прилагала го и въобще съвсемъ не се отнасяла къмъ него отрицателно (въ такъвъ случай остава да ни се отговори, защо биваме гонени задето работимъ за по-широкото популяризиране на „признатото“ и научно природолѣчение). Колегата Д-ръ Ив. Тодоровъ особено подчертава това „разбирателство“ между медицината и природното лѣкуване. Сжщиятъ твърди, че сжщото е наука и особено подчертава, че официалната медицина и природолѣчението вървѣли „ржка за ржка“ и съвсемъ не били въ война. Азъ ще кажа дано да е така. Нашата задача не е да останемъ въ вечна война съ училищната медицина, а да докажемъ стойността и преимуществата на нашата наука и накараме официалнитѣ да я признаятъ поне наравно съ лѣкарствения начинъ на лѣчение. Касае се значи да се види сега, дали това твърдение на колегата отговаря на истината.

Занимавайки се вече три години съ тази наука, преворилъ голѣма и богата литература отъ видни професори и лѣкари, съмъ отлично запознатъ съ науката за природното лѣкуване. Познавамъ добре нейната история и съ положителностъ твърдя, че и близкото бждаще мога да предскажа. Въ резултатъ на този голѣмъ трудъ, положенъ отъ

мене въ изучаване новата за България наука, убедилъ съмъ се и смѣло твърдя: Науката за природното лѣкуване и официалната училищна медицина, не само че не се разбиратъ и не вървятъ ржка за ржка, но сж и въ вечна война поради това, че се корено различаватъ една отъ друга. Твърдя сжщо така, че докато не се премахнатъ тѣзи коренни различия и главно, докато науката не се освободи отъ силното влияние на едрия капиталъ на химическата индустрия, разбирателство между дветѣ медицински течения нѣма да настѣпи.

Съ нѣколко статии, които има да следватъ и въ другитѣ номера на моя „Природенъ лѣкаръ“, ще се опитамъ да докажа несъгласието между насъ и тѣхъ, а съ това ще бжде отговорено и на колегата Д-ръ Тодоровъ. Той очаква и писмено ме покани да му отговоря на редицата зададени ми въпроси и това азъ ще сторя последователно.

А.

Oskar Mumert—Berlin.

Разбирателство между медицината и природното лѣкуване.

Въ № 21 отъ 1929 г. на сп. „Гезундхайтцлереръ“ намирамъ една обширна статия отъ Д-ръ Беерендъ, въ която разглежда отношението между дветѣ течения. Тамъ той твърди, че разбирателство е трудно постижимо поради пълното отричане на лѣкарствата отъ страна на природолѣчението. Но и това не е вѣрно, защото не е само тази разликата. Различието се състои въ много други по-дълбоко лежащи коренни различия. Докато училищната медицина вижда въ болестъта нѣщо случайно — чуждо и се стреми да го премахне и потисне, природолѣчението напротивъ — естественъ процесъ, резултатъ отъ прегръшения къмъ законитѣ на живота. Признацитѣ на болестъта за него сж естествени проявления, които играятъ ролята на пазители и тѣмъ предстои да се борятъ и побѣдятъ „болестъта“, която въ сжщностъ не сж разнитѣ симптоми, а е задъ тѣхъ невидима, и която е по-скоро причина за признацитѣ, но не е самитѣ тѣ. Като така, то не се стреми да ги потиска и премахва, а ги подкрепя, даже усилва, за да изнесатъ борбата докрай. Освенъ това не е вѣрно, че природолѣчението отрича абсолютно употребата на лѣкарствата. Никога единъ природенъ лѣкаръ нѣма да се посвѣни да направи една инжекция съ морфиумъ на единъ, разскжсанъ отъ гранати и превиващъ се отъ болки, войникъ. Никога нѣма да отрече, а веднага ще приложи една операция, когато се касае до единъ случай съ разпранъ коремъ и излезли навънъ черва.

Той веднага ще прибере червата и зашие раната. И още, много други случаи ще има, кждето той ще употреби лѣкарството. Всичко това обаче сж случаи, а не система. Тукъ се касае по скоро до облекчаване страданията на умирающъ, но не и до лѣкуване. Както всѣко правило си има изключения, така и тукъ. Това обаче съвсемъ не иде да потвърди безсилието на природнитѣ лѣчебни фактори, а само нуждата отъ изключения и то въ изключителни и много рѣдки случаи. Разликата е въ това, че медицината навсѣкжде и всѣкога прилага лѣкарствата безъ да помисли за други приложения (съ малки изключения), а природолѣчението винаги и на всѣкжде прилага природнитѣ лѣчебни фактори и само въ рѣдки случаи, като изключение, помислюва за лѣкарства. При това тѣзи изключителни случаи природния лѣкаръ задоволява съ най-ефтинитѣ, най-безвреднитѣ лѣкарства. Той никога нѣма да предпише такова за 100—200 па и 500 лв. и изпраздни джеба на своя боленъ, за да напълни този на фабриканта (което става разбира се несъзнателно както е казано отъ Д-ръ Станчевъ въ книжка осма на списанието ни). Природниятъ лѣкаръ ще задоволи тази своя нужда съ нѣкоя билка или нѣкое друго съвсемъ невино и ефтино „лѣкарство“.

Но и ежедневната практика ни показва достатъчно много и ясно различието. Минете само за проба презъ кабинета на единъ медицински лѣкаръ. Вие никога нѣма да бждете запитанъ правите ли дихателни гимнастики и какъ, правитѣ ли въздушни бани и какъ, и други подобни въпроси Вамъ нѣма да се зададатъ. Още съ влизането обаче, ще бждете запитанъ имате ли главоболия, имате ли диария и т. н. Докато той гледа най-първо да се добере до неприятнитѣ усещания, които има болния, а следъ това ги потисне съ нѣкой лѣкарство, природниятъ лѣкаръ малко се интересува отъ неприятнитѣ усещания, а дири да проучи кои отъ важнитѣ тѣлесни функции при болния сж били занемарени и следъ това нарежда приложения за тѣхното възстановяване съ което е сигуренъ, че истински лѣкува своя боленъ. Съ неприятнитѣ усещания той се занимава дотолкова, доколкото болниятъ страда отъ тѣхъ и то само когато сж прекалено силни и нетърпими. И тукъ добрия природенъ лѣкаръ ще съумѣе да се справи съ тѣхъ много лесно съ нѣкое обжулване, обмиване, компресъ, баня или нѣкое друго приложение, но никога, или съвсемъ въ рѣдки случаи, ще прибѣгне къмъ *отровитѣ* — лѣкарства. Разбира се има вече и такива лѣкари, които макаръ и на противната страна, въ своята практика сж до минимумъ ограничили употребата на отровитѣ. Тѣзи единични случаи съвсемъ не могатъ да се смѣтатъ като зближение между нашата и тѣхната наука.

Но нека цитираме нѣколко мисли отъ сказката на Д-ръ

Зилберъ предъ съюза на природнитѣ лѣкари, отъ който цитатъ ще проличи доста много.

— „Никога лѣкаритѣ не сж бивали тъй често, даже нахално, спохождани отъ химическата индустрия. Не минава нито день презъ който лѣкаря да не получи нѣкоя съблизнителна безплатна проба, нѣкое увещаващо писмо, или пъкъ да не е споходенъ отъ нѣкой представител на сжщата индустрия, съ цель, единствена и крайна, да примамы лѣкаря къмъ по-често и изобилно употрѣбяване на произведенията имъ. И въ ущърбъ на авторитета на учения, тѣзи представители и кандърмаджии сж не рѣдко по специалность лѣкари или аптекари, който напускаяки званието си, сж се оставили въ услуга на гладния за забогатяване хищникъ. Като почнете отъ луксознитѣ наржчници, минете презъ разнитѣ романи, моливи и стигнете чакъ до безплатни карти за хранителни препарати, всичко това се дава, и то въ изобилие, на лѣкаря винаги безплатно. Защо е всичко това? И кой покрива всички тѣзи разноски за тѣзи скжпи „рушвети“? Вsrѣдъ това наводнение отъ... кой смѣе да заговори за пълното възприемане на природното лѣкуване отъ официалната медицина? Но виждайки порочността на тази пакостна кампания, тя се престашава *сегисъ тогисъ* да нареди на своя боленъ нѣкой компресъ или нѣкой масажъ, но това само сегисъ-тогисъ. Въ сжщото това време болниятъ се тѣпче съ лѣкарства отъ всѣкжде, кждето тѣлото има отворъ (даже и презъ ануса) а тамъ кждето нѣма, прави му се изкуственъ такъвъ!“

Така говори единъ голѣмъ лѣкарь и това е трагедията на медицинската наука. Освободили се отъ него, разбирателството ще дойде отъ самосебе...

Б. Р. И така драги читателю ти виждашъ, че вървимъ „ржка за ржка“.

Димковъ — София.

Защо и какъ да отвикнемъ отъ алкохола (пиянството).

Научнитѣ изследвания, извършени въ голѣмо количество и съ помощта на най-добритѣ научни срѣдства, неоспоримо доказаха, че употрѣбата на спиртнитѣ питиета затруднява извънредно много възприемането на външнитѣ впечатления, забавя и претѣпява мисленето, отслабва паметта и най-после тя поражда такава вътрешна възбуда, която разстройва способността къмъ себевладение, разслабва волята и тика къмъ необмислени и въобще къмъ ненормални постѣпки.

И кой не знае това? Народната мъдростъ прекрасно е оценила пианството. Тя често и вѣрно казва, че „вино бели прави“, „запознаешъ ли се съ виното, съ честа се разоста-вяшъ“, „за пияния морето е до колѣно, а локвата до уши“.

А нашия народъ, колкото отива по нататѣкъ, толкова по силно го застрашаватъ бедствията, които носи алкохола. И той, за да се освободи отъ тази ужасна отрова, която под-рива неговото здраве, нравственостъ и благосѣстояние, се нуждае твърде много отъ добрия личенъ примѣръ на всич-ки хора. Въ подробности алкохола се отразява така:

1. Влияние на окръжаващитѣ и поколението.

Еразъмъ Дарвинъ, дѣдо на знаменития естественикъ, установилъ, че всички болести, които се явяватъ вследствие алкохолизма се предаватъ до трето и четвърто поколение; усилватъ се при продължение злоупотрѣбата съ спиртни питиета и най-после довеждатъ до измиране на рода. Сж-щото твърди и Професоръ Форелъ, като казва: „Отдавна е известно, че пианицата предава наследствено своето пи-анство на потомството си. Тази наследственостъ служи мно-го често като причина на оная неутолима страсть къмъ ви-ното у потомството, за която говорихме по-рано. Тя служи като източникъ на много други болести. Децата на алкохо-лика въ голѣмъ процентъ загиватъ отъ жизнена немощъ, епилепсия, идиотизъмъ, отъ душевни болести и др.“.

2. На кръвта.

Нека видимъ най-напредъ какъ действува спирта на самата кръвь. Течната частъ на кръвта, която съдържа белтъчно вещество, отъ силния спиртъ се пресича. Бѣлитѣ кръвни телца спиртътъ убива, както убива, амебата и др. едноклетъчни животни. Червенитѣ кръвни телца отъ спирта се свиватъ, ставатъ жгловати, следъ това се разпадатъ на зрънца.

Следствие такива заболявания на червенитѣ кръвни тѣлца притока на кислорода до всички клетки на нашето тѣло намалява. А ние знаемъ, че безъ кислородъ нѣма го-рение, нѣма и животъ. Цѣлата работа на клеткитѣ, произ-веждане на сила, образуване на топлина, произвеждане на различни сокове, отъ недостигъ на кислородъ, ще се раз-строй.

3. Влияние на сърдцето и кръвоноснитѣ сждове.

„И ето този, тъй цененъ и необходимъ за живота ор-ганъ“, казва Д-ръ Буткевичъ, „особено силно се поражва отъ спирта. Въ труповѣтъ на пианцитѣ обикновено намира-ме сърдцето въ едно отъ следнитѣ три състояния: то е или грамадно отраснало отвънъ и кръстосано отвътре съ тлѣс-

тина — затлъстѣло сърдце, или най-после то бива намалено, твърдо и прорасло съ съединителна тъканъ — затвърдѣло сърдце“.

Сърдцето е изродено, но убийственото действие на спирта върху кръвоносната система не се ограничава само въ сърдцето.

Спиртътъ изражда и обезобразява и онѣзи кръвоносни тръбици, онѣзи пѣтища по които тече кръвта. На всѣкжде тѣхнитѣ стеници затвърдяватъ, ставатъ хрущални, често въ тѣхъ се отлагатъ варовити соли, или се образува костъ, извжтре стеницитѣ изгубватъ своята гладкостъ, ставатъ грапави, проядени, често покрити съ ранички. Следствие варовитото израждане на стеницитѣ, кръвоноснитѣ сждове ставатъ крѣхки, трошливи: Достатъчно е единъ ударъ, натискъ, силенъ напоръ на кръвта, за да се спуска сжда и да настѣпи кръвоизлияние. Всички вѣроятно сте чували, че пианицитѣ падатъ отъ ударъ.

И такъвъ бива често краятъ на пианицитѣ. Едно напрегане, вълнение, или излишество, или пѣкъ, обикновенна болестъ, е достатъчно да прелѣе търпението на сърдечната издържливостъ и пианицата умира отъ парализъ или разривъ на сърдцето.

4. На черния дробъ.

„Отначало, черниятъ дробъ, казва Д-ръ А. Буткевичъ“, е силно увеличенъ, пълнокръвенъ, повърхността му е гладка, цвѣтътъ му е тъменъ отъ застояла кръвъ. Следъ това отъ тлъстинното израждане на клеткитѣ той се прошарва съ жълти тлъстинни петна и добива жълто кафявъ видъ.

Следъ това отъ образуващата се между частичкитѣ съединителна тъканъ, той затвърдява и намалява. Най-после, поради стѣпацитѣ го зарастъци той става грапавъ, мѣничъкъ и твърдъ.

Зарастъцитѣ спиватъ жлъчнитѣ каналчета и пречатъ на злъчката да изтича въ злъчния мехуръ и отъ тамъ да се излива въ червата. Злъчката се поглъща отъ кръвта и причинява жълтеница. Кръвоноснитѣ сждове, притиснати отъ зарастъци, се стесняватъ, а понеже чрезъ черния дробъ минава кръвта, която се връща отъ коремнитѣ органи къмъ сърдцето, образува се застои и на кръвта въ коремната празнина. Зарастаковитѣ прегради, които среща въ черния дробъ завръщащата се отъ корема кръвъ, причинява преждеждане на кръвната плазма отъ препълненитѣ кръвни сждове и събирането ѝ въ коремната празнина. Образува се коремна водянка — много честа и неизлѣчима болестъ у пианицитѣ.

5. На храносмилането.

Храносмилането у пианицата се извършва зле; той нѣма апетитъ за ядене; появява се повдигане и повръщане на слизъ сутринъ придружено съ тежка кашлица, тежестъ и болка подъ лъжичката, парливо усещане на хранопровода и уригване съ постояннитѣ оплаквания на пианицитѣ. Обикновена болестъ у пианицитѣ е катаръ на стомаха, която се придружава съ разширение на стомаха, понеже отслабналитѣ немощни стени на стомаха постоянно се разширяватъ отъ застояването на несмлѣната, гниюща храна. Къмъ всички тѣзи явления на катаръ въ стомаха се присъединяватъ явления на катаръ въ червата, диария и запекъ, които постоянно се редуватъ у пианицитѣ. Храната, се разлага отъ недостатъчния стомашенъ сокъ и злъчка. При загниването на храната, всѣка зараза, която попадне въ организъма чрезъ стомаха или червата бързо и леко се развива и разпространява.

6. На бжбрецитѣ.

Бжбрецитѣ страдатъ отъ спирта също тѣй, както и всички други органи на тѣлото. Тѣ също се подлагатъ на зърнесто или тлъстинно израждане, сбръчкватъ се отъ зарастъци. Отровени отъ спиртъ, въ състояние на хронично възпаление, тѣ се отказватъ да изпълняватъ задълженията си, цѣлата имъ работа се разстройва. Следъ силно раздразнение при пианство, когато възпалението се изостри, отделянето на пикочѣта намалява, пикочѣта става гъста, често смесена съ кръвъ. Понеже болнитѣ бжбреци не отдѣлятъ достатъчно течностъ отъ кръвта, тази течностъ се просмуква въ тъканитѣ и причинява пакъ водянка—много честа болестъ у пианицитѣ.

7. На бѣлитѣ дробове.

Дробоветѣ употребяватъ всичкитѣ си сили да изгонятъ отъ тѣлото тази гной — спиртъ, да го изпарятъ презъ уста, но постоянната усилена работа ги изтощава и тѣ като че ли съзнавайки своето безсилие да гонятъ тази вкарана въ кръвта отрова и раздразнявани постоянно отъ издишване на спиртни пари, почватъ да слабѣятъ, появява се възпаление на дробоветѣ и най-сетне бѣлодробна туберкулоза (охтика).

8. На кърменето.

По изследванията на професоръ Бунге алкохолизмъ на башата е най-важната и до днесъ единствено установената причина за неспособността на дѣщеритѣ да кърмятъ децата си“. А изчезването на тази способностъ несъмнено свидетелствува за много напреднало израждане. Бедствието

въ този случай е не само въ това, че детето е съвсемъ лишено отъ естествено хранене, а още и въ това, че въ наследство отъ майката си, то получава развалена кръвь, разстроенъ организъмъ и на свой редъ, може би ще предаде сжщото на по-нататъшнитѣ поколения.

9. На нервитѣ и душевния животъ.

Въ лицето на пияницата наистина се отразява целата дълбочина на неговото душевно израждане. Мжтенъ, премреженъ погледъ, жалка, безсмислена усмивка, безпомощно увиснала устна, стекли, безформени черти на лицето—всичко това говори за нещо безнадеждно, загинало, безвъзвратно изгубено; Спиритътъ е изтрилъ у човѣка образа и подобие то Божие т. е. убитъ е ума, волята и чувството на човѣка, угаснала е човѣшката душа и му е наложилъ печата на тжпостъта, низостъта и животинството.

Слабоумие, всевъзможни нервни и душевни разстройства, нравствено падение,—сж последствията отъ пиянството. Вечно болни, товаръ за обществото, въ тягостъ и на самитѣ себе, срѣдъ упрѣци и въ семейството и отвращение отъ околнитѣ, влачатъ своя безсмисленъ животъ нещастнитѣ жертви на спирта, докато смъртъта сложи край на печалното имъ сжществуване.

10. На тѣлото и растенето.

„Въ наблюдаваното навредъ намаление на човѣшкия ръстъ казва Д-ръ Фокъ, спиритнитѣ питиета несъмнено играятъ значителна роля: Статистическитѣ сведения показватъ сжщо, че въ страни, гдето най-много се употребява алкохолъ, най-силно е проявено и намаляването на човѣшкия ръстъ“. „И така, ние не ще преувеличимъ“, казва и Професоръ Крепелинъ, „ако кажемъ че алкохолътъ е една отъ най-важнитѣ причина за израждане на народа“.

11. На престжпленията.

Професоръ Лангъ въ своето съчинение, „Алкохолизъмъ и нравственостъ“ неопоримо доказва, че обикновеното силно опиване на тѣзи, които никога не сж били пианици и не сж привикнали да пиятъ постоянно, почти всѣкога става причина за престжпление. Така, той установява, че голѣма частъ отъ престжпленията се извършватъ въ сжбота вечеръ, недѣля и понеделникъ.

Беръ, известенъ ученъ, установява точно, че 42% отъ всички престжпления изобщо и 70—80% отъ нараняванията въ частностъ, се дължатъ на спиритнитѣ питиета. Както показва и статистиката, най-голѣмо число престжпления се падатъ на онѣзи окржзи, кждето се пие най-много.

12. Пилѣне на пари.

Алкохола е най-големия врагъ на благосъстоянието и крепитель на бѣдността. Той обрича на мизерия пианицата и семейството му, отнима и последнитѣ срѣдства, съ които би могло да си набави добра храна, хигиенично жилище, топли дрехи и пр.

Въ заключение :

„И азъ ще подчертая,“ казва Д-ръ Фокъ, „още веднажъ, че 80% отъ всички случай на пианството сж резултатъ на общо приетия обичай да се попийва при всѣки удобенъ случай и само 20% сж наследили алкохолизма. Нека тази истина стои предъ очитѣ на всѣки, който протегна ръка къмъ чашката, нека тя задържи трѣзвия отъ попадането на опасния глъзгавъ пѣтъ на пианството, нека тя помогне на пиящия, додето не е късно и напусне този гибеленъ пѣтъ.“

Иначе за какво ни е културата, благосъстоянието, когато тѣлото и духътъ слабеятъ, когато ще ни смѣни слабо, израждаше се потомство? Не трѣбва да се бавимъ нито минута повече,—всички срѣдства трѣбва да се употребяватъ за борба съ заплашващото зло, защото и „въздържанието“, казва сжщия Д-ръ, „не е въ състояние да възстанови здравето, разрушено отъ продължителното действие на алкохола“.

13. Лѣкуване на пианството.

„На всѣки човѣкъ казва Д-ръ Браунъ, Богъ е далъ сила да се противопостави на всички спънки и изтошения, които се изпречватъ въ живота му, следователно, помощта, противъ пианството се намира въ самия човѣкъ. Упражнiete волята си и ще победите. Не чужди хора сж въ състояние да Ви освободятъ отъ пианството, а самитѣ Вие. Неизбѣжно условие е вѣра въ силата на Вашата воля и едно решение да упражнитѣ тая воля. Съ магия лѣкуване не става. Потрѣбно е да се вземе нуждното решение и да притежава силно влияние и воля. Никой не може да Ви повлияе безъ Ваше позволение. Хипнотизитѣ знаятъ, че това е единъ законъ, който има малко изключения. Само следъ решението Ви да спрете угаждането на това изродено желание за алкохолни напитки, Вие можете да прибѣгнете до помощта на други хора. Започвайки въздържанието не е зле да пиете повече млѣко. Червата Ви трѣбва да се пречистятъ, защото страстта къмъ спиртнитѣ питиета произлиза отъ възпаления въ тѣлото, затова се препоръчва правенето въ продължение на 7 вечери подредъ двойни топли клизми (36—37° Ц.) и правене ежедневно по 1—2 топли бани (36—37° Ц.) или по Луи Куе отъ 2—4 коремообтривни (20—30° Ц. 10—30 минути) или обтривно седящи бани (15—20° Ц.

отъ 20—40 минути), които помагатъ да се извади алкохола отъ организма колкото се може по-скоро. Лежете помежду банитѣ обтегнато върху кревата безъ всѣкакви възглавници. Поемете въздухъ (гл. „дълбоко дишане“) задържете го въ гръдния си кошъ, свивайте и не пушайте долната частъ на стомаха и когато видите, че не можете да задържите въздуха по дълго време, изпуснете го бавно и напълно. Това упражнение повторете 3—6 пжти. Вечеръ лѣгайте си рано 21 часа и лѣжете въ леглото 8—10 часа. Правете това до като свикнете. Гладътъ обикновено се чувствува въ дъното на стомаха. Той се причинява отъ липсата на връвъ въ тази частъ на тѣлото. Гореописаното дихателно упражнение ще пораздвижи стомаха и ще накара кръвта да циркулира по свободно, а това неутрализира жаждата за алкохолни напитки. Ако жаждата стане непреодолима полезно е да се поглъщатъ повече плодове.

„Благодарение пълното въздържание отъ спиртни питиета“, казва и професоръ „Йорелъ, много закоравели пиянци, могатъ да бждатъ отново здрави и порядъчни хора и много разорени семейства отново щастливи и спокойни“.

„Въ по лекитѣ случай и при добро желание у пианицата, а понѣкога даже и въ по тежитѣ, за лѣкуване на пиача е достатъчно само едно присъединяване къмъ некое добре организирано въздържателно Д-во. Впрочемъ такова лѣкуване е необходимо даже и следъ излѣкуването отъ пианството.“

Освенъ това тѣ трѣбва да правятъ ежедневни тѣлесни упражнения, да се хранятъ добре и най-важно, да пиятъ само вода, млѣко и др. плодови сокове, които не се смятатъ за спиртни питиета.

Съидейници, елате всички въ Варна на курортъ да се видимъ, опознаемъ и размѣнимъ мисли по бждащата ни дейность. Обадете се непременно на председателя ни Д-ръ Йордановъ, „Мария Луиза“ 34 — Варна.

Съидейници, пратете още сега абонамента си за година четвърта за да ни улесните и дадете възможность да подготвимъ добре началото на новата ни година. Освенъ това ще получавате списанието само срещу 70 лева вмѣсто 75 ако платете по-късно.

Предплатете сжщо и за намѣренитѣ отъ Васъ нови абонати.

Д-ръ Вандеръ.¹⁾

Какъ се произвежда треската?

Всички знаемъ, че треската се състои въ увеличение на нормалната на организма температура. Нужно е обаче, да се види на какво се дължи това, безъ което е невъзможно да се разбере сжщината и крайността на самата треска. Организма при нормални условия произвежда продължителна топлина, дължейки се на химическото горене на хранителнитѣ вещества и на дезинтеграцията (разпадане) на изразходванитѣ вещества. Този процесъ може да се сравни съ произвеждане на топлина чрезъ горене на кюмюръ въ една печка.

Съ единъ дивенъ регулиранъ механизъмъ човѣшката топлина стои нивелирана между 35, 5 до 37, градуса С. по начинъ щото при нормални условия, нито се качва, нито слиза повече. Да видимъ сега какво става, ако въ циркулацията влезе едно количество чужди вещества. Веднага организма се пресилва да ги унищожи, но ако количеството е голѣмо, тогава е нужно едно значително увеличение на горението, за да могатъ да се изгарятъ веществата. Пресилването на организма да разруши посрѣдствомъ едно по активно химично горене на чуждитѣ вещества съставлява болестъта. Това обяснение ще ни даде да разберемъ, че трѣската не е болестъ, но само едно необикновено увеличение на самия естественъ процесъ на организма, и това съставлява една важна защита на сжщия, чиято единствена целъ е, да разруши чуждитѣ и вредни вещества.

Тия вещества, могатъ да сжществуватъ отъ много време въ тѣлото и да бждатъ турнати въ движение отъ реакцията на самитѣ органи. Чрезъ пречистването посрѣдствомъ треската се предотвратява облагането, което винаги съставлява една опасностъ за тѣлото. Треската може сжщо да бжде произведена отъ вкарване на чужди вещества отъ вънъ, както чрезъ лошото смияне на храната, интоксикацията, ваксинацията и пр. Но токсинитѣ и вреднитѣ микроби могатъ сжщо така да бждатъ унищожени отъ треската. Но сжщественото е, че треската винаги е последиствие на сжществуващата нечистотия въ тѣлото. При всички остри болести треската е нужна, защото безъ нея не е възможно бързото разрушение и отстранение на чуждитѣ вещества, т. е. пълното лѣкуване. Който се стреми да отстрани треската посрѣдствомъ лѣкарства, може да си допринѣсе врѣда на организма, като съ това пречатства на самия естественъ

1) D-r Vander е ученикъ на Луй Куне, неговъ последователъ и за сега има луксозно уреденъ лѣчебенъ институтъ, където се лѣкува по Куневия методъ.

процесъ на пречистването. Освенъ това лѣкарствата, които се използватъ противъ треската винаги произвеждатъ различни промѣни и безпокойства. Така напримѣръ, нервна възбуда, завиване на свѣтъ, повръщане, отслабване на сърдцето, бучение на ушитѣ и пр. Тия промѣни трудно могатъ да се различатъ отъ признацитѣ на болестъта, поради това могатъ и тѣ да бждатъ третираны съ лѣкарства, което въ резултатъ дава пълна повреда на организма. Този фактъ се доказва отъ много случай, когато болния се остава безъ употрѣбата на лѣкарства, поради погнуса, отъ умора, отвращение или др. причини. Тогава тия промѣни изчезватъ отъ само себе си. Макаръ при остритѣ болести треската да е нужна, не трѣбва да се позволява да продължава много, защото застрашава съществуването. Отъ 41 започва опасността, понеже отъ треската могатъ да се парализиратъ най-важнитѣ органи за живота, като сърдцето, мозъка и пр.

Толкова високата треска се дължи на голѣмото количество на чужди вещества, които сж въ циркулация. Освенъ това има друго обстоятелство, което държи високо температурата, а това е недоброто излжчване на чуждитѣ вещества. Първото, което трѣбва да се направи е отстранението имъ да бжде по-активно. Това ще получимъ като направимъ да работятъ повече секреторнитѣ органи.*) Работата на кожата е много важна въ този случай и ней трѣбва да отправимъ специално внимание, като направимъ тѣлото да се изпоти обилно, като усилимъ активността на черния дробъ, който изпълнява своята очистителна работа, така сжщо и бжбрецитѣ. Това можемъ да получимъ съ различнитѣ студени бани и компреси. Въ сжщото време е необходимо да се отбѣгва вкарването на хранителни вещества, за да не се повишава температурата. Съ това не побеждаваме самата треска, а самата причина, която я предизвикала, т. е. съществуването на чуждитѣ болни вещества, които сж въ циркулация. Накрай ще кажемъ, който иска да отбѣгне безпокойствието на треската, трѣбва да пази вътрешността на организма чиста. А че потискането на Т-та съ лѣкарства е противоприродно и вредно, е много ясно.

Превелъ П. Поповъ — Плѣвень.

На издълженитѣ абонати е пратена вече премията — единъ отъ номерата на библиотеката.

Приятели пратете беднага обонамента си за IV година. Вмѣсто 75 лв.—за предплатилитѣ още сега е 70 лв.

*) Бжбрецитѣ, дробоветѣ, кожата и пр.

Почивна станция само за деца.

Редакцията въ желанието си да приложи на практика природосъобразния животъ и покаже неговата стойностъ, пристѣпва къмъ откриването на детска лѣтна градина (детска колонийка за деца извънъ Варна). Ще можемъ за сега да настанимъ и приемемъ само нѣколко деца. Тѣзи деца ще бждатъ подъ особено голѣми лѣкарски и възпитателски грижи всрѣдъ природата на чистъ въздухъ денемъ и пощемъ при силна безотровна храна.

За целта имаме построенъ къшкъ въ лозята не далечъ отъ морето. Ще бждатъ обзаведени за всѣко дете легло.

Обръщаме вниманието на нашитѣ абонати и читатели, които биха имали възможностъ да дадатъ децата си, да се отнесатъ още сега да имъ се пратятъ точнитѣ условия и ангажиратъ легла за децата си. Половината отъ таксата ще се внесе при ангажирване леглото, а другата половина при постѣпването на детето. Децата трѣбва да бждатъ на възраст, че да могатъ да стоятъ безъ майка си, значи отъ 6—7 годишни нагоре.

Родители, оставете децата си да използватъ жизнения еликсиръ на всеилната природа и да бждатъ възпитани и привикнати къмъ природосъобразния животъ и всички здравни навици.

Ангажирайте мѣста като се отнесете до редакцията — Варна.

Краятъ на третата ни година.

Съ този двоенъ брой привършваме третата година на нашия „Природенъ лѣкаръ“. Малкото начало съ което почнахме и днескашното завършване на годината сж доказателство за навременото появяване на списанието ни.

Ние благодаримъ на всички, които се отзоваха и подкрепиха матеріално и морално и се надѣваме, че това ще сторятъ и за четвъртата година. Нѣщо повече, надѣваме се че за нея година ще намѣримъ по-голѣма подкрепа за да увеличимъ тиража на списанието, да го подобримъ и направимъ по цененъ нарѣчникъ за всѣки, който е решилъ да върви изъ истинския здравенъ пѣтъ. — Назадъ къмъ природата.

Особено много сме благодарни на неколкото приятели, които направиха всичко възможно и намѣриха маса нови абонати съ което направиха много за нашето закрепване. Тѣмъ разчитаме за още по-усилена дейностъ за презъ следната година.

Същевременно не можемъ да не изкажемъ съжеле-
нията си, че мнозина, които пожелаха да имъ се праща
списанието, искайки да имъ се отсрочи плащането и редак-
цията имъ оказа това доверие, впоследствие постъпиха не-
коректно. Сжщитѣ не само че не пратиха абонамента си
сами, както обещаваха, но и следъ пращането квитанциитѣ
отказваха да ги осребрятъ, въпрѣки че цѣлата година сж го
получавали. Констатирайки това редакцията реши:

1) Презъ четвъртата година, която почва Септемврий
месецъ нѣма да праща на непредплатили абонати даже и
при изричното имъ поискване.

2) Тѣзи които се издължатъ още следъ първата книж-
ка направо въ редакцията ще получаватъ списанието срещу
сжщия абонаментъ отъ 75 лева, докато другитѣ ще пла-
щатъ 80 лв. (5 лв. поща).

3) Тѣзи които предплатятъ за четвъртата година още
сега и Августъ ще получаватъ списанието срещу 70 лв.

Ние молимъ всички наши абонати, които сж готови да
работятъ за дѣлото ни да направятъ всичко възможно и
намѣрятъ още сега новитѣ абонати и ако нѣкой отъ тѣхъ
не се отчетатъ сега, да ни даватъ адреса имъ за да имъ
пратимъ първата пробна книжка на есень.

*Благодаримъ и пожелаваме весело прекарване на лѣт-
ната ваканция.*

Важно за родителитѣ.

Д-во „Природолѣчение“ урежда и това лѣто детски ги-
мнастически курсове. Въ тѣзи курсове, при ограниченъ брой
деца, приучваме, децата подъ личното ръководство на нашия
председател Д-ръ Кирилъ Йордановъ, къмъ лѣчебнитѣ ги-
мнастики, въздушнитѣ и слънчеви бани и внимателно инди-
видуализирано приложение на морскитѣ бани. Децата пре-
карватъ въ него целия преди обѣдъ. Молимъ родителитѣ,
които иматъ деца отъ 6—15 годишна възраст още сега да
ги запишатъ въ редакцията за да имъ бжде запазено мѣсто
още въ първия курсъ.

Родители проникнете се отъ съзнанието за голѣмата
нужда отъ тѣзи детски игри всрѣдъ природата и пратете
децата си за да бждатъ вечно здрави.

Сжщитѣ се преглеждатъ отъ лѣкаря, както при постъп-
ването, така и следъ завършването курса. Единъ курсъ трая
единъ месецъ и струва 200 лв. заедно съ двата прегледа и
постояненъ лѣкарски надзоръ. Добритѣ резултати, които да-
доха миналогодишнитѣ курсове сж гаранция за ползата и
нуждата отъ тѣхъ. Ангажирва се и специална учителка за
тѣхъ и децата ще бждатъ въ сигурни ржце.

За съвсемъ ограничено число деца отъ провинцията (не отъ Варна) имаме и възможность да ги приберемъ на квартира всрѣдъ природата въ нашъ къшкъ, кждето при добра храна и истинско здравеопазване, ще възстановимъ здравето имъ. Такива родители извънъ Варна да се отнесатъ до редакцията още сега, за да имъ се съобщятъ подобнитъ условия за постѣпване. Приложете 2 лв. пощенска марка за отговоръ.

Вегетарианци позете се отъ лѣкарство!

Д-г Felix Pinkus Flatau — Berlin, виденъ ученъ въ областта на науката за правилното хранене на човѣка, е констатира, че лѣкарствата действуватъ съвсемъ необичовено при вегетарианцитѣ. Той твърди, че последнитѣ ги понасятъ много зле и, че при даване лѣкарство вмѣсто подобрене на болеститѣ, настѣпва силно влошаване. Не рѣдко, лѣкарство съ познато възбудително действие, дадено на боленъ вегетарианецъ, действува парализиращо. Напр., дадено лѣкарство да дразни и подтиква сърдцето къмъ работа, то го парализира и намалява функцията му. Твърдейки това, той отправя апелъ къмъ лѣкаритѣ на природното лѣкуване, да се занимаятъ сериозно съ този въпросъ.

И понеже вегетарианството завладява все по-голъма частъ отъ човѣчеството, ясно е, че отровното действие на лѣкарствата ще се изразява при все по-голъмо число хора, следователно опасността отъ тѣхъ става все по-голъма.

Както винаги, така и сега ние апелираме къмъ вегетарианцитѣ (а сѣщо се отнася и за въздържателитѣ), да се откажатъ отъ употребата на каквито и да е лекарства, ако искатъ да не биватъ изненадвани отъ гореканитѣ неочаквани действия на сѣщитѣ.

Вегетарианци, въздържатели, елате въ нашитѣ редове. Запознайте се съ природното лѣкуване!

Домъ на детето

(детски градини)

Часть I-ва отъ Д-ръ Монтесори, преведена отъ руски отъ Т. Бучински — Вратца. Стр. 120 цена 30 лв.

Една хубава и първа по рода си у насъ книга. Написана въ духа на природосъобразния животъ. Тя ни учи какво голѣмо значение има природосъобразния животъ (въздуха, слънцето—въобще природата) за правилното развитие и възпитание на детето.

Препорѣчваме я на нашитѣ последователи — доставя издателство „Ново възпитание“ — Вратца.

Отговоръ на въпроса зададенъ ни отъ нашия абонатъ въ Франция.

Драги съмишленико, благодаримъ Ви за симпатиитѣ, които хранитѣ къмъ нашето дѣло и вниманието съ което удостоявате списанието ми. Дано сжщото ви напъти въ истинския здравенъ пѣтъ, който не ще напускате и следъ завръщането си въ България, когато и ще зараборите и ни помагате въ тежката народопелезна борба.

1) Подъ думата злоупотреѣбление съ половия актъ трѣбва да се разбира честото му изпълнение и неговитѣ извратени форми. Колкото по-рѣдко се човѣкъ полово сношава, толкова по-добре е за неговото здраве. „Дървото на живота ражда 12 плода презъ годината“.

2) Два месеца преди зачеването трѣбва да се въздържа отъ полово сношение. Тоестъ, ако човѣкъ си предначертае въ опредѣленъ месецъ да извърши половъ актъ съ целъ създаване дете, то единъ — два месеци преди това, трѣбва да не извършва никакво полово сношение.

3) Разбира се въ време на бременността добре е да се въздържа колкото е възможно повече. Особено последнитѣ месеци това е още повече наложително.

4) Пазенето отъ забременяване една две години се често налага на младитѣ съпрузи. Има нѣколко начини за пазене всѣки отъ които е по-малко или повече вреденъ а и несигуренъ. Единствения безвреденъ и сигуренъ си остава употребяването на кондомъ при условие — че нѣма да се сжкса. Другитѣ начини не сж за препорѣчване, защото при продължително прилагане увреждатъ нервната система. Тѣ могатъ да се прилагатъ късо време. Промивки горещи съ голѣмо количество вода следъ акта намаляватъ вѣроятността на забременяването, но не сж абсолютна гаранция.

За Настоятели

на
сп. „Природенъ лѣкаръ“ и библ. „Природолѣчение“

Канимъ всички идейни привърженици на природосъобразния животъ и природното лѣкуване, които сж готови и иматъ възможность да работятъ за проагитиране природното лѣкуване, разпространяване списанието, библиотеката, организиране кружоци и т. н., да се обадятъ въ редакцията за да имъ се съобщятъ лично условията и планъ на работата за год. IV на „Природенъ лѣкаръ“.

Нека това стане още сега, за да се използва лѣтото за подготвителна работа.

При добра дейность ще ги възнаградимъ добре.

Чисто МАСЛО Чисто

за чай ще намерите винаги гарантирано прѣсно само при
магазинъ „О В Ц А“ ул. „Преславска“ 37 — Варна.

Всеобща просвѣта

Единствено въ България Кореспондентно у-ще

Това интересува всѣки, който желае да изучава

**АНГЛИЙСКИ, НѢМСКИ, ИТАЛИЯНСКИ И
ФРЕНСКИ ЕЗИЦИ,**

**а особено, ако живѣе въ затѣтитени градове
или отдалечени села.**

Желаете ли да изучите или усъвършенствувате единъ
отъ тукъ изброенитѣ езици безъ да напускате мѣстожител-
ството и работата си, възползувайте се отъ нашата корес-
пондентна метода, която Ви гарантира бързо всестранно и
основно изучаване на езика. Безъ да става нужда за посеща-
ване въ опредѣлени часове нѣкои вечеренъ курсъ. Вие по-
лучавате редовно по пощата по посочения отъ Васъ адресъ
уроцитѣ съ всички необходими писменни наставления, които
разучавате свободно, лесно и безъ каквито и да било за-
труднения.

Пишете още днесъ на адресъ: г-жа Гена Дойнова, ул.
„Бузлуджа“ № 62 — София, като изпратите съ препорѣча-
но писмо или пощенски записъ сумата (100) лева, а ще по-
лучите веднага първитѣ серии отъ уроци, заедно съ всички
необходими пояснения и уплътвания за начина на работене
за бързо, увлекателно и леко изучаване на избраниятъ отъ
Васъ езикъ.

Илюстрация „Свѣтлина“ год. 39. Редакторъ Юр-
данъ Михайловъ, София ул. „Генералъ Паренсовъ“ 18.

Отваря се подписка за 39-та годишнина на „Свѣтлина“.
Абонаментътъ струва 120 лв. адресирани до редактора Юр-
данъ Михайловъ, ул. „Генералъ Паренсовъ“ 18. София. Но-
возаписанитѣ предплатили читалища ще получатъ даромъ
цѣлото течение отъ миналата година.



А. 58.

Официалната Библиотека

гр. Варна.

Пролетарска Антология

Ч. I. — Лирици — съставилъ **Т. Бучински—Вратца**. Цена 25 лв. Препоръчваме първата по рода си книжка на трудящия се народъ и интелигенцията, минала идейно на страната на потиснатитѣ, гладнитѣ и онеправданитѣ.

Какъ да не остарѣемъ бърже отъ Д-ръ Г. Ефремовъ.

Цена 10 лв. Една книжка написана въ духа на природосъобразното живене, които препоръчваме на читателитѣ си.