

LA
NUEVA CIENCIA
DE CURAR

O

El principio de unidad de todas las enfermedades

Manual de la Ciencia de Curar
sin medicamentos ni operaciones

LOUIS KUHNE



Editorial ELA

Andrés Mellado, 42

28015 Madrid

España

www.libreriaargentina.com

Índice

Prefacio	7
Prefacio de la edición española	8
Primera parte	
Capítulo I. ¿Cómo he llegado a descubrir el nuevo arte de curar?	9
Capítulo II. ¿Cómo se engendran las enfermedades? ¿Qué es fiebre?	17
Capítulo III. Naturaleza, origen, objeto y curación de las enfermedades de los niños, y su unidad. Sarampión, escarlatina, difteria, viruelas, coque-luche (tos ferina), escrofulosis	29
Capítulo IV. Reumatismo y gota, ciática, torceduras, mutilaciones, extremidades frías, cabeza caliente, su origen y curación	49
Capítulo V. Mis agentes curativos. Baños de vapor. Baños de sol. Baños de tronco con fricción. Baños de asiento con fricción	67
Capítulo VI. ¿Qué debemos comer? ¿Qué debemos beber?	84
Capítulo VII. Afecciones nerviosas y enfermedades mentales	103
Capítulo VIII. Enfermedades de la mujer	112
Segunda parte	
Tratamiento de las heridas	
Capítulo IX. Tratamiento y curación de las heridas de cualquier clase sin ayuda de medicamentos ni operaciones	134
Capítulo X. Empobrecimiento de la sangre y colores pálidos (Anemia y Clorosis)	155
Capítulo XI. Afecciones de los pulmones. Asma. Pulmonía. Tuberculosis. Lupus. Pleuresía	166
Capítulo XII. Afecciones cancerosas. Excrecencias carnosas	181
Capítulo XIII. Afecciones del corazón e hidropesía	189
Capítulo XIV. Elefantiasis, lepra, leprosis	198
Capítulo XV. Malaria, Fiebre climatérica, Fiebre de los trópicos, Fiebre biliosa, Fiebre amarilla, Fiebre intermitente	208
Capítulo XVI. Tifus, disentería, cólera, diarrea	212
Capítulo XVII. Enfermedades de los órganos genitales	220
Capítulo XVIII. Afecciones de los riñones y de la vejiga. Cálculos vesicales y cálculos urinarios. Diabetes sacarina. Uremia. Incontinencia de orina. Catarro de la vejiga. Afecciones del hígado. Cálculos biliares. Ictericia. Sudor de pies. Empeines	230
Capítulo XIX. Afecciones de los ojos y de los oídos	237
Capítulo XX. Afecciones de la dentadura. Dolores de muelas. Romadizo. Afecciones de la garganta. Agorafobia. Hernias	242
Capítulo XXI. Epilepsia (Convulsiones)	245
Capítulo XXII. Afecciones de la médula espinal	

Louis Kuhne

(Tisis dorsal, Tabes dorsal).	247
Capítulo XXIII. Dolores de cabeza, jaqueca. Tuberculosis del cerebro. Inflamación del cerebro (Encefalitis). Afecciones hemorroidales (Almorranas)	250
Capítulo XXIV. Sarna, lombrices, solitaria, parásitos	253
Capítulo XXV. Consideraciones finales sobre la segunda parte	255
Tercera parte	
Preliminar a estos informes de curaciones	257
Informes de curaciones	258
Cartas originales	284
Adelanto de la obra: “Diagnóstico por la ciencia de la Expresión del Rostro”	300

Prefacio

El trabajo coronado de éxito ha suscitado siempre y en todas partes las envidias y la ambición, buscando los medios adecuados para atraer hacia sí lo bueno. Yo también tuve que ver como de todos lados han tratado de apropiarse, de la manera más descarada, lo adquirido por mi con tanta pena. Sí; hasta un catedrático y consejero de la misma corte no ha tenido reparo alguno en reproducir en sus escritos al pie de la letra capítulos enteros de mis conferencias, dándolas expresamente como productos de su inteligencia.

Parece que de parte de mis adversarios se procede con singular astucia para disputarme los descubrimientos. Empiezan indudablemente a temer las luces que reparte la extensión del presente Manual. Esto me obliga a un agradecimiento mucho mayor para todos aquellos que, por adhesión inquebrantable, han concurrido a propagar mis principios, y ruego a mis amigos y partidarios que sigan prestándome su valioso concurso, porque tal es el único medio de continuar con éxito el trabajo tan seriamente comenzado.

Los extranjeros sabrán quizás con gusto que mi Manual se ha publicado también en las siguientes 25 lenguas: alemán, inglés, francés, español, portugués, holandés, italiano, ruso, dinamarqués, sueco, noruego, rumano, húngaro, polaco, bohemio, croata, servio, griego, turco, arménico, arábico, malayo, urdu, telugu é hindustani (idiomas indios).

Cumpliendo con los deseos expresados por varias partes, he añadido además, al final de la presente obra, algunas ilustraciones sobre la “ciencia de la Expresión del Rostro”.

¡Ojalá que esta nueva edición obtenga un éxito provechoso y reparta la luz en el dominio de la ciencia de curar, por el mundo entero!

Leipzig, Enero de 1894

Luis Kuhne

Prefacio de la edición española

Al fin he podido realizar hoy el deseo que hace mucho tiempo tenía, de publicar en lengua española mi Manual de la Ciencia de Curar sin medicamentos ni operaciones, y espero que esta obra popular tenga buena acogida en España y en las naciones hispano-americanas.

Un hecho característico de mi método curativo es el haber encontrado gran número de partidarios, tanto en las regiones más apartadas de los continentes, como en las islas más remotas. Verdad es también, que por mi método, cada uno puede convertirse en médico de si mismo, teniendo todo el mundo capacidad para la aplicación de mi sistema fácilmente y sin gastos. Por esta razón se han constituido en adeptos míos no pocos misioneros, entre los cuales cuento muchos amigos y colaboradores entusiastas. A todos doy en esta ocasión muy repetidas gracias, suplicándoles que continúen prestándome su bondadoso concurso a fin de lograr los más ventajosos resultados de mi buena causa.

Ojalá, pues, que esta obra, ya publicada en 25 lenguas distintas, sea en su edición española un libro de verdadera enseñanza para los hombres sanos y de consejo para los enfermos, concurriendo de esta suerte a la prosperidad de todas las naciones.

Leipzig, 1 de Junio de 1894

Primera parte

Capítulo I. ¿Cómo he llegado a descubrir el nuevo arte de curar?

Conferencia, de Louis Kuhne

Señoras y Señores:

Es cosa propia de la naturaleza humana que todo aquel que cree haber descubierto algo nuevo y original, sienta irresistible deseo de animar sus descubrimientos y comunicarlos a sus semejantes.

Puede haber en ello ambición y vanidad; pero en el fondo este deseo se halla completamente justificado, siendo en extremo humano. Hay que proclamar la verdad, aun cuando se quiera huir de toda clase de fama y esplendor y aunque nos parezca el febril afán del mundo, vano y pesado. A esta ley de la naturaleza obedezco también al tratar de comunicaros los resultados a los que he llegado después de un trabajo penoso de veinticinco años. Es verdad, que sería más prudente no contar mis secretos sino al mudo papel, apelando al juicio de la posteridad, pero en esta cuestión, a la que he consagrado mi vida, no se trata de un conocimiento puramente teórico, sino de un conocimiento del que se derivan hechos prácticos y realizables.

Si quiero, pues, conservar mi método para mis contemporáneos y para la posteridad y no deseo morir con la reputación de un charlatán, estoy obligado a desarrollar, a demostrar por la enseñanza y por el testimonio de modelos vivos, las verdades descubiertas.

No puedo, es cierto, presentar enfermos en esta gran reunión, y tendré que contentarme con explicar, como mejor pueda, mis ideas, por medio de la palabra. Permitidme, pues que os explique en pocas palabras como he llegado al descubrimiento de mi sistema.

Desde mi infancia tuve siempre gran afición a la naturaleza, de manera que no ha habido para mi regocijos mayores que el observar en los campos y en los bosques los fenómenos de que dependen el logro y el buen desarrollo de las plantas y de los animales, seguir atentamente la acción de la naturaleza sobre la tierra y el cielo y reconocer y determinar sus leyes. Por otra parte, tenía yo siempre el deseo ardiente de llegar a saber lo que reputados sabios investigadores, como el profesor Rossmässler, habían descubierto; y todo esto, mucho antes de pensar siquiera en consagrarme especialmente a la ciencia de curar. Lo que me ha impulsado a esto con mano vigorosa, es solo la necesidad, que es la maestra y la educadora de los pueblos y de los individuos.

Cuando cumplí los veinte años, mi cuerpo se negaba a funcionar de modo conveniente, los pulmones y la cabeza comenzaban a producirme violentos dolores. Al principio acudí a la medicina escolástica, pero sin éxito alguno; cierto es, que también tenía poca confianza en ella, porque mi madre que estuvo enferma y sufriendo durante muchos años, nos aconsejó siempre que desconfiáramos de los doctores, repitiéndonos continuamente que ellos eran los únicos causantes de su miserable estado; también mi padre había sucumbido de un cáncer del estómago entre las manos de los médicos. Entonces fue cuando leí, en 1864, el anuncio de una reunión de los amigos del método natural de curar y mi atención se excitó vivamente y cuando vi este anuncio por segunda vez me dirigí directamente a dicha reunión. Era un círculo de hombres honrados que se habían reunido en torno de nuestro inolvidable Meltzer. Pregunté

modestamente a una de las personas presentes, que debía hacer contra los dolores punzantes que a la sazón sentía en los pulmones; pregunté en voz baja, porque mi constante excitación nerviosa era tan grande que jamás hubiera podido hablar en voz alta delante de varias personas y mi interpelado me prescribió una compresa que produjo en seguida un excelente efecto. Desde entonces concurrí, con regularidad, a estas reuniones. Algunos años después, en 1868, mi hermano cayó gravemente enfermo, sin que pudiera prestarle alivio el método naturalista, tal como entonces se hallaba.

Por este tiempo oímos hablar de las excelentes curas de Teodoro Hahn. Mi hermano resolvió ir allí, y al cabo de algunas semanas regresó mucho mejor. Yo mismo reconocí también la excelencia de este método natural de curar y me apliqué entonces a él, con una convicción plena y completa.

Entretanto mis sufrimientos no se habían detenido. Los gérmenes de enfermedad, transmitidos por mis padres, habían continuado desarrollándose, tanto más cuanto que el tratamiento médico había añadido nuevas causas a las antiguas afecciones. Mi estado empeoraba diariamente más y más hasta que por último se hizo insufrible; el cáncer hereditario había atacado al estómago, los pulmones estaban en parte destruidos, los nervios de la cabeza de tal manera debilitados que no hallaba reposo sino al aire libre, siéndome del todo imposible trabajar ni dormir con tranquilidad. Hoy puedo decirlo francamente: a pesar de mi semblante robusto y sano, era un pobre Lázaro hecho y derecho; y sin embargo, hacía con la mayor exactitud todo cuanto prescribía el método naturalista: baños de agua y sol, envolturas, lavativas, duchas, dietas..., en una palabra, aplicaba todo, sin hallar otra cosa que el aligeramiento y el alivio pasajero de mis dolores. Entonces fue cuando descubrí por mis observaciones en medio de la naturaleza misma, las leyes en las que descansa el método curativo que ejerzo y enseño. Formé primeramente sobre estas leyes el procedimiento de la cura para mi mismo y luego construí los utensilios más adecuados al efecto. El éxito coronó mi ensayo. Mi estado mejoró de día en día, y también otras personas que siguieron mis consejos y se sometieron al mismo tratamiento, fueron satisfechas. La excelencia de los aparatos se comprobó brillantemente. Los diagnósticos de las enfermedades existentes (que se sentían), los pronósticos de las enfermedades futuras, que aun no sentía el enfermo, pero que ya eran visibles en sus disposiciones, resultaban siempre acertados. Ya podía estar seguro yo de que mis descubrimientos no eran simples ilusiones. Sin embargo, cuando hablaba de esto, encontraba sorpresa incrédula, negativas llenas de indiferencia o repulsas desdeñosas; y esto no solo por parte de los médicos o de los partidarios de la medicina, sino también, y muy especialmente, de parte de los amigos del método naturalista y aun de sus mejores representantes; puse a la disposición de estos últimos gratuitamente todos mis aparatos, para hacer que mis descubrimientos fueran útiles a la humanidad, pero sin dignarse hacer con ellos un ensayo serio, los declararon inútiles, echándolos a un rincón donde podrían perderse cubriéndose de polvo y de telarañas.

Entonces me convencí de que no basta el haber hallado la teoría del origen y del curso de la enfermedad y de su curación, ni el haber construido los utensilios convenientes para el tratamiento de los enfermos; de que no basta el haber descubierto un diagnóstico y pronóstico que se fundan en la esencia misma del organismo, de que no era bastante demostrar en mi mismo, en mis parientes, en mis amigos y en mis conocidos el éxito de mi nuevo método curativo; me persuadí evidentemente de que era necesario dirigirse al gran público,

dejando atrás por éxitos manifiestos innumerables, a la alopatía, la homeopatía y el método naturista empleado hasta aquel momento, para convencer con ello, a chicos y grandes, de la exactitud indudable de mi procedimiento y de su conformidad con las leyes naturales.

Esta convicción me lanzó hacia un rudo combate; puesto que, en efecto, para consagrarme al ejercicio del nuevo arte de curar sin medicamentos ni operaciones, era preciso que entregase a otros la fábrica dirigida con éxito por mí durante 24 años, para poder dedicar todos mis esfuerzos a una nueva profesión, que desde luego no podía proporcionarme sino burlas, insultos y pérdidas seguras, sin procurarme la menor ventaja material. La lucha entre la razón, que me detenía, y la conciencia, que me impulsaba a cumplir mi vocación íntima, permaneció por mucho tiempo indecisa.

Abrí, por fin, mi establecimiento el 10 de Octubre de 1883. La idea había vencido; pero lo que había previsto acaeció luego y en un grado superlativo. Mi establecimiento casi no fue visitado durante los primeros años, a pesar de algunos éxitos que habrían podido llamar la atención. Luego vinieron, poco a poco, algunos simples bañistas y en seguida más y más enfermos para curarse. Con el tiempo aumentó la frecuentación, sobre todo de fuera, y principalmente porque casi todos los que yo había tratado se tornaban en apóstoles proclamadores y en agentes voluntarios. Mi método curativo y mi diagnóstico se había comprobado en muchos centenares de enfermos y a un gran número de personas pude preservar de peligros muy graves reconociendo en ellas de antemano futuras enfermedades. Precisamente a esto es a lo que concedo mayor valor; puesto que solamente así nos será posible el volver a crear una generación verdaderamente sana.

Mis descubrimientos se han confirmado en cada caso de enfermedad, es natural que en los once años de práctica desde que se fundó el establecimiento se haya enriquecido mi experiencia considerablemente, y mi propia salud que estaba postrada casi sin esperanza alguna, se ha mejorado de tal suerte por la aplicación constante del nuevo procedimiento, que me siento actualmente por completo apto para soportar las fatigas de mi muy extensa práctica; pero esto solo ha sido posible porque, más adelante hallé, tras muchas reflexiones, un modo en alto grado perfeccionado de los baños de asiento, cuya eficacia es tal, que puedo con toda certeza declarar curable toda enfermedad, cualquiera que fuere su nombre. He dicho cualquier enfermedad y no cualquier enfermo; *puesto que aquél cuyo organismo está ya por demás quebrantado, especialmente aquél que se encuentra envenenado hasta las entrañas por el largo uso de medicamentos, bien hallará en mi método mitigación y alivio para sus dolores, pero no siempre será salvado y curado por completo.*

Me presento ante vosotros, señoras y señores, con la alegre y franca convicción de que, después de haber luchado rigurosamente durante veinticinco años con la ruina física, me he salvado a mí mismo y he encontrado a la vez para el bien de la humanidad, el sendero largo tiempo buscado por las inteligencias más distinguidas, de remediar efectivamente las enfermedades. Estas palabras quizás revelan presunción y vanidad; sin embargo, la experiencia ha confirmado enteramente mi teoría en todos sus aspectos y en todos los casos, aun cuando no me haya sido dado salvar al enfermo.

Lo que me ha conducido a mis descubrimientos es el método experimental más riguroso, sostenido por las más concienzudas observaciones, por el juicio y por experimentos sistemáticos. Y si a pesar de esto se me llama char-

latán y se me niega la instrucción científica especial para el ejercicio de mi actual profesión, yo lo sufro con tranquilidad completa y con inalterable indiferencia. Los más grandes bienhechores de la humanidad y muy especialmente los grandes descubridores e inventores, han sido también todos, sin excepción alguna, charlatanes y pedantes, sin hablar del aldeano Priessnitz, del carretero Schroth, del teólogo y guardabosques Francke (Rausse) y del farmacéutico Hahn, que han creado por su esclarecida inteligencia y su enorme voluntad una nueva y mejor ciencia de curar.

¿Qué relación hay entre la nueva ciencia de curar y el método tradicional de la alopátia, la homeopatía y el método naturalista empleado hasta la fecha?

Intento una crítica de estos métodos curativos solamente en lo que toca a sus defectos y lados débiles que presentan, como todas las cosas humanas, y solo quiero exponerlos bajo la verdadera luz que sea necesaria en bien de la humanidad y para la perfecta inteligencia de mis explicaciones.

Cada uno es libre de aceptar y de hacer lo que mejor le parezca; pero es indispensable saber, para la inteligencia de lo que ofrezco, en que respecto se halla ello conforme con los sistemas conocidos hasta la fecha y en que se diferencia de ellos, a fin de determinar su originalidad, así como su valor absoluto o relativo.

El nuevo arte de curar sin medicamentos y sin operaciones, no tiene de común con la alopátia más que una sola cosa: el cuerpo humano. En todo lo demás, sus fines y sus recursos se encuentran diametralmente opuestos. Hay más, considero que el envenenamiento de la humanidad por los medicamentos de uso interno, que muy especialmente en los últimos tiempos han ido propagándose más, es una de las causas, si no es la principal, de la verdad aterradora que hoy se encuentren tan pocos hombres verdaderamente sanos, y de que las enfermedades crónicas se multipliquen de una manera tan espantosa. Empleando convenientemente y en tiempo oportuno el nuevo arte de curar, la cirugía es superflua en absoluto.

Yo saludo a la homeopatía como a valiente aliada contra la perniciosa creencia en los medicamentos. Gracias a sus pequeñas dosis de medicinas, en las cuales la química no puede ya descubrir substancias medicamentosas, y gracias al esmero con que elige la dieta conveniente, sirve la homeopatía de transición y de intermediaria al arte de curar sin medicamentos; le falta, sin embargo, un principio fijo y claro con relación a la dieta, y aun sus pequeñas dosis de medicamentos no son inofensivas enteramente, según lo que he podido observar.

El método naturalista de curar hasta la fecha empleado, que supera en mucho a los demás métodos, es la base del nuevo arte de curar sin medicamentos ni operaciones; pero en esto he tenido que seguir más bien a los grandes inventores y fundadores del sistema, Priessnitz, Schroth, Rausse, Teodoro Hahn, que a los representantes modernos. Por el excesivo celo que tienen de individualizar, corren estos últimos el riesgo de caer en sutilezas y de apartarse de las vías claras y sencillas de la naturaleza. Al antiguo método naturalista de curar le faltaba el conocimiento profundo del carácter y de la disposición particular de la materia morbosa y el reconocimiento de la ley natural en virtud de la cual circula en el cuerpo dicha materia depositándose en determinadas partes; en otros términos, le faltaba el conocimiento de la verdadera naturaleza de la enfermedad y por consiguiente de todas las enfermedades; el conocimiento

de aquella ley física que siempre ha existido, pero desconocida hasta aquí, sobre la cual únicamente se basan mis descubrimientos. Además el método naturalista se sirve todavía del diagnóstico de la medicina escolar, aunque ya es bastante conocido que no tiene necesidad de un diagnóstico tan “exacto”; así de esta manera aun tiene un pie en el antiguo campo de la preocupación. El nuevo arte de curar enseña, por el contrario, un diagnóstico completamente diferente, que es una consecuencia de la naturaleza misma de la enfermedad y que se puede deducir exteriormente de las facciones y del cuello: es la “Ciencia de la Expresión del Rostro”.

El método natural dispone de gran número de formas de aplicar el agua: envolturas, lavativas, duchas, chorros, baños enteros, de asiento, de vapor de distintas clases. Tan numerosos medios curativos son en parte superfluos, cuando se ha reconocido la verdadera naturaleza de la enfermedad. El nuevo arte de curar simplifica, en grado superlativo, la aplicación del agua.

En tanto que el método natural empleado hasta ahora, acomodaba, por lo menos con frecuencia, la dieta de manera indecisa y arbitraria con la alimentación mixta tradicional, el nuevo arte de curar ha prescrito una dieta no excitante, clara y exactamente determinada, que se basa en la ley de la naturaleza.

Ya lo veis; las diferencias con el método natural empleado hasta ahora, que repito una vez más, ha dado y todavía da excelentes resultados, son de tal modo grandes, que he tenido razón en dar a mi teoría y a mi práctica un nombre nuevo, el de: nuevo arte de curar sin medicamentos ni operaciones.

No puedo describiros especialmente cada uno de los ensayos que he realizado antes de que mi sistema llegase a ser construido; esto sería ciertamente para muchos muy interesante, pero carecería de utilidad práctica. Hay, pues, una gran ventaja en ir directamente al fin propuesto, evitando los numerosos rodeos que ha sido preciso hacer antes de alcanzarlo.

Después de estas observaciones preliminares, pasemos al asunto mismo.

La cuestión fundamental que desde luego tengo que examinar y en la cual descansa todo el método curativo, es esta:

“¿Qué cuerpo está sano y cual no lo está?”.

Las opiniones corrientes son muy distintas, ¿quién no ha hecho ya la experiencia? Uno pretende estar completamente sano, pero tiene algunos dolores reumáticos; otro dice sufrir de neurosis y que por lo demás es la salud personificada, como si el cuerpo se compusiera de secciones separadas, completamente independientes unas de otras y apenas en relación mutua. Extraño es que esta opinión sea apoyada por el método acostumbrado de curación; puesto que este último opera con frecuencia solamente en órganos separados y a veces, apenas tiene en consideración los órganos inmediatos.

Y, sin embargo, es evidente que todo el cuerpo humano es un conjunto uniforme cuyas partes se hallan constantemente en relación recíproca, de manera que el malestar de una parte debe tener influencia sobre las otras partes. Que en realidad es así, podemos observarlo todos los días. Si tenéis dolores de muelas sois incapaces para cualquier trabajo y no tendréis ganas de comer ni de beber. Una astillita en el dedo pequeño produce un efecto semejante; una opresión en la región estomacal nos quita las ganas de entregarnos al trabajo corporal o intelectual. Al principio solo es la influencia inmediata de los nervios; pero ya vemos que una perturbación lleva consigo la otra. Si la perturbación dura mucho, las consecuencias son duraderas, sean o no sensibles. Por esta razón, un cuerpo puede estar solamente sano en tanto que todas sus partes se hallen en

estado normal, haciendo sin dolor, sin opresión y sin esfuerzo el trabajo a que están destinadas; pero estas partes han de tener también la forma que, siendo práctica, responda mejor a nuestro concepto de lo bello. Si la forma exterior no es normal, prueba la existencia de influencias que la han alterado.

Pero se necesitan observaciones múltiples para determinar las formas normales en todos los casos, aún en los detalles; hay que buscar sobre todo personas verdaderamente sanas, en las cuales se puedan estudiar aquellas formas de normalidad. Esto, precisamente, es lo que ha llegado a ser casi imposible. Aunque hablamos de personas sanas y fuertes, aunque muchos pretenden pertenecer a ellas, preguntémosles, sin embargo, con precisión, y entonces veremos que cada uno tiene que mencionar, como él se expresa, una pequeñez, un dolorcillo insignificante, dolores de cabeza que algunas veces se presentan, dolores de muelas que molestan de cuando en cuando, u otros síntomas semejantes que prueban que no se puede hablar de salud perfecta. Por esta razón se requieren estudios muy variados para llegar a conocer la forma conveniente del cuerpo. No obstante, a esto se llega comparando los enfermos y las personas casi sanas, y aún veréis más claramente en la continuación de mis explicaciones, por que medio es posible.

Si antes mencioné, en pocas palabras, el hecho de que la enfermedad altera las formas del cuerpo, voy a exponer aún algunos fenómenos muy conocidos. En primer lugar os recordaré las personas que padecen de exagerada gordura, cuyo cuerpo adquiere las bastante conocidas dimensiones, en contraste con las personas flacas en cuyo cuerpo casi no se deposita la grasa; ambos son, sin duda alguna, fenómenos morbosos. Además os recordaré también la caída de los dientes, que altera completamente la expresión del rostro; los diferentes grados de gota en que se forman nudos; los reumatismos articulares, en los que se hinchan partes enteras del cuerpo. En todos estos casos las alteraciones son tan evidentes que el hombre menos ejercitado las reconoce en el acto. En otras afecciones morbosas aparecen con menos claridad ante la vista y, sin embargo, voy a recordaros ciertas experiencias.

Se conoce generalmente que un hombre sano tiene la vista clara y tranquila y que sus facciones no necesitan estar contraídas. Os será difícil solamente determinar el límite en que el rostro ha adquirido la expresión conveniente y, sin duda, confesaréis sin vacilar que el uno tiene la vista para esto más penetrante que el otro. Así, por ejemplo, con frecuencia nos encontramos ante una persona que hemos visto hace muchos años y que después de este tiempo, como es costumbre decir, ha cambiado mucho en desventaja suya, sin que haya sido posible hasta la fecha el poder determinar exactamente la naturaleza de estas alteraciones. Y, sin embargo, estas transformaciones que desfiguran y afean el cuerpo, tienen una profunda importancia, sobre la cual volveré más tarde. Resulta de todo esto que las enfermedades se revelan por transformaciones del cuerpo, sobre todo de la cabeza y del cuello, y que es una tarea importantísima conocer e interpretar estas alteraciones.

Que todo el mundo llegue a esa interpretación es cosa que yo no animaré, porque para ello se requiere gran perseverancia y ejercicio infatigable para hacer las observaciones.

Todavía voy a llamar vuestra atención sobre otra piedra de toque para la salud.

Si en cada enfermedad particular toma siempre parte el cuerpo entero, podremos comprobar también en cada órgano el estado de salud, escogiendo

naturalmente aquellos cuyas funciones puedan examinarse mejor, y estos órganos son los de la digestión. Una buena digestión es prueba de buena salud, y si se verifica todos los días sin perturbación, indudablemente el cuerpo se halla bueno por completo. En los animales es donde podemos hacer estas observaciones con mucha claridad. Muy bien vemos por los excrementos como ha sido la digestión; puesto que estos deben expulsarse en tal forma que no ensucien el cuerpo. Es lo que podéis observar diariamente en los caballos y los pájaros que viven en libertad. Me excusaréis si os doy aquí más amplias explicaciones acerca de esta delicada materia; pero hay que llamar cada cosa por su nombre cuando se habla de salud y de enfermedad.

El final del recto (canal digestivo) tiene un mecanismo perfectamente dispuesto, para que los excrementos que lleguen en condiciones adecuadas puedan expulsarse sin dificultad alguna, siendo imposible el desaseo del cuerpo. (Sobre este punto he dado explicación detallada en mi folleto: “¿Estoy sano o enfermo?”)

El papel de los retretes es una invención de la humanidad doliente, porque las personas perfectamente sanas realmente no lo necesitan. Que no se vaya por esto a comprenderme mal; no quiero decir, en modo alguno, que quien está, en efecto sano deba creer que ha conseguido un triunfo con no hacer uso del papel higiénico, producto de la cultura, pues justamente este papel le está destinado por las conveniencias del aseo. Por lo demás, cada uno puede “ver por su digestión si está o no sano”; esta piedra de toque es por extremo importante, y no temo decirlo de la manera más positiva, a pesar de las observaciones burlonas de los incrédulos.

Podemos considerar como muy dichoso aquél a quien la mencionada piedra de toque le revela que se encuentra completamente sano. El hombre sano se halla siempre a su gusto, no sabe lo que es un dolor o un malestar, en tanto que estos no le sean proporcionados por lo que le rodea; en realidad, jamás siente su cuerpo. Gusta del trabajo y se regocija con su actividad hasta que se siente fatigado, y entonces puede gozar de todos los encantos de un dulce reposo. Le es fácil soportar el dolor moral contra el que su cuerpo le suministra un bálsamo suave en las lágrimas; que un hombre no ha de tener vergüenza de verterlas en tales casos. El hombre sano no conoce las angustiosas inquietudes por el cuidado de su familia, porque siente en sí mismo la fuerza de proveer a las necesidades de los suyos. Una madre sana cuida a sus hijos con deleite, porque puede alimentarlos ya desde muy pequeños conforme a la naturaleza y ¡qué vida tan deliciosa cuando sus idolatrados pequeñuelos se encuentran perfectamente sanos! En el rostro de los niños sanos irradia casi siempre una feliz sonrisa; no se ve en ellos la inquietud continua, los llantos y los constantes gritos; en una palabra, la educación de los niños sanos es un placer, tanto mayor cuanto la influencia pedagógica es mucho más fácil y duradera en estos niños.

Recapitulemos todo lo que precede: deseos ardientes me condujeron a las ciencias naturales, grave enfermedad y tristes desengaños con la medicina escolástica me llevaron al método natural de curar; pero la convicción de que este último, en su forma existente, tampoco podía hacer desaparecer mis fuertes dolencias crónicas, me impulsó a investigaciones más vastas; la observación constante de la naturaleza viva me relevó la alteración inevitable de la forma exterior de cada órgano por la enfermedad; la manera como se verifica esta alteración y como desaparece sanando la enfermedad, me ha dado a conocer lo que es la enfermedad y como se engendra.