

La Salud sin Botica ni Cirugía

“ Si a una princesa de la Casa
“ Real le da una ligera carraspe-
“ ra y el médico le aplica paños
“ mojados a la garganta, talvez
“ amanecerá buena y nadie se
“ enterará de la curación. Pero,
“ si el médico la tiene un par de
“ semanas entre la vida y la
“ muerte con algun maldito SE-
“ RUM, el cable dará cuenta a
“ todo el mundo de la curación
“ hecha por la Naturaleza a pesar
“ de todo y para el médico son-
“ reirán la Fama y la Fortuna”.

BERNAD SHAW.



Talleres Gráficos "CONDOR"
CATEDRAL N.º 1432
SANTIAGO

1929

**En todos los regímenes
alimenticios**

LA COCINA A GAS

proporciona la mayor satisfacción

La sencillez del manejo y la notable economía colocan hoy día a la **Cocina a Gas** entre los elementos imprescindibles para obtener del Servicio Culinario todo su provecho real.

Gustosos demostraremos las condiciones de nuestras **Cocinas a Gas**

Concedemos facilidades de pago

COMPAÑIA CONSUMIDORES DE GAS

SANTO DOMINGO 1061

La Salud sin Botica ni Cirugía

“ Si a una princesa de la Casa
“ Real le da una ligera carraspe-
“ ra y el médico le aplica paños
“ mojados a la garganta, talvez
“ amanecerá buena y nadie se
“ enterará de la curación. Pero,
“ si el médico la tiene un par de
“ semanas entre la vida y la
“ muerte con algun maldito SE-
“ RUM, el cable dará cuenta a
“ todo el mundo de la curación
“ hecha por la Naturaleza a pesar
“ de todo y para el médico son-
“ reirán la Fama y la Fortuna”.

BERNAD SHAW.



Talleres Gráficos "CONDOR"
CATEDRAL N.º 1432
SANTIAGO
1929

Del mismo autor:

PROXIMAS A PUBLICARSE:

El Iris de tus ojos revela tu salud.

Sífilis y Gonorrea.

La Medicina natural al alcance de todos.

3.a edición corregida y aumentada.

Pedidos; a la Imprenta, Catedral 1432

Casa del autor, Santo Domingo, 2361



LA SALUD SIN BOTICA NI CIRUGIA

VIVIMOS LA EPOCA DE LOS GRANDES ERRORES DE LA MEDICINA

Todas las modernas conquistas de que se enorgullece la Medicina Facultativa son éxitos de la física, de la química y hasta de la mecánica, inadecuadas para mejorar la salud pública y la del individuo.

La medicina universitaria no atiende a la función, no procura restablecer la normalidad digestiva y la actividad de las eliminaciones morbosas, sino que se dirige a combatir el síntoma, la obra de la Naturaleza, siempre cosa buena ya que, estando nuestro organismo regido por leyes inmutables, no puede actuar en su propio perjuicio.

Esta medicina represiva se ejerce por medio del veneno inyectado o ingerido y mediante la intervención del bisturí, con todo lo cual, sin remover la causa del desarreglo orgánico, se producen nuevas alteraciones en las funciones que constituyen la vida. Combatiendo de frente los síntomas se sofocan las defensas orgánicas, imposibilitando la obra curativa de la naturaleza, con lo que la enfermedad aguda, curable, queda convertida en crónica, incurable.

No hay medio de probar lógicamente que la vida pueda beneficiarse mediante los agentes de la muerte como son el veneno de las drogas, inyecciones y vacunas y el cuchillo del cirujano.

Por otra parte, se ignora la causa de las enfermedades, atribuyendo su existencia a agentes invisibles como el microbio, lo que no representa un gran adelanto sobre la ciencia de los salvajes que atribuyen sus males al demonio.

Lejos pues, de procurarse la normalidad funcional del cuerpo enfermo se persigue al microbio y por matar a éste se mata al organismo en que él se asila.

La teoría microbiana, como causa de enfermedad está hoy abandonada por los verdaderos sabios, pues ella carece de base filosófica y, por tanto, no es científica. Sin embargo, todo el edificio de la Medicina Facultativa se levanta sobre la teoría de la infección microbiana y su terapia se reduce a cazar microbios dentro del cuerpo humano.

Falta de base lógica y real, la investigación de la enfermedad se hace al margen de la verdad conduciendo al falso diagnóstico y éste al tratamiento equivocado cuando no perjudicial.

En conflicto constante con la lógica y el buen sentido, la Medicina Facultativa se complica y oscurece cada vez más, a tal punto que lo más absurdo a veces se acepta como solución de los más desconcertantes problemas, que continuamente se presentan como consecuencia del camino que se sigue lejos de lo racional.

Son de tal magnitud los errores y los perjuicios que a diario ocasiona la incierta y complicada medicina en uso que estos errores constituyen ya una vergüenza para la civilización occidental y su práctica, con la tolerancia del público ignorante y la autorización de los gobiernos, no encontrará justificación ante las generaciones del futuro.

Desgraciadamente no son los facultativos, que se benefician con tanto error, quienes abandonarán el camino de la rutina y de la fortuna. Los médicos viejos mueren decepcionados de su ciencia y arrepentidos de sus errores

y, talvez del daño que hicieron, generalmente de buena fé; pero el ídolo que representa la Ciencia Médica-Quirúrgica continúa erguido y desafiante sobre sus pies de barro porque cada año sale de la Escuela de la Facultad una falange de jóvenes engañados que se encargan de apuntalar una vez más al coloso que está condenado a rodar por tierra al peso de sus errores.

El avance de las redentoras doctrinas naturistas se hará por obra de los ciudadanos concientes que comprendan que la salud es el tesoro más valioso sobre la tierra y que su cuidado corresponde a cada individuo exclusivamente. Son las generaciones que se levantan las encargadas de imponer la libertad fisiológica, es decir, el sagrado derecho a vivir sano, a ser dueño de su destino, cosa que está desconocida y amenazada constantemente con nuestra actual organización sanitaria.

La época de los errores de la Medicina entre nosotros tiene que pasar so pena de ver avasallada nuestra raza por el predominio de pueblos más sanos donde se reconoce al individuo el derecho a cuidar su salud en la forma que mejor crea convenirle, cosa que niega nuestro Código Sanitario.

HOY EL HOMBRE NO MUERE SINO QUE SE ENVENENA

De mil cadáveres que llagan al Cementerio 999 han muerto intoxicados y de todos estos apenas uno, en todo Chile, posiblemente ha fallecido de muerte natural.

Entre los irracionales sucede lo contrario. El animal que vive en libertad muere naturalmente, sin violencia y sólo por excepción es víctima de accidentes o enfermedades.

Vivimos temiendo la muerte porque nuestra vida es una constante muerte en camino. Del goce de vivir, hoy día, disfrutan muy pocas personas, pues el estado de sa-

lud es siempre accidental y pasajero; para el hombre civilizado lo corriente y ordinario es el estado de enfermedad crónica.

El estado de salud es una satisfacción de cada momento, constituyendo la vida sana la mayor felicidad por que con ella todo se posee y nada hace falta. La muerte natural es como el término apacible de un día de afanes y que el hombre fatigado y anhelante de reposo espera con la satisfacción del que aguarda un descanso bien merecido.

Pero esta muerte natural, producida por agotamiento de la energía vital, alrededor de las 100 o más años es casi desconocida para el hombre de nuestra civilización y es por ésto que la muerte corriente, violenta y prematura es la nube negra que constantemente amenaza nuestra tranquilidad.

Cada cual tiene lo que merece: el hombre vive crónicamente enfermo y muere prematuramente porque su vida es una constante rebeldía contra la Naturaleza y sus leyes inmutables.

Las mismas leyes que fijan la órbita a los astros del firmamento, que señalan las estaciones de cada año y que dirigen la vida del reino animal desde el elefante hasta el último microorganismo, estas mismas leyes, que llamamos la Ley Natural, rige también la vida del hombre. Pero esta ley que es observada por todos los seres creados, que en el irracional se manifiesta por el instinto que constantemente lo guía, permitiéndole así vivir sano y morir de muerte natural, esta Ley Natural es continuamente transgredida por el hombre ignorante y rebelde.

La Ley Natural es la voluntad del Creador que impone a la criatura una norma para realizar su destino moral o físico.

La Ley Natural es virtud y salud, de aquí que el hombre sano es bueno y el hombre enfermo, sólo con gran

violencia sobre sus inclinaciones morbosas puede dejar de ser malo.

La vida del hombre civilizado, degenerado su instinto e ignorante de los mandatos de la ley natural, se desarrolla sin más guía que el espíritu de imitación de ajenos errores o el propio capricho.

Se comprende, pues, la necesidad que hay de que cada persona y, especialmente los padres de familia, se instruyan sobre la ciencia de la salud que está en la observancia de la Ley Natural.

LA LEY NATURAL

En mi obra "La Medicina Natural al alcance de todos" se estudia la Ley Natural con la debida extensión, aquí sólo damos un resúmen de sus preceptos, en cuya observancia está el secreto de la salud:

Mandamientos de la Ley Natural:

- 1.o Respirar siempre aire puro;
- 2.o Comer exclusivamente productos naturales;
- 3.o Ser sobrios constantemente;
- 4.o Beber únicamente agua natural;
- 5.o Tener suma limpieza en todo;
- 6.o Guardar la debida castidad según el propio estado;
- 7.o No estar jamás ociosos;
- 8.o Descansar y dormir solo lo necesario;
- 9.o Vestir sencillamente y con holgura;
- 10.o Ser bueno en toda ocasión y conservar el espíritu siempre alegre.

En el cumplimiento integral de estos preceptos está la salud y la transgresión de uno sólo de estos mandatos ya es causa de enfermedad.

SALUD Y ENFERMEDAD

El cuerpo humano constituye un sólo órgano que desempeña una sola función: la vida.

La vida orgánica es el resultado de un doble proceso: nutrición y eliminación.

Por los pulmones, por el tubo digestivo y por la piel introducimos en nuestro cuerpo las energías y materiales necesarios para la actividad orgánica y por estos mismos órganos, más los riñones, expulsamos lo inservible o perjudicial.

La nutrición y eliminación normales producen sangre pura, base de la salud.

La nutrición normal no deja impurezas en el organismo lo que significa que las eliminaciones no pueden entorpecerse, luego la salud depende exclusivamente de la nutrición.

La nutrición anormal o inadecuada produce suciedad interna que dificulta más o menos el trabajo de todos los órganos del cuerpo y rebaja la energía vital siempre causa de todas las enfermedades. Cosa análoga sucede con un motor de combustión interna: alimentado éste con un combustible y aceite inadecuado se ensucian sus piezas, se debilita su fuerza y toda la máquina se arruina a corto plazo.

La enfermedad es siempre, cualquiera que sea el nombre con que se le clasifique, un desarreglo orgánico, causado por mala nutrición y deficiente eliminación de lo inservible o perjudicial. De aquí que no hay enfermedades diversas sino distintas manifestaciones de una causa única.

El microbio no es causa de enfermedad. Así como tratándose de un motor que falla a nadie se le ocurre atribuir la causa a un agente externo e invisible, así también la enfermedad no tiene una causa externa sino interna. Lejos

de ser causa de enfermedad, el microbio es una de sus consecuencias, pues la enfermedad es la acumulación mayor o menor de sustancias impuras en el cuerpo provenientes de nutrición inadecuada y deficientes eliminaciones y el microbio es un agente de purificación encargado de desorganizar esas materias para facilitar su expulsión del organismo. El microbio vive de las inmundicias acumuladas en el cuerpo por una nutrición anormal lo mismo que las moscas viven en los estercoleros o las lombrices en el intestino cargado de materias putrefactas.

Toda infección microbiana supone en la víctima de ella un terreno preparado con mayor o menor anticipación por medio de mala nutrición y deficiente eliminación: el microbio produce la fermentación de las materias muertas existentes, con lo que se origina el proceso agudo del estado crónico o enfermedad latente, de existencia siempre anterior a la infección microbiana.

Como el microbio no vive del cuerpo vivo sino de las impurezas o materias extrañas a él, para concluir con su presencia en el organismo, lejos de introducir venenos en el cuerpo que, sin exterminar al microbio mata la vitalidad de las células, hay que purificar el terreno, activando las eliminaciones orgánicas y normalizando la nutrición con dieta de frutas de la estación o con ayunos prolongados más o menos.

El equivocado tratamiento de las enfermedades por medio de desinfectantes y microbicidas, que en forma de drogas o inyecciones introducen venenos en el cuerpo, lejos de sanar la enfermedad primitiva ocasiona un mal mayor, de tal manera que enfermos hay víctimas de dos enfermedades: la impurificación de la sangre debido a mala nutrición y deficientes eliminaciones y la intoxicación medicamentosa, siempre más difícil de eliminar que la enfermedad primitiva.

Esto es lo que sucede con la sífilis. La sífilis no es producida por el espiroqueta sino que ella representa sangre mala, proveniente de nutrición tóxica y deficiente

eliminación de las impurezas; el microbio se trasmite de un cuerpo inmundo a otro que posee el mismo terreno impuro. Para curar la sífilis hay un sólo camino lógico: purificar la sangre normalizando la digestión y activando las eliminaciones de impurezas.

Las inyecciones de Mercurio y Salvarsan o Neo, sin sacar las inmundicias del cuerpo, en cuyo terreno vive el espiroqueta, agravan siempre la impurificación de la sangre con estos venenos que son más difíciles de eliminar que la primitiva impurificación.

Con razón decía el Padre Tadeo: “feliz el sifilítico que no ha tenido como pagar su médico porque en manos de éste quedará doblemente envenenado”.

Con lo expuesto vemos que no hay sino una causa de enfermedad: impurificación de la sangre debido a nutrición inadecuada y a deficiente eliminación de las impurezas acumuladas por esa mala nutrición.

Todas las “enfermedades” que cataloga la Medicina Facultativa no son sino diversos aspectos de la enfermedad general que siempre reconoce sangre más o menos mala.

El síntoma no constituye enfermedad sino la defensa del organismo contra ella. El síntoma es obra de la Naturaleza que tiende a normalizar sus funciones orgánicas. Así la fiebre, diarrea, erupciones, dolores, inapetencia, presión anormal de la sangre, etc. no son enfermedades sino defensa orgánica, por cuyo medio la naturaleza procura expulsar las impurezas. De aquí el error de la medicina en uso que, confundiendo el síntoma con el mal, el efecto con la causa, combate de frente, como cosa perjudicial el síntoma y, sofocando a éste con venenos o intervenciones quirúrgicas, se imposibilita la curación de la enfermedad, pues el síntoma, lejos de ser cosa mala es defensa de la naturaleza que suprimida, imposibilita a éste para restablecer la salud verdadera.

Como todo síntoma representa actividad vital, el ve-

nenos inyectado o ingerido anónada la energía defensiva de la naturaleza y pone fin a la actividad manifiesta por el síntoma.

Se comprende, pues, que el público paga un flaco servicio cuando con drogas, inyecciones, sueros, vacunas u operaciones se combate dolores, fiebres, diarreas, erupciones, tumores o cualquier otro síntoma que, lejos de constituir cosa mala, enfermedad, es el camino para obtener la salud. El verdadero médico en lugar de sofocar el síntoma, por él se guía para interpretar las necesidades de la naturaleza y, sin contrariar éstas, respetando el síntoma, va a remover la causa, activando las eliminaciones, descongestionando, normalizando la circulación de la sangre, etc.

¿QUE ES MEDICINA?

Si a un facultativo hacemos esta pregunta nos contestará: medicina es la ciencia que estudia la curación de las enfermedades, y, si insistimos en qué consisten las enfermedades, se nos dirá que ellas son el resultado de las infecciones microbianas.

Para nosotros Medicina es el arte de normalizar las funciones orgánicas alteradas por vida innatural.

Para la medicina facultativa las enfermedades son obra del microbio como para los salvajes ellas eran producidas por el demonio. Para nosotros toda enfermedad representa alteración en las funciones esenciales de la vida: nutrición y eliminación.

No hay enfermedades, sólo hay enfermos porque toda enfermedad representa alteración general de los procesos fundamentales de la vida: nutrición y eliminación.

El diagnóstico empleado por la Medicina Facultativa para conocer las enfermedades es tan equivocado como el concepto que le sirve de base: la infección microbiana. La reacción de Wassermann, fotografía por los rayos X,

exámenes de la orina, sangre, esputos, etc., son medios inadecuados para conocer la causa de los trastornos que sufre el organismo humano, pues, esos medios carecen de criterio, única luz que puede penetrar las causas de los hechos. Todos los procedimientos físicos o químicos de que se valen los facultativos para conocer las enfermedades lo más que pueden proporcionar son datos referentes a los efectos de una causa que continúa en el misterio porque no está al alcance de los aparatos inconcientes.

El errado concepto de enfermedad conduce a la Medicina Facultativa a la investigación errónea de la misma y el diagnóstico equivocado lleva a la terapia irracional y perniciosa que, a base de drogas e inyecciones venenosas, sin remover las causas de los desarreglos orgánicos, agravan el estado del enfermo, impurificando aún más su sangre y tejidos.

La constitución y estado fisiológico del organismo humano se manifiesta al exterior por la expresión del rostro y por los ojos de cada individuo. Por estos medios

La salud por correspondencia

Tratamiento radical de la impureza orgánica,
origen de todas las enfermedades.

Pedir cuestionario por correspondencia

Dr. FELIX VALENZUELA

SAN FRANCISCO 1138 - SANTIAGO

cuálquiera puede comprobar el estado de salud o enfermedad de una persona, pues las reacciones nerviosas llevan al rostro y especialmente a los ojos el estado de normalidad o anormalidad de las funciones orgánicas, como se explica en mi obra "La Medicina Natural al alcance de todos".

Tan admirable es el diagnóstico por el iris de los ojos que no vacilamos en afirmar que él constituye el paso más decisivo del naturismo en el camino de su triunfo completo. Al lado de este diagnóstico, las conclusiones a que llega la medicina facultativa con todos sus aparatos, merecen el calificativo de ignorancias y charlatanerías. El diagnóstico por el iris de los ojos, no sólo desmiente el criterio que acerca de la enfermedad domina en la escuela alópata sino que a cada paso contradice las conclusiones de los exámenes de laboratorio. Además el iris de los ojos es el acusador implacable de todos los errores de la medicina con drogas, inyecciones y operaciones, pues todas estas sustancias y estos procedimientos aparecen en el fino tejido del iris como nuevas anormalidades y perturbaciones orgánicas, por lo general más difíciles de eliminar que la enfermedad que se quiso con ellas remover.

Con lo expuesto comprenderá el lector que la Medicina Facultativa, lejos de adoptar la iridología, la combata implacablemente.

En resúmen tenemos aquí:

a) Medicina es el arte de normalizar las funciones orgánicas, especialmente la nutrición y las eliminaciones.

b) No existen enfermedades, solo hay enfermos. De aquí que la sífilis, tuberculosis, diabetis, reumatismo, gonorrea, várices, almorranas, etc., no sean males diversos sino esencialmente análogos, pues todos ellos reconocen la misma causa: impurificación de la sangre como consecuencia de nutrición inadecuada y deficiente eliminación del intestino, piel y riñones.

c) Todas las enfermedades se curan del mismo modo: normalizando la nutrición y activando las eliminaciones.

d) La nutrición innatural, que en definitiva lleva envuelta deficiencia en las eliminaciones, es la causa fundamental de todos los males que aquejan al hombre. Siendo la digestión parte principal en las funciones de la nutrición, no hay enfermo con buena digestión, ni curación verdadera, sin restablecer esta función.

e) La nutrición, además de estomacal es pulmonar y cutánea; de aquí la necesidad de respirar aire puro a toda hora y tomar diariamente baños de aire, luz y sol.

f) Toda alteración de la digestión supone fiebre interna, generalmente denunciada por pies fríos. La fiebre o temperatura anormal del tubo digestivo no es acusada por el termómetro y se comprueba fácilmente por el examen del iris de los ojos.

La fiebre interna dificulta o hace imposible la digestión normal y favorece las fermentaciones y putrefacciones intestinales. Así como no hay enfermo con digestión normal, tampoco existe enfermo sin fiebre.

g) La fiebre interna, junto con intoxicar la sangre con las putrefacciones intestinales, desnute por la descomposición de los alimentos, de aquí resulta que todo enfermo, en grado mayor o menor, es un desnutrido y un intoxicado.

h) Para normalizar la digestión es necesario restablecer el equilibrio de las temperaturas en el cuerpo enfermo, haciendo reaccionar la piel con agua fría, aire, luz y sol o vapor y combatiendo la fiebre interna por medio del refrescamiento del vientre con baños locales de agua fría o compresas de barro. Junto con desaparecer el calor excesivo del interior, por estos medios se activará la circulación de la sangre en la piel y extremidades, favoreciéndose con ello el restablecimiento de la normalidad en todas las funciones del cuerpo.

i) Las drogas, inyecciones, sueros, vacunas, etc., lejos de favorecer la curación del enfermo, dificultan dicha curación y hasta la hacen imposible, perturbando las reacciones de la naturaleza y produciendo intoxicación

medicamentosa, siempre más difícil de eliminar que la enfermedad que con ella se trata de curar.

j) Las intervenciones quirúrgicas, lejos de normalizar las funciones orgánicas, producen nuevas perturbaciones, generalmente irremediables.

k) Las drogas, inyecciones, sueros, vacunas y operaciones quirúrgicas, combatiendo el síntoma que es defensa orgánica, sofocan la tendencia curativa de la Naturaleza, revelada por la crisis aguda, con lo que la enfermedad aguda de fácil curación queda convertida en un mal crónico, siempre incurable para la Medicina Facultativa y que sólo puede hacer desaparecer la Medicina Natural.

LA NUTRICION

Por la nutrición el organismo se apropia de las energías y materiales que necesita para mantenerse y prosperar.

La nutrición es triple: pulmonar, estomacal y cutánea.

Nutrición pulmonar.— Los pulmones desempeñan una función de tal importancia que, interrumpida ésta unos minutos, produce la muerte de una persona. Por los pulmones introduce el organismo el oxígeno que nutre y purifica la sangre y además toda clase de energías que se contienen en la atmósfera.

Se comprende la importancia de respirar aire puro que es el que está cargado de mayor cantidad de elementos útiles y más exento de materias impuras. No olvidemos que el aire puro es el primer alimento y el mejor medicamento, según la frase de Hipócrates.

Aire puro es el que está libre, a toda interperie exento de olores y emanaciones corrompidas, desprovisto de gases tóxicos, polvo, humo, etc. Tan puro es el aire de la montaña, como el del campo o de orillas del mar.

Dormir con ventana abierta o a todo aire es el medio

más seguro de conservar buena salud y alcanzar vida larga.

Si el aire puro es necesario para conservar la salud, más indispensable es para recuperarla, de aquí la necesidad de que todo enfermo esté a toda hora respirando aire puro.

Además de introducir elementos vitalizadores, por los pulmones expulsamos gran cantidad de venenos acumulados en la sangre. Así se explica el olor acre de la respiración de los enfermos intoxicados por desarreglos digestivos, cuya sangre se acidifica, lo que constituye la acidosis, tan común en la diabetes, acetona, fiebres, etc.

Para que la función pulmonar sea activa es necesario respirar a todo pulmón y profundamente al aire libre y puro; de aquí la necesidad de habituarse a las respiraciones profundas y hacer ejercicios de ascensión de cerros o a lo menos, diarios paseos a pié con lo que se activan las funciones de nutrición y eliminación por los pulmones.

Nutrición estomacal o intestinal.— Por el tubo digestivo introducimos los alimentos necesarios para la vida y expulsamos los residuos de la digestión y también toda clase de materias extrañas al organismo que por esta vía se descargan desde las partes más profundas del cuerpo.

La función eliminadora del tubo digestivo depende de la calidad de los alimentos que ingerimos: así hay alimentos como las frutas, semillas (nueces, avellanas, etc.) y ensaladas que activan la función eliminadora y otros como harinas finas, pan, carnes, huevos, leche y dulces que dificultan la evacuación intestinal.

La constitución y funcionamiento del organismo humano depende de tal modo de la función digestiva que ésta constituye el centro de todas las actividades orgánicas: somos un tubo digestivo con miembros. De aquí que no exista enfermo con buena digestión y que el único camino que conduce a la curación de las enfermedades es

el que empieza por restablecer la función digestiva. Podemos afirmar: cualquiera que sea el nombre de la enfermedad, ésta desaparecerá restableciéndose la digestión: y a la inversa, enfermo que no normalice su digestión no llegará a sanar.

El iris de los ojos confirma exactamente este concepto: como centro de la actividad de la máquina humana, la zona del estómago e intestinos ocupa en el iris la región central, alrededor de la niña de los ojos, quedando en forma radial, alrededor de la zona digestiva, la correspondiente a los demás órganos del cuerpo humano.

La digestión es un proceso químico que se efectúa a la temperatura normal del cuerpo, es decir, a 37 grados; toda alteración de esta temperatura altera el proceso digestivo y, a medida que el calor sube en el vientre, los alimentos se descomponen y se transforman en tóxicos que desnutren y envenenan la sangre. De aquí que todo enfermo, en mayor o menor escala, es un desnutrido y un intoxicado, pues no hay enfermo sin fiebre interna y con ésta no hay digestión normal sino putrefacción intestinal, causa de todos los trastornos orgánicos cualquiera que sea su nombre.

La fiebre interna es causa de fermentaciones pútridas y éstas a su vez mantienen y aumentan la temperatura del vientre; tomados dentro de este círculo vicioso tenemos a todos los enfermos hasta que consumen su vida, sin conseguir salvación con las más caras drogas o inyecciones.

La enfermedad, o sea el estado de enfermo, como se ha dicho representa siempre un desequilibrio en las temperaturas del cuerpo humano, el que además de trastornar el proceso digestivo se traduce en alteración de la circulación y composición de la sangre, lo que a su vez origina nuevos trastornos en un punto u otro del organismo; se comprende así que no hay enfermedades, sólo hay enfermos, pues todo proceso morboso como se ve, reconoce una sola causa.

Qué inútiles resultan las drogas, inyecciones, sueros, vacunas, operaciones y todos los recursos artificiales para restablecer la armonía orgánica que se fundamenta en el equilibrio de las temperaturas externa e interna del cuerpo. Sólo refrescando el vientre descongestionaremos el interior del organismo y llevaremos a la piel y extremidades la sangre que estaba retenida en las entrañas, y esto se logra con aplicaciones de agua fría al vientre o cataplasmas de barro en esa región; también activando la piel con agua fría, y baños de aire, luz y sol atraeremos al tegumento externo la congestión interior y favoreceremos la vuelta a la normalidad.

El arte de curar es el arte de normalizar las temperaturas del cuerpo lo que jamás obtiene la medicina con sus drogas y demás procedimientos artificiales.

Para terminar este punto diremos que todo desarreglo digestivo empieza por alimentación inadecuada la que, forzando el trabajo del estómago e intestinos, produce congestión de las mucosas de estos órganos: repetido este fenómeno por días, meses y años llega a hacerse estable y crónica la congestión interna, la que se traduce en calor anormal, fiebre interior que debilita la circulación de la sangre en la piel, cabeza y extremidades.

Los alimentos que convienen a nuestra economía son aquellos que podemos comer crudos, en su estado natural como las frutas, semillas y ensaladas.

Para mayores detalles véase mi obra "La Medicina Natural al alcance de todos".

Nutrición cutánea.— Nuestro cuerpo está envuelto

PENSION NATURISTA Y CORRIENTE

Precios módicos.— Purísima 43

por dos pieles: la externa que nos protege del ambiente que nos rodea y la interna, llamada mucosa, que cubre las cavidades del organismo que empiezan en la boca, nariz, ojos y oídos, terminando en el ano y vías génito urinarias.

La piel como las mucosas son porosas y absorben los productos que están en su contacto, al mismo tiempo que exalan sustancias perjudiciales al organismo.

Mientras más activa es la función de la piel, más normal será el trabajo de las mucosas y a la inversa. Se comprende así que una piel siempre en actividad por reacción provocada por conflicto con el aire y agua fría, luz y sol hará activar la función del estómago, intestinos, pulmones, riñones, etc. Es por esto que para mejorar y normalizar las funciones de los órganos internos lo más indicado es actuar sobre la piel. Con razón decía el inmortal Priessnitz, padre de la Hidroterapia: "las curas se hacen mejor por fuera que por dentro".

Mientras más en conflicto con el interior esté la piel, más enérgica serán sus funciones y, por tanto mayor actividad desarrollarán las mucosas, intensificándose así la acción de los órganos internos. De aquí que los abrigos exagerados debilitan todas las funciones orgánicas, pues la piel no puede desempeñar sus funciones, análogas a las del pulmón y de los riñones, enfundada con camisetas o ropas que impiden la ventilación del cuerpo. Mientras más abrigo se lleve sobre el cuerpo hay menos calor natural porque éste es resultado de la actividad funcional del organismo y el mejor abrigo no es capaz de levantar la temperatura de un cadáver.

El ideal es andar desnudo, pero ya que esto no es posible, expongamos diariamente nuestro cuerpo a la acción del agua fría, del aire frío, de la luz y del sol, como lo explico en mi obra ántes citada.

LAS ELIMINACIONES DEFIENDEN LA VIDA

Hoy día nadie muere de vejez, es decir, de agotamiento vital sino que todos mueren intoxicados por malas digestiones crónicas y deficiente actividad de la piel, esto casi siempre agravado con el envenenamiento medicamentoso de drogas, sueros, inyecciones, etc.

Para vivir sano es preciso desocupar diariamente el vientre después del desayuno y ántes de dormir y transpirar a lo menos media hora en invierno, para lo cual es indispensable ejercicio físico activo o tomar un baño de vapor término medio cada semana.

La vida de la ciudad es una intoxicación de cada momento y de cada día: el aire que respiramos es corrompido; los alimentos son innaturales o tóxicos, el vestido impide las eliminaciones normales de la piel, etc. De aquí la necesidad de que toda persona active la eliminación de la piel con transpiraciones al vapor, al sol o con ejercicios.

Si para el hombre sano es necesario mantener activas las eliminaciones, con mucha mayor razón en el enfermo hay que procurar una eliminación energética, la que permitirá expulsar las materias morbosas, causa de toda enfermedad, y así levantar la energía vital deprimida por la intoxicación, con lo que se pone de pié la **Naturaleza** para desplegar sus defensas y restablecer la normalidad orgánica.

Por los mismos órganos que desempeñan la función de la nutrición como pulmones, intestinos y piel se descarga también el organismo de las impurezas que lo perjudican; además tenemos los riñones que son órganos exclusivamente de eliminación.

Como para que todo órgano desempeñe una función normal es necesario que haya en él una circulación sanguínea también normal, restableciendo el equilibrio de las temperaturas en el cuerpo, por medio del refrescamiento

del vientre, se obtendrá la normalización del trabajo de todos los órganos eliminadores. Sin embargo, hay aplicaciones especialmente destinadas a producir activas expulsiones por la piel, riñones e intestinos como explica en "La Medicina Natural al alcance de todos".

EL AGENTE CURATIVO POR EXCELENCIA

Hemos visto que toda enfermedad supone fiebre, pues no existe enfermo sin fiebre. Cuando la calentura no aparece al exterior ella está refugiada al interior del vientre. La temperatura anormal del tubo digestivo favorece la putrefacción intestinal y es causa de todas las enfermedades. Así como toda enfermedad tiene su origen en desarreglos digestivos, toda curación debe fundamentarse en la normalización de la digestión, para lo cual es preciso refrescar el vientre. Pues bien, el medio más adecuado para conseguir el refrescamiento del vientre, la regularización de la circulación de la sangre en esta región y la purificación del intestino es la cataplasma de Barro, es decir, tierra natural, de cualquier región, mezclada con agua.

Las propiedades curativas del barro se fundan en el poder desinfectante, descongestionante, purificador, cicatrizante, absorbente y calmante que posee la tierra. Todos conocemos las curaciones que se realizan en Colina, Panimávida, Chillán y otras termas famosas con el barro de esas regiones; pues bien, todo barro tiene las mismas propiedades curativas.

GUILLERMO CIFUENTES SOLAR

Contador —:— Purísima 37

Se encarga de llevar contabilidades. Representaciones, contratación de seguros y agencias en general

Todo síntoma de enfermedad representa un proceso inflamatorio, externo o interno, agudo, crónico o destructivo. Para normalizar, pues, el trastorno circulatorio que el síntoma representa es preciso descongestionar los tejidos u órgano enfermos lo que se obtiene, mejor que con cualquier otro elemento o agente, con el barro fresco, aplicado directamente sobre la región afectada y manteniéndolo constantemente ahí hasta que desaparezca todo dolor o hinchazón, para lo cual hay que cambiar el barro cada vez que se seque.

Junto con aplicar cataplasma de barro sobre el pulmón en la pulmonía, por ejemplo, hay que mantener fajado de barro sobre vientre y riñones, alrededor de la cintura, a fin de combatir la fiebre interna y normalizar la digestión, siempre cuestión previa para obtener una curación verdadera.

Las heridas cortantes o punzantes, de arma blanca o de fuego, frescas, antiguas o supurantes y especialmente en las contusiones, fracturas y golpes, el barro aplicado en forma de cataplasma, directamente sobre la parte afectada, es el bálsamo incomparable que desinflama, purifica y cicatriza, calmando los dolores y evitando toda complicación.

En el barro tenemos unidos los dos agentes generadores de la vida orgánica: la tierra y el agua. La unión de estos agentes hace prosperar todo lo que posee un germen de vida y destruye y descompone la materia muerta para transformarla en elementos nuevos de vida.

La tierra es el misterioso laboratorio de la vida. ella jamás es agente de muerte, pues está destinada a recibir en su seno cuanto se destruye y muere para transformarlo en nuevos elementos de vida orgánica. Así cuando una planta como un naranjo, por ejemplo, está marchito y débil, enterrando cerca de sus raíces un cadáver, al poco tiempo el árbol adquiere nueva vida. En este caso el cadáver ha sido descompuesto por la tierra en elementos con vida nueva que se incorporan a la planta.

Cuán equivocado es el concepto corriente que en la tierra ve un agente de infección portador del gérmen del Tétano! La tierra, como el sol, el aire y el agua jamás son agentes de muerte pues sin ellos no hay vida posible.

Como hemos dicho, la tierra es el laboratorio de la vida. En su seno constantemente se transforma en elementos de vida los productos de la muerte. Qué hermosos rosales crecen y florecen con la primavera sobre las tumbas; también el agua putrefacta se torna cristalina y sabrosa en las entrañas de la tierra. Las actuales generaciones de hombres, animales y plantas viven aprovechando los despojos de millones de otras generaciones que a la tierra entregaron sus cuerpos sin vida.

Se comprende así que en una llaga pútrida el barro destruya todo lo que es corrupción y muerte, impidiendo que la sangre absorva las materias en descomposición, con lo que se obtendrá el mejor desinfectante y purificador.

Pero el barro no sólo saca lo pernicioso de las heridas, tumores, excemas, erupciones, etc., sino que vitaliza los tejidos enfermos, descongestionándolos, normalizando la circulación de la sangre en ellos y proporcionando a las células fuerzas misteriosas que la tierra posee como acumulador de energías magnéticas, eléctricas, solares y de calidad aun no definidas. Es por esto que las heridas más descompuestas sanan rápidamente tratados con barro y las quebraduras y contusiones se normalizan con pasmosa rapidez.

Además, el barro aplicado en las partes doloridas, calma los dolores más agudos en coto tiempo, no existiendo calmante más seguro e inofensivo.

Si la fiebre se presenta, bastará envolver la cintura del enfermo, cubriendo todo el vientre y los riñones con un fajado de barro, que se cambiará cada 4 o 5 horas, hasta que desaparezca la calentura.

Pero, no solo las heridas, contusiones y procesos externos son curados rápidamente por las compresas o cata-

plasmas de barro, sino que aun las úlceras profundas del cuerpo sanan con las aplicaciones externas de barro, hechas con constancia. Así úlceras del estómago e intestinos ceden en forma segura y definitiva durmiendo todas las noches con cataplasma de barro sobre el vientre. En este caso el efecto cicatrizante del barro se comprueba por el exámen del iris de los ojos del enfermo, constatándose cómo cada día se realiza la reconstrucción de los tejidos destruídos.

Por último diremos que el barro no sólo combate los accidentes y toda enfermedad aguda o crónica sino que hace innecesarias las intervenciones quirúrgicas, pudiendo afirmar que si el barro se usara debidamente en los hospitales, la población hospitalaria se reduciría en proporciones no imaginadas.

Tan noble, eficaz y sencilla es la cura por el barro que este fué el único agente que empleó Nuestro Señor Jesucristo para curar. Dice el Evangelio que cuando se le presentó un ciego de nacimiento Jesús tomó tierra, le agregó saliva y este barro lo aplicó sobre los ojos del enfermo con lo que éste recobró su vista.



CONCLUSION

La salud es el resultado de nuestros actos de cada día amoldados a los mandatos de la Naturaleza, siendo la enfermedad la sanción que ésta impone a los trasgresores de la Ley Natural.

Si enfermamos por acción propia sólo podremos volver a la salud también por nuestra propia acción. De aquí el error inexcusable de vivir sin rumbos ignorando la Ley Natural y, llegado el caso de enfermedad, recurrir a extraños para que nos devuelvan el tesoro por nosotros perdido.

Nadie cura a nadie y no existe remedio para ninguna enfermedad, pues, siendo ésta el resultado de la transgresión de la Ley Natural, sólo puede desaparecer verdaderamente la enfermedad volviendo a la observancia de la ley violada. De aquí que la salud se obtiene con régimen de vida normal, así como la enfermedad se preparó con régimen anormal de vida.

Todas las drogas, vacunas, sueros e inyecciones son incapaces de curar ninguna enfermedad, reduciéndose su acción a estimular o calmar la actividad orgánica, dejando siempre en el cuerpo nuevas alteraciones más difíciles de eliminar que el mal que se pretendía curar.

Las drogas, inyecciones y demás procedimientos artificiales que hay en boga son recursos engañosos y traidores que suprimen el síntoma agravando la causa que lo produce, transformando en crónica e incurable las enfermedades agudas, siempre curables.

Las operaciones jamás curan ninguna enfermedad, pues se corta, se mutila lo que no se sabe curar.

Todos los triunfos que la medicina en uso pretende con las estadísticas que muestran cómo disminuyen la viruela, tifus, gripe, escarlatina, sarampión, coqueluche, difteria, pulmonías, etc., no son sino aparentes, pues en mayor proporción cada día aumenta la sífilis, tuberculosis, males del corazón, diabetes, locura, cáncer, etc., pues la obra de los medicamentos como hemos dicho es transformar la enfermedad aguda en crónica.

Un joven es víctima de la gonorrea: con el tratamiento abortivo del síntoma se sofoca la obra purificadora de la naturaleza y, junto con desaparecer la supuración de materia corrompida, el mal desarrolla su obra destructora al interior del organismo. Al cabo de un tiempo más o menos largo, durante el cual la naturaleza se defiende penosamente, llega el momento en que se agota la potencia defensiva del organismo y se produce una muerte prematura por derrame cerebral, ataque anginoso o afección renal. La medicina medicamentosa salvó a nuestro joven de la inmunda gonorrea, pero, sin remover la causa del mal, éste sólo cambió de aspecto: de afección aguda de fácil curación porque había activa defensa orgánica, el mal se hizo crónico por que, con el tratamiento a base de venenos, se sofocó la actividad defensiva de la naturaleza y ésta se vió obligada a convivir con el mal. Las materias corrompidas que con lavados cáusticos se impidió salir del cuerpo, lentamente destruyeron los tejidos de los más nobles órganos del interior, produciendo violenta muerte del enfermo que se creía curado. Pero nuestro joven no murió de gonorrea, y aquí está el triunfo del facultativo: ¿qué cargo se puede hacer a éste si el antiguo cliente gonorreico ha muerto algunos años después del corazón o del cerebro?

Hombre ignorante: te conformas con apartar de tu vista el síntoma, el efecto de la obra que cada día realizas con una vida de errores o de vicios, recurriendo al facultativo para que, con la droga o inyección estimulante o

calmante, habilite nuevamente tu cuerpo para continuar una existencia en constante conflicto con la Ley Natural. Pero a la Naturaleza no se le engaña con recursos artificiales ni se le vence sino sometiéndose a sus leyes.

La salud es el tesoro más valioso sobre la tierra y éste solo puede defenderlo el propio interesado con una vida conciente vivida a tono con la Ley Natural; producida la enfermedad hay un sólo camino para recuperar la salud: deshacer el camino extraviado y volver a la Naturaleza.

El fanatismo médico y el culto por las drogas, sueros, vacunas, inyecciones y operaciones debe desaparecer abriendo el hombre los ojos a la luz de la lógica y de la razón que nos dice que la salud no puede ser el resultado de agentes mortíferos como el veneno base de tónicos y drogas y el bisturí que extirpa lo que no se sabe curar.

SUSCRIBASE A:

“NATURA”

Interesante revista mensual, útil en todos los hogares. En ella encontrará siempre algo nuevo que interese a su salud.

Se publica los días 15 de cada mes.

Suscripción anual	\$ 6.—
Número suelto.....	0.60
Número atrasado.....	0.80

SANATORIO NATURISTA GOSSMANN - FALTER

Sucursal del Sanatorio, Dr. Gossmann Wilhelmshohe—Alemania.

SANTIAGO, Avenida Miguel Claro 190, Teléfono Prov. 49, Correo 11, Casilla 9.

Tratamiento de las enfermedades por los agentes naturales: aire, luz, sol, agua, tierra y alimentación vegetariana especial para el estómago, riñones, diabetes, etc., masaje y gimnasia según los sistemas de Priessnitz, Schroth, Rickli, Hahn, Kneipp, Kuhne, Gossmann, etc.

Cada paciente es tratado individualmente, dándosele los alimentos naturales que su curación requiere.

Los baños de aire, sol, agua, (Gran Casa de Baños) y vapor tienen un éxito innegable en el restablecimiento de la salud y son administrados por técnicos especialistas.

Exámen clínico y por el iris

Dirección médica: Dr. Félix Valenzuela

Consultas de 10 a 12 M.

**PROSPECTOS GRATIS. CARTAS AL SANATORIO
NATURISTA GOSSMANN - FALTER**

Santiago, Correo 11, Casilla 9

La Reina de las Medias

es la única casa especialista de su ramo en Chile, y tiene el mayor surtido en Medias, Calcetines y Corbatas. Vende un millón de pesos al año y por esto puede vender más barato. Servicio especial para mandar a Provincias.

Ahumada 360 - Teléfono 88573 - Casilla 2081

SANTIAGO

LA CASA NO TIENE SUCURSALES

Talleres Gráficos "CONDOR"

Teléf. Auto. 4251 -- CATEDRAL 1432 -- Casilla 807

Casa especialista en trabajos rápidos

**MEMORIAS DE PRUEBA, TRABAJOS
COMERCIALES Y BANCARIOS EN GE-
NERAL, REVISTAS MERCANTILES
Y DE ARTE, PROSPECTOS Y ESTA-
TUTOS SOCIALES, ETC., ETC.**

**POSEE MAQUINARIAS MODERNAS PARA LA
EJECUCION DE OBRAS LITERARIAS Y CIENTI-
FICAS, TEXTOS DE ESTUDIO, PERIODICOS,
ESTADISTICAS EN GENERAL**

PREGIOS MUY ECONOMICOS

FUERA DE TODA COMPETENCIA

Solicite presupuestos



TALLERES GRAFICOS

"CONDOR"

Catedral 1432

Casilla 807

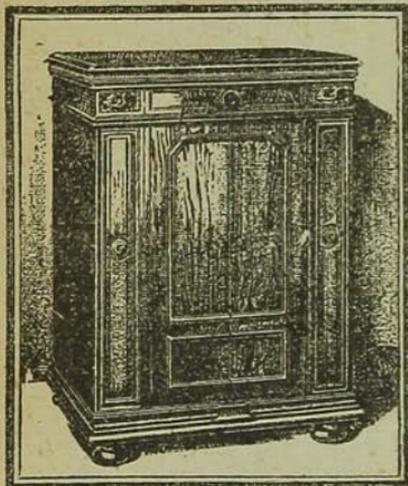
Teléfono Auto 4251

SANTIAGO

Los Grandes Artistas

Han elegido siempre la Compañía Víctor para perpetuar su arte

Porque saben que la célebre combinación musical de vicrolas Ortofónicas y Discos Víctor es la única que reproduce con fidelidad absoluta.



La Vicrola Ortofónica proporciona la música más adecuada para el hogar. El grabado representa la Vicrola Credenza.

LA NUEVA VICTROLA ORTOFONICA

M. R.

REPRODUCE LAS VOCES
DE LOS ARTISTAS CON EL
MISMO REALISMO QUE SI
UD. ESTUVIERA OYENDO
EN EL TEATRO.

DISTRIBUIDORES EXCLUSIVOS

CURPHEY Y JOFRE Ltda.

SANTIAGO, AHUMADA 200 esq. AGUSTINAS

Libros de Naturismo

LUIS KUHNE.— Expresión del rostro \$	36.—
EHRET.— Método científico de curar por dieta de alimentos que no produzcan mucosidades \$	19.50
FERRÁNDIZ.— Enfermedades íntimas \$	12.60
FERRÁNDIZ.— Entreñimiento y diarrea \$	9.—
Dr. BJANCAY.— El estómago y la salud \$	4.—
J. GALIAN.— Solana, orientación teórico-práctica para ser vegetariano \$	5.40
Dr. VANDER.— La cocina vegetariana racional .. . \$	4.50
J. DOMENECH.— La cocina vegetariana moderna \$	5.40
Dr. VANDER.— Luis Kuhne, su vida y su obra .. \$	4.—
ANGELATS y ALBORNÁ.— Naforuterapia o tratado completo de la única ciencia de la salud, con la que todos pueden llegar a ser médicos de sí mismos y de los demás, tela \$	17.50
E. ALFONSO.— Cómo cura la Medicina Natural, Pasta \$	14.50
Rústica \$	4.50
Dr. CASTRO.— Manual práctico de alimentación racional y crudívora, segunda edición, corregida y aumentada \$	16.—
CARBONELL.— El Vegetarismo Teórico y Práctico \$	9.—
Dr. AMILCAR DE SOUZA.— El naturismo, alimentación natural, consejos higiénicos, tratamientos racionales, prácticas cotidianas, tela \$	7.20
Dr. MONTEUUIS.— Los baños de aire, de luz y de sol en casa. Su valor práctico en el tratamiento de las enfermedades crónicas y en la higiene diaria \$	8.—
PASCAULT.— La salud por la alimentación racional \$	5.50
Dr. VANDER.— El diagnóstico por el iris \$	6.50
Dr. J. ANGEL VIDAURRAZAGA.— El diagnóstico por el iris \$	18.—

Por recibir muchos otros libros sobre la materia

Zamorano y Caperán

Compañía 1015.— Casilla 362

