

## L'IMPORTANZA DEI BAGNI INTERNI

Ognuno -- tutti – dovrebbero fare un bagno interno occasionalmente, nonché quello esterno. Starebbero tutti meglio se lo facessero. 440-2

Da un buon idroterapeuta fatti fare una pulizia accurata ma delicata del colon; questo possibilmente a distanza di un o due settimane. Nella prima acqua usa sale e carbonato di sodio, nelle proporzioni di un cucchiaino colmo di sale da tavola e un cucchiaino di bicarbonato di sodio (entrambi) disciolti con cura – per ogni mezzo gallone di acqua. Nell'ultima acqua usa Glico-Timoline come antisettici intestinale per purificare il sistema, nelle proporzioni di un cucchiaino a un quarto di acqua. (Anemia e Eliminazioni Scarse) 1745-4

Un'unica irrigazione del colon vale circa quattro a sei clisteri. 3570-4

Questo non significa che solo perché c'è l'attività quotidiana del canale alimentare non ci sia il bisogno di ripulire bene il sistema. Ma ogni volta che c'è la sensazione di lentezza, fa' i trattamenti (irrigazioni del colon). Rimetterà in salute il corpo. Poiché c'è bisogno di tali trattamenti quando la condizione del corpo diventa adulterata per l'assorbimento di veleni attraverso il canale alimentare o il colon, per la lentezza del fegato o dei reni, e c'è mancanza di coordinamento con il rifornimento cerebrospinale e simpatico del sangue e dei nervi. Poiché l'idroterapia e il massaggio sono dei provvedimenti preventivi nonché curativi. 257-254