

## IL LATTE

Il latte, che sia in polvere o pastorizzato o crudo, è vicino alla combinazione perfetta di forze per il consumo umano. 1703-2

D- Come ha avuto origine il problema con gli ossiuri, o che cose l'ha causato?

R- Il latte! Vedi, in ogni individuo vi è nel tratto intestinale quella materia che produce una forma di verme intestinale. Questo in ognuno. Ma con una dieta particolare in cui il latte ha qualche bacillo questo latte li farà aumentare gradualmente, e spesso si sviluppano o si moltiplicano rapidamente; e poi possono sparire se si consuma del cibo crudo, verde. 2015-10

Così pochi tipi di latte sono liberi da tubercoli; pochissimi sono liberi da quelle influenze che causano molto più irritazione che aiuto - - a meno che non venga usato del latte irradiato o in polvere. Questi nell'insieme fanno molto meglio alla salute per la maggior parte degli individui che il latte crudo. 480-42

Questo dovrebbe essere latte di capra o di cavalla, e se non si riesce a trovarli - - noi preferiremmo il latte Dryco o al malto - - questi sarebbero di gran lunga preferibili a quelli del latte crudo. (Debilizzazione generale) 4320-3

Ricordati bene che all'inizio questa (dieta) consiste molto in cibi pre-digeriti; come il latte in polvere con aggiunta di malto con alcune gocce di brandy (preferibilmente brandy di mele). (Astenia) 895-1

Specialmente questo corpo non dovrebbe assumere cibo quando il corpo è teso in qualche modo che sia ... Preferibilmente bevi acqua o latte acido—mai latte dolce in quelle condizioni. 243-7

D-E' consigliabile per il corpo bere latte di soia?

R- ... Se le energie vengono usate sufficientemente per attività fisiche per renderlo più facilmente assimilabile va bene. Se queste energie vengono usate per attività che sono più mentali che fisiche non andrebbe altrettanto bene. 1158-18