

**Valeriu Popa**

REGIMURI

# CUVÂNT DESPRE VALERIU POPA

Întrebările neliniştitoare „de unde venim?, cine suntem? şi încotro ne ducem?“ n-au încetat să străbată generaţiile una după alta. Încă din timpuri antice omul s-a aplecat plin de interes asupra tainelor lumii. În antichitate, cei dotaţi cu o inteligenţă ascuţită şi capacităţi native, se orânduiau sub conducerea unui mare preot cunoscător, exersat al tainelor naturii şi cu îndemânare în cunoştinţe oculte. Zeci de ani, aceştia se instruiau în locuri retrase în mijlocul naturii, practicând cu rigurozitate ritualuri de curăţire trupească şi sufletească. În mijlocul materiei pipăibile concrete îşi dezvoltau capacităţile prin care desluşeau codurile şi semnalele trimise de lumea invizibilă. Numai în momentul în care discipolul respectiv reuşea să comande simţurile şi dorinţele sale, să respingă influenţele nefaste ale unor contacte sociale, în această fază, dotat cu cunoştinţele ştiinţifice aparţinând tuturor domeniilor cercetate şi posedând, în plus, virtutea de a fi lucid, discipolul devenea el însuşi o „Lumină“.

CUPRINS

[CUVÂNT DESPRE VALERIU POPA 2](#_Toc6159473)

[CANCER 25](#_Toc6159474)

[Cancer, anemie, afecţiuni oculare, ulcer, colită, ciroză, infarct miocardic, astm. 25](#_Toc6159475)

[Cancer la ficat (metastaze la ficat) 26](#_Toc6159476)

[Cancer hepatic, pancreatic, gastric, intestinal; cancer cu metastaze 26](#_Toc6159477)

[Cancer la gât neoperat 27](#_Toc6159478)

[Cancer bucal 27](#_Toc6159479)

[Cancer uterin, mamar sau ovarian 28](#_Toc6159480)

[Cancer, boli de inimă, diabet, artrită, scleroză multiplă, boli de piele, alergii, stări inflamatorii 28](#_Toc6159481)

[Cancer esofagian 28](#_Toc6159482)

[Cancer gastric 28](#_Toc6159483)

[Tratamentul cancerului cu petrol distilat 29](#_Toc6159484)

[Clisma cu cafea în tratarea cancerului 29](#_Toc6159485)

[Tratarea cancerului cu regimul Oshawa 30](#_Toc6159486)

[Tumoră în (pe) corp 31](#_Toc6159487)

[Tumoră, nodul, furuncul 31](#_Toc6159488)

[Metastază la plămâni 31](#_Toc6159489)

[Cancer bronho-pulmonar 32](#_Toc6159490)

[Cancer tiroidian 32](#_Toc6159491)

[Tumori cerebrale 32](#_Toc6159492)

[Tumoră hepatică 33](#_Toc6159493)

[APARAT CIRCULATOR 34](#_Toc6159494)

[Arterita obliterantă 34](#_Toc6159495)

[Boli de inimă, dereglări de circulaţie a sângelui 34](#_Toc6159496)

[Fragilitate vasculară 34](#_Toc6159497)

[Insuficienţă cardiacă 34](#_Toc6159498)

[Tulburări de circulaţie 35](#_Toc6159499)

[Hipertensiune 35](#_Toc6159500)

[Cardiopatie ischemică 36](#_Toc6159501)

[Curăţarea venelor şi arterelor de depuneri 36](#_Toc6159502)

[Normalizarea sistemului circulator 36](#_Toc6159503)

[„Vin“ pentru boli de circulaţie, inima, cardiopatie ischemică 37](#_Toc6159504)

[„Vin“ pentru circulaţie 37](#_Toc6159505)

[Hipertensiune 37](#_Toc6159506)

[Arterita obliterantă 38](#_Toc6159507)

[Ateroscleroză 38](#_Toc6159508)

[Vin pentru ateroscleroză, hipertensiune şi pietre la vezica urinară 38](#_Toc6159509)

[Arterita, boli de circulaţie 39](#_Toc6159510)

[Curăţarea vaselor sanguine 39](#_Toc6159511)

[Curăţarea vaselor (vene şi artere) 39](#_Toc6159512)

[Curăţarea sângelui 39](#_Toc6159513)

[Circulaţia sângelui 40](#_Toc6159514)

[APARAT LOCOMOTOR 41](#_Toc6159515)

[Artroza 41](#_Toc6159516)

[Artroză, spondiloză 41](#_Toc6159517)

[Lumbago 42](#_Toc6159518)

[Lombosciatică 42](#_Toc6159519)

[Gută, reumatism, artroză 43](#_Toc6159520)

[Reumatism 43](#_Toc6159521)

[Ciocuri pe coloană 43](#_Toc6159522)

[Osteoporoză, reumatism 44](#_Toc6159523)

[Osteoporoză 44](#_Toc6159524)

[Boala oaselor de sticlă (boala Lebstein) 45](#_Toc6159525)

[Leziuni ale coloanei vertebrale 45](#_Toc6159526)

[Dureri ale coloanei vertebrale 45](#_Toc6159527)

[Monturi 45](#_Toc6159528)

[Dureri de călcâie 46](#_Toc6159529)

[Cârcei 46](#_Toc6159530)

[ORGANELE DE SIMŢ 47](#_Toc6159531)

[Miopia 47](#_Toc6159532)

[Blefarita 47](#_Toc6159533)

[Toate bolile de ochi 47](#_Toc6159534)

[Oftalmie 48](#_Toc6159535)

[Boli de ochi 48](#_Toc6159536)

[Cataractă 48](#_Toc6159537)

[Conjunctivită 49](#_Toc6159538)

[Glaucom ocular 49](#_Toc6159539)

[Otită 49](#_Toc6159540)

[Hipoacuzia 49](#_Toc6159541)

[Afte 50](#_Toc6159542)

[Sinuzită 50](#_Toc6159543)

[Eliminarea polipilor 50](#_Toc6159544)

[Psoriazis 51](#_Toc6159545)

[Boli de piele grave, psoriazis, acnee 52](#_Toc6159546)

[Ceai pentru psoriazis 52](#_Toc6159547)

[Ceai pentru tratamentul extern al psoriazisului 53](#_Toc6159548)

[Lupus eritematos şi tuberculos 53](#_Toc6159549)

[Acnee juvenilă 53](#_Toc6159550)

[Eczeme 54](#_Toc6159551)

[Eczeme, herpes şi arsuri 54](#_Toc6159552)

[Vitiligo 54](#_Toc6159553)

[Acnee 55](#_Toc6159554)

[Coşuri şi acnee 55](#_Toc6159555)

[Herpes 55](#_Toc6159556)

[Bube dulci 55](#_Toc6159557)

[Zona Zoster 55](#_Toc6159558)

[Pistrui 56](#_Toc6159559)

[Inflamaţii ale pielii 56](#_Toc6159560)

[Răni, arsuri, acnee 56](#_Toc6159561)

[Pecingine 56](#_Toc6159562)

[Răni cu puroi 56](#_Toc6159563)

[Ihtioză 57](#_Toc6159564)

[Întreţinerea tenului 57](#_Toc6159565)

[Prevenirea ridurilor 57](#_Toc6159566)

[Alergii însoţite de mâncărimi ale pielii, dermatite 58](#_Toc6159567)

[Răni 58](#_Toc6159568)

[Urticarie 58](#_Toc6159569)

[Celulită 58](#_Toc6159570)

[Crăpături sângerânde şi dureroase ale călcâielor 59](#_Toc6159571)

[Bătături 59](#_Toc6159572)

[Micoză la unghii 59](#_Toc6159573)

[Îngrijirea mâinilor 60](#_Toc6159574)

[Panariţiu 60](#_Toc6159575)

[Ciupercă pe tălpi 60](#_Toc6159576)

[Negi plantari 60](#_Toc6159577)

[Negi pe limbă şi amigdale 61](#_Toc6159578)

[Arsuri şi degerături 61](#_Toc6159579)

[Reţete împotriva căderii parului 61](#_Toc6159580)

[Dureri de dinţi 62](#_Toc6159581)

[Sângerări ale gingiilor 62](#_Toc6159582)

[Paradontoză 62](#_Toc6159583)

[Durere de măsea 63](#_Toc6159584)

[Aluniţe, semne din naştere, dereglări de pigment, keratoză senilă (pete de bătrâneţe), negi şi hemangioame 63](#_Toc6159585)

[GLANDELE ENDOCRINE 64](#_Toc6159586)

[Fortificarea sistemului imunitar 64](#_Toc6159587)

[Anemie 64](#_Toc6159588)

[Tonic general 64](#_Toc6159589)

[Tonic pentru sistemul imunitar 65](#_Toc6159590)

[Tonic general şi îmbunătăţirea circulaţiei sangvine 65](#_Toc6159591)

[Tonic pentru sistemul imunitar şi pentru întărirea memoriei 65](#_Toc6159592)

[Carenţe vitaminice, anemie, rahitism, convalescenţă, bătrâneţe, boli grave 65](#_Toc6159593)

[Scăderea colesterolului 66](#_Toc6159594)

[Diabet 66](#_Toc6159595)

[Pancreatită 67](#_Toc6159596)

[Obezitate 67](#_Toc6159597)

[Guşă 68](#_Toc6159598)

[Hipocalcemie 68](#_Toc6159599)

[APARATUL RESPIRATOR 69](#_Toc6159600)

[T.B.C. - cu cavernă 69](#_Toc6159601)

[Supuraţie cronică pulmonară 69](#_Toc6159602)

[Inflamaţii ale căilor respiratorii 70](#_Toc6159603)

[Bronşită astmatică 70](#_Toc6159604)

[Silicoză 71](#_Toc6159605)

[Bronşită 71](#_Toc6159606)

[Bronşită, gripă 71](#_Toc6159607)

[Tusea 71](#_Toc6159608)

[Bronşită cronică, tuse, răguşeală 72](#_Toc6159609)

[Tuse convulsivă 72](#_Toc6159610)

[Boli de plămâni (bronşită, pneumonie, T.B.C., etc.) 72](#_Toc6159611)

[Astm 72](#_Toc6159612)

[Astm bronşic 73](#_Toc6159613)

[Laringită 73](#_Toc6159614)

[Dureri de gât 73](#_Toc6159615)

[Tuse rebelă 74](#_Toc6159616)

[Bronşită 74](#_Toc6159617)

[Răguşeală, pierderea vocii, infecţii ale gingiei 74](#_Toc6159618)

[APARATUL URINAR 75](#_Toc6159619)

[Infecţie urinară 75](#_Toc6159620)

[Cistită 75](#_Toc6159621)

[Dizolvarea pietrelor la rinichi 75](#_Toc6159622)

[Prostatită cronică 76](#_Toc6159623)

[Prostată 76](#_Toc6159624)

[Afecţiuni urinare, colită, enterocolită 77](#_Toc6159625)

[Nefrită 77](#_Toc6159626)

[Cistită 77](#_Toc6159627)

[Adenomul de prostată 77](#_Toc6159628)

[Litiază renală şi biliară 78](#_Toc6159629)

[Pietre, nisip la rinichi 78](#_Toc6159630)

[Insuficienţă renală 79](#_Toc6159631)

[Retenţie de urină, nefrită, cistită, calculi renali, gută 79](#_Toc6159632)

[Dezintoxicarea rinichilor 79](#_Toc6159633)

[Curăţarea de săruri 80](#_Toc6159634)

[Eliminarea depunerilor calcaroase 80](#_Toc6159635)

[Curăţarea rinichilor 80](#_Toc6159636)

[APARATUL GENITAL 81](#_Toc6159637)

[Dereglări menstruale 81](#_Toc6159638)

[Amenoree 81](#_Toc6159639)

[Dismenoree 82](#_Toc6159640)

[Pentru apariţia fluxului menstrual întârziat 82](#_Toc6159641)

[Regularizarea ciclului menstrual 83](#_Toc6159642)

[Fibrom uterin 83](#_Toc6159643)

[Maltoză fibro-chistică 83](#_Toc6159644)

[Mastoză 84](#_Toc6159645)

[Fibrom uterin 84](#_Toc6159646)

[Amenoree 84](#_Toc6159647)

[Noduli mamari şi ovarieni 84](#_Toc6159648)

[Trichomonas vaginalis 85](#_Toc6159649)

[Mastoză chistică 85](#_Toc6159650)

[Nivel de progesteron scăzut 85](#_Toc6159651)

[Impotenţă 85](#_Toc6159652)

[Impotenţă şi sterilitate masculină, hipofuncţie a glandelor cortico-suprarenale 86](#_Toc6159653)

[Anexită 86](#_Toc6159654)

[Reglarea activităţii hormonale 86](#_Toc6159655)

[Răni pe colul uterin 86](#_Toc6159656)

[APARATUL DIGESTIV 88](#_Toc6159657)

[Toate bolile de ficat 88](#_Toc6159658)

[Afecţiuni hepato-biliare, afecţiuni gastro-intestinale, afecţiuni cardiace, probleme respiratorii, transpiraţia picioarelor, afecţiuni renale, psoriazis, scleroză multiplă, paralizie, gută 88](#_Toc6159659)

[Boli ale ficatului, curăţarea sângelui 89](#_Toc6159660)

[Ciroză umedă 89](#_Toc6159661)

[Hepatita epidemică 90](#_Toc6159662)

[Ciroză 90](#_Toc6159663)

[Ciroză lichidă 90](#_Toc6159664)

[Icter 91](#_Toc6159665)

[Dezintoxicarea ficatului 91](#_Toc6159666)

[Hepatite 91](#_Toc6159667)

[Hepatite, ateroscleroză, anemie 92](#_Toc6159668)

[Boli de ficat, în special hepatita C 93](#_Toc6159669)

[Chisturi pe ficat, plămâni, rinichi 93](#_Toc6159670)

[Curăţarea ficatului 94](#_Toc6159671)

[Eliminarea pietrelor de la bilă şi ficat 94](#_Toc6159672)

[Eliminarea pietrelor de la bilă 94](#_Toc6159673)

[Disfuncţii ale vezicii biliare şi ale ficatului 95](#_Toc6159674)

[Dischinezie biliară, hepatite, gastrită 96](#_Toc6159675)

[Litiază biliară 96](#_Toc6159676)

[Hemoroizi 96](#_Toc6159677)

[Constipaţie 97](#_Toc6159678)

[Ulcer duodenal cu nişă 97](#_Toc6159679)

[Ulcer gastric şi duodenal 97](#_Toc6159680)

[Ulcer 98](#_Toc6159681)

[Arsuri la stomac 98](#_Toc6159682)

[Colită 99](#_Toc6159683)

[Colită de fermentaţie 99](#_Toc6159684)

[Dischinezie biliară 100](#_Toc6159685)

[Gaze în stomac 100](#_Toc6159686)

[Gastrită, aciditate 100](#_Toc6159687)

[Enterocolite cronice 101](#_Toc6159688)

[Curăţarea limfei 101](#_Toc6159689)

[Curăţarea profilactică pentru sistemul limfatic 101](#_Toc6159690)

[SISTEMUL NERVOS 102](#_Toc6159691)

[Scleroză în placi 102](#_Toc6159692)

[Scleroză multiplă 102](#_Toc6159693)

[Afecţiuni ale sistemului nervos 102](#_Toc6159694)

[Epilepsie 102](#_Toc6159695)

[Meningită 102](#_Toc6159696)

[Întărirea memoriei 103](#_Toc6159697)

[Scleroză în placi, afecţiuni ale măduvei spinării 104](#_Toc6159698)

[Paraziţi intestinali 105](#_Toc6159699)

[Teniaza 105](#_Toc6159700)

[Limbrici, panglică 105](#_Toc6159701)

[REGIMURI CONCEPUTE DE VALERIU POPA 106](#_Toc6159702)

[Alcoolism 107](#_Toc6159703)

[Anemie, leucoree, lipsă de calciu, lipsă de iod 108](#_Toc6159704)

[Apendicită 108](#_Toc6159705)

[Artrită, artroză 109](#_Toc6159706)

[Astm, bronşită 109](#_Toc6159707)

[Cancer 110](#_Toc6159708)

[Colită, căderi de păr 110](#_Toc6159709)

[Constipaţie 111](#_Toc6159710)

[Demenţă, defecţiuni ale creierului 111](#_Toc6159711)

[Diabet 111](#_Toc6159712)

[Diaree 112](#_Toc6159713)

[Dizenterie 112](#_Toc6159714)

[Edem 113](#_Toc6159715)

[Epilepsie 113](#_Toc6159716)

[Febră, gripă, febră tifoidă, oreon, amigdalită 114](#_Toc6159717)

[Febră provocată de răni accidentale 114](#_Toc6159718)

[Gonoree 114](#_Toc6159719)

[Gută 115](#_Toc6159720)

[Hemoragie, menoragie 115](#_Toc6159721)

[Hemoroizi 115](#_Toc6159722)

[Hepatită 116](#_Toc6159723)

[Boli de inimă 116](#_Toc6159724)

[Insomnie 117](#_Toc6159725)

[Malarie 117](#_Toc6159726)

[Boli de nervi, tuberculoză, scleroză multiplă 117](#_Toc6159727)

[Obezitate 118](#_Toc6159728)

[Boli de ochi 118](#_Toc6159729)

[Paralizie 118](#_Toc6159730)

[Boli de piele, exemă, urticarie, lepra, leucodermă, viermi inelari 119](#_Toc6159731)

[Reumatism 119](#_Toc6159732)

[Boli urinare, boli de rinichi 121](#_Toc6159733)

[Deficienţe sanguine, toxemie, sifilis, infecţii, sida 121](#_Toc6159734)

[Tumori abdominale 122](#_Toc6159735)

[Tuse seacă 123](#_Toc6159736)

[Tuse cu expectoraţie 123](#_Toc6159737)

[Aciditate, ulcer gastric şi duodenal, pietre la vezica biliară, gastrită 124](#_Toc6159738)

[Viermi intestinali 124](#_Toc6159739)

[TERAPII ADIACENTE - TRATAMENTULUI NATURIST AVERTISMENT 126](#_Toc6159740)

[Terapia cu argilă 127](#_Toc6159741)

[Efectele curative ale bitterului suedez 129](#_Toc6159742)

[Cură de dezintoxicare de o zi 133](#_Toc6159743)

[Tăierea sub limbă 134](#_Toc6159744)

[Postul 137](#_Toc6159745)

[Minunile urinoterapiei - ca remediu universal 142](#_Toc6159746)

[VINDECAREA PRIN GÂNDIRE 147](#_Toc6159747)

[Boli cu litera A 152](#_Toc6159748)

[Abcese 152](#_Toc6159749)

[Accidente 152](#_Toc6159750)

[Acnee 152](#_Toc6159751)

[Adenoidită (polipi) 152](#_Toc6159752)

[Boala lui Addison 153](#_Toc6159753)

[Alcoolism 153](#_Toc6159754)

[Alergii 153](#_Toc6159755)

[Boala Alzheimer 153](#_Toc6159756)

[Amnezie 153](#_Toc6159757)

[Anemie 154](#_Toc6159758)

[Anorexie 154](#_Toc6159759)

[Anus, hemoroizi 154](#_Toc6159760)

[Abcese ale anusului, fistulă 154](#_Toc6159761)

[Sângerări anorectale 154](#_Toc6159762)

[Prurit în zona anală 155](#_Toc6159763)

[Dureri în zona anală 155](#_Toc6159764)

[Anxietate 155](#_Toc6159765)

[Apatie 155](#_Toc6159766)

[Apendicită 155](#_Toc6159767)

[Apetit excesiv 156](#_Toc6159768)

[Apetit pierdut 156](#_Toc6159769)

[Artere (afecţiuni) 156](#_Toc6159770)

[Ateroscleroză 156](#_Toc6159771)

[Artrită 156](#_Toc6159772)

[Asfixie (insuficienţă respiratorie acută) 157](#_Toc6159773)

[Astm 157](#_Toc6159774)

[Astm la copii 157](#_Toc6159775)

[Afecţiuni incurabile 157](#_Toc6159776)

[Amenoree 158](#_Toc6159777)

[Artrită reumatoidă 158](#_Toc6159778)

[Arsuri 158](#_Toc6159779)

[Atac vasovagal 158](#_Toc6159780)

[Articulaţie mandibulară (afecţiuni) 158](#_Toc6159781)

[Articulaţii (afecţiuni) 159](#_Toc6159782)

[Articulaţie pumn (afecţiuni) 159](#_Toc6159783)

[Avort spontan 159](#_Toc6159784)

[Amigdalită 159](#_Toc6159785)

[Abces peri-amigdalian 159](#_Toc6159786)

[Atac apoplexie 160](#_Toc6159787)

[Accident cerebro-vascular 160](#_Toc6159788)

[Afte 160](#_Toc6159789)

[Boli cu litera B 161](#_Toc6159790)

[Braţe (afecţiuni) 161](#_Toc6159791)

[Boala Bright 161](#_Toc6159792)

[Băşicuţe pe piele 161](#_Toc6159793)

[Bronşită 161](#_Toc6159794)

[Bulimie 161](#_Toc6159795)

[Bursite 162](#_Toc6159796)

[Bolile copilăriei 162](#_Toc6159797)

[Boli cronice 162](#_Toc6159798)

[Boala Huntington 162](#_Toc6159799)

[Boli psihice 162](#_Toc6159800)

[Boala Paget 163](#_Toc6159801)

[Bâlbâială 163](#_Toc6159802)

[Boli venerice 163](#_Toc6159803)

[Bătături 163](#_Toc6159804)

[Boli cu litera C 164](#_Toc6159805)

[Comedoane (puncte negre) 164](#_Toc6159806)

[Crampe abdominale 164](#_Toc6159807)

[Chelie 164](#_Toc6159808)

[Cheratită 164](#_Toc6159809)

[Cataractă 164](#_Toc6159810)

[Congestie cerebrală 165](#_Toc6159811)

[Creier (afecţiuni) 165](#_Toc6159812)

[Cancer 165](#_Toc6159813)

[Candida 165](#_Toc6159814)

[Celulită 165](#_Toc6159815)

[Colesterol 166](#_Toc6159816)

[Circulaţie 166](#_Toc6159817)

[Colici (la copii) 166](#_Toc6159818)

[Colită 166](#_Toc6159819)

[Conjunctivită 166](#_Toc6159820)

[Constipaţie 167](#_Toc6159821)

[Crampe 167](#_Toc6159822)

[Crushing-sindrom 167](#_Toc6159823)

[Chisturi 167](#_Toc6159824)

[Fibroza chistică 168](#_Toc6159825)

[Cot (afecţiuni) 168](#_Toc6159826)

[Colelitiază (litiază biliară) 168](#_Toc6159827)

[Cefalee 168](#_Toc6159828)

[Coşuri 168](#_Toc6159829)

[Canal dentar 169](#_Toc6159830)

[Colită spastică 169](#_Toc6159831)

[Comă 169](#_Toc6159832)

[Cangrene 169](#_Toc6159833)

[Boli cu litera D 170](#_Toc6159834)

[Degete (afecţiuni) 170](#_Toc6159835)

[Degetul mare 170](#_Toc6159836)

[Degetul arătător 170](#_Toc6159837)

[Degetul mijlociu 170](#_Toc6159838)

[Degetul inelar 170](#_Toc6159839)

[Degetul mic 170](#_Toc6159840)

[Degete artritice 171](#_Toc6159841)

[Degete de la picioare 171](#_Toc6159842)

[Dureri 171](#_Toc6159843)

[Dureri de cap 171](#_Toc6159844)

[Durere (fizică) 171](#_Toc6159845)

[Dureri (osoase, vertebrale) 172](#_Toc6159846)

[Diabet 172](#_Toc6159847)

[Demenţă 172](#_Toc6159848)

[Depresie 172](#_Toc6159849)

[Diaree 173](#_Toc6159850)

[Dizenterie 173](#_Toc6159851)

[Dizenterie amibiană 173](#_Toc6159852)

[Dizenterie bacilară 173](#_Toc6159853)

[Dismenoree 173](#_Toc6159854)

[Dureri dentare 174](#_Toc6159855)

[Măsele de minte sfărâmate 174](#_Toc6159856)

[Boli cu litera E 175](#_Toc6159857)

[Echimoze 175](#_Toc6159858)

[Enurezis 175](#_Toc6159859)

[Echilibru (pierderea sa) 175](#_Toc6159860)

[Eczemă 175](#_Toc6159861)

[Emfizem (pulmonar) 175](#_Toc6159862)

[Epilepsie 176](#_Toc6159863)

[Edem 176](#_Toc6159864)

[Endometrioză 176](#_Toc6159865)

[Entorse 176](#_Toc6159866)

[Excrescenţe 176](#_Toc6159867)

[Boli cu litera F 177](#_Toc6159868)

[Faţă (orice afecţiune legată de faţă) 177](#_Toc6159869)

[Febra de fân 177](#_Toc6159870)

[Fese-şezut 177](#_Toc6159871)

[Faţa căzută 177](#_Toc6159872)

[Febră 177](#_Toc6159873)

[Fibroză chistică 178](#_Toc6159874)

[Ficat (afecţiuni) 178](#_Toc6159875)

[Flatulenţă 178](#_Toc6159876)

[Flebită 178](#_Toc6159877)

[Frigiditate 178](#_Toc6159878)

[Furuncul 179](#_Toc6159879)

[Boli cu litera G 180](#_Toc6159880)

[Gât (afecţiuni legate de gât) 180](#_Toc6159881)

[Dureri în gât 180](#_Toc6159882)

[Gât-vertebre cervicale 180](#_Toc6159883)

[Nod în gât 181](#_Toc6159884)

[Gât dureros-înţepenire 181](#_Toc6159885)

[Greaţă 181](#_Toc6159886)

[Gingii sângerânde 181](#_Toc6159887)

[Afecţiuni gingivale 181](#_Toc6159888)

[Aparatul genital 182](#_Toc6159889)

[Probleme genitale 182](#_Toc6159890)

[Probleme glandulare 182](#_Toc6159891)

[Glanda pituitară (hipofiza) 182](#_Toc6159892)

[Glanda tiroidă 182](#_Toc6159893)

[Gastrită 183](#_Toc6159894)

[Guşă 183](#_Toc6159895)

[Gută 183](#_Toc6159896)

[Gonoree 183](#_Toc6159897)

[Gripă 183](#_Toc6159898)

[Glezne (afecţiuni legate de glezne) 184](#_Toc6159899)

[Afecţiuni ale gurii 184](#_Toc6159900)

[Genunchi (afecţiuni) 184](#_Toc6159901)

[Boli cu litera H 185](#_Toc6159902)

[Hernie de disc 185](#_Toc6159903)

[Halena 185](#_Toc6159904)

[Hepatită 185](#_Toc6159905)

[Hemoroizi 185](#_Toc6159906)

[Hernie 186](#_Toc6159907)

[Herpes labial 186](#_Toc6159908)

[Herpes genital 186](#_Toc6159909)

[Herpes simplex 186](#_Toc6159910)

[Hirsutism 186](#_Toc6159911)

[Hiperactivitate 187](#_Toc6159912)

[Hipertiroidism 187](#_Toc6159913)

[Hiperventilaţie 187](#_Toc6159914)

[Hipoglicemie 187](#_Toc6159915)

[Hipotiroidie 188](#_Toc6159916)

[Hrană otrăvită 188](#_Toc6159917)

[Hipertensiune 188](#_Toc6159918)

[Hipotensiune 188](#_Toc6159919)

[Boala Hodgkin 188](#_Toc6159920)

[Boli cu litera I 190](#_Toc6159921)

[Inima (afecţiuni) 190](#_Toc6159922)

[Afecţiuni ale inimii (tensiune) 190](#_Toc6159923)

[Atac de cord 190](#_Toc6159924)

[Ileită (boala Crohn, enterită) 190](#_Toc6159925)

[Impotenţă 190](#_Toc6159926)

[Incontinenţă 191](#_Toc6159927)

[Indigestie 191](#_Toc6159928)

[Infecţii virale 191](#_Toc6159929)

[Inflamaţii 191](#_Toc6159930)

[Infecţii urinare 192](#_Toc6159931)

[Infecţii micotice 192](#_Toc6159932)

[Intestine (afecţiuni) 192](#_Toc6159933)

[Icter 192](#_Toc6159934)

[Boli cu litera L 193](#_Toc6159935)

[Litiază renală 193](#_Toc6159936)

[Laringită 193](#_Toc6159937)

[Lepră 193](#_Toc6159938)

[Leucemie 193](#_Toc6159939)

[Leucoree 193](#_Toc6159940)

[Lupus eritematos 194](#_Toc6159941)

[Limfă 194](#_Toc6159942)

[Limbă (afecţiuni) 194](#_Toc6159943)

[Boli cu litera M 195](#_Toc6159944)

[Muşcături (predispoziţie la muşcături de animale) 195](#_Toc6159945)

[Mirosul corpului 195](#_Toc6159946)

[Măduva spinării (afecţiuni) 195](#_Toc6159947)

[Mâini (orice afecţiune a mâinii) 195](#_Toc6159948)

[Malarie 195](#_Toc6159949)

[Mastoidită 196](#_Toc6159950)

[Menopauză (tulburări) 196](#_Toc6159951)

[Menstruaţie (probleme) 196](#_Toc6159952)

[Migrenă 196](#_Toc6159953)

[Mononucleoză 197](#_Toc6159954)

[Distrofie musculară 197](#_Toc6159955)

[Maxilar încleştat 197](#_Toc6159956)

[Miopie 198](#_Toc6159957)

[Meningită 198](#_Toc6159958)

[Boli cu litera N 199](#_Toc6159959)

[Defecte din naştere 199](#_Toc6159960)

[Neoplasm 199](#_Toc6159961)

[Negi 199](#_Toc6159962)

[Nod în gât 199](#_Toc6159963)

[Narcolepsie 199](#_Toc6159964)

[Noduli 200](#_Toc6159965)

[Nevralgie 200](#_Toc6159966)

[Nefrită 200](#_Toc6159967)

[Nervi (afecţiuni nervoase) 200](#_Toc6159968)

[Cădere nervoasă 200](#_Toc6159969)

[Nervozitate 201](#_Toc6159970)

[Nas (afecţiuni) 201](#_Toc6159971)

[Sângerări nas 201](#_Toc6159972)

[Nas înfundat 201](#_Toc6159973)

[Nas încărcat 201](#_Toc6159974)

[Nas care curge 201](#_Toc6159975)

[Boli cu litera O 203](#_Toc6159976)

[Os pubian (dureri, ciuperci) 203](#_Toc6159977)

[Otită 203](#_Toc6159978)

[Oase – fracturi 203](#_Toc6159979)

[Deformări oase 203](#_Toc6159980)

[Osteomielită 203](#_Toc6159981)

[Osteoporoză 204](#_Toc6159982)

[Oboseală 204](#_Toc6159983)

[Ovare (afecţiuni) 204](#_Toc6159984)

[Ochi (afecţiuni) 204](#_Toc6159985)

[Cheratită 204](#_Toc6159986)

[Probleme cu ochii 205](#_Toc6159987)

[Astigmatism 205](#_Toc6159988)

[Cataractă 205](#_Toc6159989)

[Probleme cu ochii la copii 205](#_Toc6159990)

[Ochi încrucişaţi (strabism) 205](#_Toc6159991)

[Hipermetropie 205](#_Toc6159992)

[Glaucom 206](#_Toc6159993)

[Exoftalmie 206](#_Toc6159994)

[Ochi uscaţi 206](#_Toc6159995)

[Ochi uscaţi (conjunctivită) 206](#_Toc6159996)

[Obezitate 206](#_Toc6159997)

[Obezitate mâini 207](#_Toc6159998)

[Obezitate pântec 207](#_Toc6159999)

[Obezitate şolduri 207](#_Toc6160000)

[Obezitate coapse, pulpe 207](#_Toc6160001)

[Obezitate – grăsime 207](#_Toc6160002)

[Boli cu litera P 209](#_Toc6160003)

[Parkinson 209](#_Toc6160004)

[Probleme cu îmbătrânirea 209](#_Toc6160005)

[Piciorul atletului 209](#_Toc6160006)

[Picior dorian 209](#_Toc6160007)

[Probleme feminine 209](#_Toc6160008)

[Probleme cu spatele (coloana) 210](#_Toc6160009)

[Paralizie 210](#_Toc6160010)

[Paralizie Bell 211](#_Toc6160011)

[Paralizie cerebrală 211](#_Toc6160012)

[Parestezii 211](#_Toc6160013)

[Pancreas 211](#_Toc6160014)

[Pancreatită 211](#_Toc6160015)

[Paraziţi 212](#_Toc6160016)

[Probleme cu vezica urinară 212](#_Toc6160017)

[Plâns 212](#_Toc6160018)

[Pirozis 212](#_Toc6160019)

[Prurit 212](#_Toc6160020)

[Par încărunţit 213](#_Toc6160021)

[Probleme cu picioarele 213](#_Toc6160022)

[Probleme cu tălpile 213](#_Toc6160023)

[Probleme cu tibia 213](#_Toc6160024)

[Plămân (afecţiuni) 213](#_Toc6160025)

[Afecţiuni pulmonare 214](#_Toc6160026)

[Pneumonie 214](#_Toc6160027)

[Boala Poison Ivy 214](#_Toc6160028)

[Poliomielită 214](#_Toc6160029)

[Periodontita 214](#_Toc6160030)

[Prostată 215](#_Toc6160031)

[Psoriazis 215](#_Toc6160032)

[Piele 215](#_Toc6160033)

[Plex solar 215](#_Toc6160034)

[Boli cu litera R 216](#_Toc6160035)

[Rău de mişcare 216](#_Toc6160036)

[Rău de mare 216](#_Toc6160037)

[Rău de maşină 216](#_Toc6160038)

[Rabie 216](#_Toc6160039)

[Rinichi 216](#_Toc6160040)

[Răni 217](#_Toc6160041)

[Răceli 217](#_Toc6160042)

[Reumatism 217](#_Toc6160043)

[Rigiditate 217](#_Toc6160044)

[Respiraţia (probleme) 217](#_Toc6160045)

[Reţinere de fluide 218](#_Toc6160046)

[Boli cu litera S 219](#_Toc6160047)

[SIDA 219](#_Toc6160048)

[Suprarenale (afecţiuni glandulare) 219](#_Toc6160049)

[Solduri (afecţiuni) 219](#_Toc6160050)

[Scleroză laterală amiotrofică 219](#_Toc6160051)

[Probleme ale sângelui 220](#_Toc6160052)

[Afecţiuni ale sânilor 220](#_Toc6160053)

[Surditate 220](#_Toc6160054)

[Scleroză în plăci 220](#_Toc6160055)

[Spate (curbura lui) (afecţiuni) 221](#_Toc6160056)

[Sindrom premenstrual 221](#_Toc6160057)

[Scabie 221](#_Toc6160058)

[Sciatică 221](#_Toc6160059)

[Sclerodermie 222](#_Toc6160060)

[Senilitate 222](#_Toc6160061)

[Sinuzită 222](#_Toc6160062)

[Sforăit 222](#_Toc6160063)

[Splină (afecţiuni) 223](#_Toc6160064)

[Schelet (oase) (afecţiuni ale scheletului osos) 223](#_Toc6160065)

[Sterilitate 223](#_Toc6160066)

[Stomac (gastrită, ulcer) 223](#_Toc6160067)

[Suicid 223](#_Toc6160068)

[Spasme 224](#_Toc6160069)

[Sifilis 224](#_Toc6160070)

[AVERTISMENT 225](#_Toc6160071)

[Regim de dezintoxicare conceput de Valeriu Popa pentru cancer şi stările precanceroase - 45 de zile - 226](#_Toc6160072)

# CANCER

Adjuvant în metastaze

Este o reţetă din fosta U.R.S.S. confirmată de Institutul Oncologic din Moscova. 1,5 kg rădăcină de tătăneasă dată prin maşina de tocat carne, se amestecă cu 2,2 kg miere de salcâm şi 3,5 litri de vin roşu de ţară. Preparatul se pune într-un borcan de sticlă, se închide ermetic şi se macerează 5 zile ferit de orice sursă de lumină. Se strecoară şi se păstrează la rece. Se ia câte o linguriţă, de 3 ori pe zi, înaintea meselor principale cu 2 ore mai devreme timp de 5 zile, apoi se ia câte o linguriţă înaintea meselor principale dar numai cu o oră timp de 3 săptămâni, putându-se continua până la 2 luni. Acelaşi amestec, în aceleaşi doze se recomandă şi în tratarea altor boli: gripa, angina pectorală, amigdalita, eczeme, astenie, tromboflebită, scleroze, reumatism şi altele.

## Cancer, anemie, afecţiuni oculare, ulcer, colită, ciroză, infarct miocardic, astm.

Se face cură cu suc de orz verde. Tulpinile de orz verde se recoltează când ajung la înălţimea de 25-30 cm, prin tăiere de la suprafaţa pământului. Se spală bine, se taie mărunt, se îmbibă cu puţină apă şi se macină până devin pastă, pentru a putea fi introduse în storcător. Se obţine sucul prin stoarcere. Se administrează 3-4 pahare/zi în cure de 3-4 săptămâni, de două ori/an (primăvara şi toamna), pentru fortificarea organismului. Comparativ cu alte plante, orzul conţine de 250 de ori mai multă vitamină A decât salata, de 25 de ori mai mult potasiu decât banana, de 11 ori mai mult calciu decât laptele proaspăt, de 11 mai mult fier decât ţelina, de 7 ori mai multă vitamină C decât portocala, de 10 mai multă vitamină B1 decât spanacul şi de 23 de ori mai multă biotină decât laptele. În scurt timp organismul se revitalizează, şi multe din simptomele bolii dispar.

## Cancer la ficat (metastaze la ficat)

O linguriţă de pulbere de pedicuţă, una de pulbere de tătăneasa (obţinută din rădăcină râşnită) şi una de pulbere de obligeana (obţinută din rădăcină râşnită) se pun în 1/2 litru de apă şi se lasă să se macereze la temperatura camerei de seara până dimineaţa. - Preparatul se filtrează dimineaţa. - Se opăreşte încă o linguriţă de pulbere de pedicuţă la o cană de apă clocotită, după care se lasă să se răcească şi se filtrează. - Se combină, în final, cele 2 preparate (infuzia şi maceratul) şi amestecul astfel obţinut se bea în 3 reprize înaintea meselor principale cu o jumătate de oră.

## Cancer hepatic, pancreatic, gastric, intestinal; cancer cu metastaze

Se recomandă tratamentul cu extract apos antitumoral. Se ţin 3-7 cure a câte 40 de zile cu 10 zile pauză între ele. Prepararea extractului: - două linguri rădăcină de tătăneasă (bucăţi) se lasă de seara până dimineaţa la macerat într-un pahar cu apă. - în alt pahar se pun la macerat în apă, tot de seara până dimineaţa următoarele plante: o linguriţă pulbere de frunze de nuc, o linguriţă coada şoricelului; o linguriţă muşeţel, o jumătate de linguriţă de rostopască. - dimineaţa se filtrează ambele macerate, iar tătăneasa rămasă se pune la fiert la foc mic într-o cană de apă. După 20 minute de fiert, se ia de pe foc şi se adaugă restul de plante ramase după filtrare, care se lasă să se infuzeze 15 minute. - se strecoară infuzia, apoi se combina cu cele 2 macerate la rece. - se bea pe parcursul zilei în 3 reprize. - cu plantele ramase se pun comprese pe locul afectat.

## Cancer la gât neoperat

Se face un macerat din: 300g usturoi pisat, 500g rădăcină rasă de tătăneasă proaspătă, 50g sânziene galbene mărunţite, 50g propolis solid mărunţit într-un litru de alcool de 75°. Se lasă la macerat 10 zile. Se strecoară şi se ia câte o linguriţă de tinctură plus o linguriţă de miere de 3 ori/zi. Se va înghiţi foarte încet, pentru a „spăla“ cât mai bine gatul.

## Cancer bucal

Se culeg mlădiţe de soc de 2-3 cm diametru de pe care se desprinde coaja. Cojile de soc se pun într-o oală cu 4 litri de apă astfel încât să fie puţin acoperite şi se fierb la foc potrivit până rămâne un litru de lichid. Se lasă la răcit cu coji cu tot, după care se strecoară. Lichidul se pune din nou la fiert cu 250ml ulei rafinat de floarea - soarelui, 3 linguri de miere şi ceara curata cât un ou. Se fierbe totul până scade la jumătate, apoi se răceşte, se strecoară prin tifon şi crema astfel obţinută se păstrează în cutii de plastic la frigider. Se unge zona afectată de 2-3 ori/zi.

## Cancer uterin, mamar sau ovarian

Se râşneşte năpraznic sau sovârv. Din această pulbere se iau 1-2 linguriţe de trei ori/zi. Pulberea se ţine sub limba 15 minute după care se înghite cu puţină apă.

## Cancer, boli de inimă, diabet, artrită, scleroză multiplă, boli de piele, alergii, stări inflamatorii

Ulei de seminţe de in: 7 linguri/zi ca terapie timp de 21 de zile şi doza de întreţinere:1-2 linguri/zi.

## Cancer esofagian

Se fierbe timp de o oră un litru de oţet de mere cu 300g coajă de dud, mărunţită bine. După răcire, se strecoară lichidul şi se îndulceşte cu 200g miere. Se beau zilnic câte 50 ml, o dată sau în câteva reprize.

Se fierb 60g frunze de garoafe într-un litru de apă timp de 15 minute, se adaugă 1/2 linguriţă de rostopască şi se ia vasul de pe foc, apoi se infuzează 10 minute. Se beau două câni pe zi.

## Cancer gastric

Suc proaspăt de cartofi, jumătate de pahar de 4 ori/zi, timp de o lună.

## Tratamentul cancerului cu petrol distilat

Petrolul trebuie să fie distilat între 100-150°. Se verifică dacă este bun astfel: se pune în palmă şi se freacă bine palmele; dacă pielea rămâne albă, înseamnă că este bun. Se consumă câte o lingură de petrol distilat dimineaţa şi seara pe stomacul gol cu 1/2 oră înainte de masă. În acea jumătate de oră până ce se poate mânca, bolnavul trebuie să se întoarcă de câteva ori (din 10 în 10 minute) alternativ pe partea stangă şi pe partea dreaptă pentru ca petrolul să poată pătrunde în curburile şi pliurile gastrice. Tratamentul durează 4 săptămâni.

## Clisma cu cafea în tratarea cancerului

Aceste clisme diminuează spasmele, durerile precordiale şi, mai ales, determină eliminarea masivă de toxine. Clismele cu cafea nu acţionează asupra intestinelor, ci asupra ficatului, organul cel mai lezat în boala canceroasă. Cofeina produce în ficat o stimulare excepţională, creşte producţia de bilă, se deschid canalele biliare, toxinele sunt prompt evacuate. Se pot face două clisme/zi - una dimineaţa şi una seara, iar în cazuri extreme se pot face şi din 4 în 4 ore. Atenţie: ingerarea cafelei pe gură nu are nici pe departe vreunul din efectele enumerate aici.

Clisma cu cafea: se prepară cafeaua prin adăugarea a 2-4 linguriţe cu vârf de cafea, în 200-400ml de apă clocotită. Se fierbe 5 minute la foc mic, apoi se filtrează şi se lasă la răcit până devine călduţă. Se introduce întreaga cantitate în intestin, unde se ţine 15 minute, după care poate fi evacuată.

## Tratarea cancerului cu regimul Oshawa

Prin acest regim sângele se reînnoieşte printr-o alimentaţie pură, corespunzătoare. Mii de bolnavi s-au vindecat cu aceasta cură, nu numai de cancer, ci şi de: diabet, epilepsie, astm, reumatism, boli de inimă, scleroză în placi, labilitate psihică, ş.a.m.d.

Regimul este următorul:

• Timp de 10 zile se consuma numai cereale Yang (grâu, orez, mei şi hrişcă). În afara de apă şi sare nu se mai acceptă nimic altceva. Se mănâncă pe saturate în două sau mai multe mese/zi şi în nici un caz nu se va răbda de foame în timpul curei.

• În cazul unor afecţiuni cronice, este indicat să se urmeze mai multe cure succesive de câte 10 zile, cu pauză de 3-4 zile între ele, până la vindecare. În pauza şi încă 3-4 luni după însănătoşire se va ţine o dietă lacto-vegetariană pură.

• Se beau 2 litri de apă plată/zi.

• Dacă apare tendinţa de constipaţie, se fac clisme.

• După urmarea acestui regim creşte vitalitatea, capacitatea de muncă, se îmbunătăţesc memoria şi capacitatea de concentrare, somnul devine mult mai odihnitor şi se amplifică magnetismul curativ. Are loc o reîntinerire, revitalizare şi regenerare.

• Este un regim de purificare indicat în toate afecţiunile.

## Tumoră în (pe) corp

Se amestecă: fagure din ceara de albine cu ţuică curată şi pelin pisat până se obţine un terci. Se unge locul bolnav, se acoperă cu tifon şi se lasă peste noapte. Se repetă până la dispariţia tumorii.

## Tumoră, nodul, furuncul

Se iau 2 linguri de tămâie (smirnă) de calitate foarte buna, se pisează foarte fin; 2 linguri de ceară de albine (curată), se dau pe râzătoare. Se amestecă bine cele 2 ingrediente şi se adaugă 6 linguri de ulei de măsline. Se pun la fiert în bain-marie până ce devin lichide. Se ia de pe foc compoziţia şi se amestecă cu o spatula de lemn până ce se răceşte. Trebuie să aibă consistenta unei creme de faţă. Dacă iese prea tare se mai pune pe foc şi se mai adaugă ulei de măsline. Se pune un strat gros din acest amestec (aproximativ 5 mm) pe locul afectat, se acoperă cu un tifon prins pe margine cu un leucoplast. Nu se umblă la acest pansament 24-48 de ore. Se îndepărtează, se aruncă, se face pauza 2 zile. Se repeta până când tumora (nodulul, furunculul) dispare.

## Metastază la plămâni

Se amesteca următoarele: 500g unt de casa, 500g untură proaspătă de casă (nesărată), 500g lămâi cu coajă cu tot tocate mărunt, 500g miere polifloră, 400g cafea măcinată. Din acest amestec se ia câte o lingură cu 30 minute înaintea meselor principale. Preparatul se păstrează la rece.

## Cancer bronho-pulmonar

Se bea suc de usturoi de 2-3 ori/zi, câte 10-30ml înainte de masă - se beau 3 căni de ceai/zi de lemn dulce (infuzie din 9g de rădăcină de lemn dulce la 200ml apă)

## Cancer tiroidian

Se va unge zona nodulilor tiroidieni cu tinctură de nuci verzi până la dispariţie.

## Tumori cerebrale

Tratament cu spânz: Se fierb 2 litri de apă timp de 1/2 oră. Din apă fiartă se măsoară 1/4 litri în care se pun 7 linguriţe cu vârf cu spânz pisat şi se mai fierb 5 minute. Se lasă la răcit, apoi se strecoară prin tifon. Sticla se ţine la frigider. În prima zi se ia câte o linguriţă dimineaţa, la prânz şi seara, după mese. A două zi se iau câte 2 linguriţe dimineaţa, la prânz şi seara, după mese; a treia zi se iau câte 3 linguriţe, etc. Doza zilnică se măreşte cu o linguriţă pe zi, până ce se ajunge la 20 linguriţe dimineaţa , 20 la prânz şi 20 seara. Se face o pauza de 10 zile, după care se repeta tratamentul. Dacă nu ajunge cantitatea preparata iniţial, se mai face o porţie. Atenţie! Spânzul are un grad mare de toxicitate. Dacă apar dureri de cap, tratamentul se întrerupe. Se poate relua după o pauza de 14 zile.

## Tumoră hepatică

Într-o sticlă de 1,5 litri de culoare închisa se pun la macerat: 350g rădăcină de leuştean dată prin râzătoare mare, 350g miere de albine curată, 350ml vin de ţară curat - timp de o săptămână. Sticla va stă la întuneric, agitându-se de câteva ori pe zi. Se ia câte o lingură de 3 ori/zi, cu 1/2 oră înaintea meselor principale cu tot cu leuştean. Între timp se pregăteşte o altă porţie din amestecul de mai sus. Cura se întrerupe după vindecare. Concomitent, se urmăreşte ecografic evoluţia bolii. Tratamentul trebuie completat cu ceai de tătăneasă 1 litru/zi, iar pe regiunea ficatului se vor aplica comprese călduţe cu terciul rămas de la fiertura plantei care se aplica seara la culcare timp de 3 ore.

# APARAT CIRCULATOR

## Arterita obliterantă

Se prepară tinctură de spânz. Se introduce într-o sticlă de culoare albastră, rădăcină de spânz rasă peste care se toarnă alcool de 60° şi se lasă la macerat 30 zile. La o parte de spânz se adaugă 6 părţi alcool. Se foloseşte extern în comprese sau în masaje uşoare. După folosire spălaţi-vă bine mâinile, tinctura este foarte toxică.

## Boli de inimă, dereglări de circulaţie a sângelui

Se prepară vinul de ciuboţica cucului:

Se umple o sticlă de 2 litri cu flori de ciuboţica cucului şi se toarnă deasupra vin alb, de ţară. Se lasă la macerat 14 zile la soare sau lângă calorifer. Se ia câte o lingură de vin de 3 ori/zi cu 1/2 oră înainte de mesele principale.

## Fragilitate vasculară

Se consumă câte o farfurioară/zi de boabe de secară pisate şi fierte, timp de 10 zile la rând.

## Insuficienţă cardiacă

Suc de dovleac din 1/2 kg. Se bea în 2 reprize, dimineaţa şi seara.

Decoct din rădăcină de osul iepurelui, 4 linguri la un litru de plantă, fiert 30 de minute la foc mic. Se beau 3-4 căni/zi.

Se beau sucuri de fructe, uşor îndulcite; berea este interzisă.

Se consumă banane, prune şi caise uscate, smochine, curmale.

## Tulburări de circulaţie

Se amestecă 400g miere cu 3 litri vin alb şi se lasă să fiarbă la foc mic 5 minute. Se adaugă 150ml suc de pelin şi se mai lasă să dea câteva clocote. După ce s-a răcit se îmbuteliază în sticle sterilizate. Se beau 150ml de preparat dimineaţa pe stomacul gol. Dispare oboseala, creşte puterea de concentrare, dispar palpitaţiile, ameţeala şi senzaţia de vid în cap.

## Hipertensiune

Se fac 4 tincturi din: talpa gâştei 20 g, rozmarin 20 g, roiniţă 20 g, vâsc 40 g, păducel 40 g. Fiecare din aceste plante se pune în sticluţe de 250 ml, după ce au fost mărunţite; se toarnă peste ele 200ml alcool de 87°. Sticlele se închid ermetic. Se agită zilnic. După 14 zile se strecoară prin tifon, se pune fiecare tinctură în câte o sticlă care se închide ermetic. Se consumă, cu 30 minute înainte de fiecare masă (de 3 ori/zi) principală câte 5 picături din fiecare, diluate într-un pahar cu apă. Tratamentul durează cel puţin 3-4 luni.

Se amestecă o lingură de rădăcină rasă de hrean cu o lingură de miere până când se obţine o pastă omogenă. Acest amestec se înghite în întregime dimineaţa înainte de micul dejun. Cura se ţine 30 de zile şi se repetă la fiecare 2 luni. Tratamentul se aplica de 4 ori/an, timp de 3 ani. În paralel, se bea o infuzie de leuştean obţinută din 2 linguri de frunze la o cană cu apă clocotită. Se infuzează 15 minute, se strecoară, se beau 2 căni/zi. Mult mai puternică este tinctura din 20g frunze + 20g rădăcini de leuştean macerat 10 zile în 100ml alcool de 70°. Se iau de 3 ori/zi câte 25 de picături diluate în jumătate de pahar cu apă.

## Cardiopatie ischemică

Timp de 30 de zile, în fiecare dimineaţă, se ia o lingură de hrean ras cu o linguriţă de miere, înainte de micul dejun. Se poate repeta o dată la fiecare 2 luni;

Se bea infuzia de păducel, o linguriţă la cana (200ml apă clocotită) - 10 minute-o cană/zi.

## Curăţarea venelor şi arterelor de depuneri

Într-un litru de vin alb natural se pun la macerat 4-5 cepe roşii (aprox. 500g) tocate mărunt. Separat se fierb la foc mic într-un litru de vin alb 250g rădăcină de pătrunjel şi 2 legături de frunze de pătrunjel până lichidul scade la 500g. Se strecoară ambele preparate şi se amestecă. Se adaugă 150ml miere. Se astupa bine recipientul şi se lasă la macerat 7 zile, agitându-se de câteva ori/zi. După o săptămână se strecoară din nou. Se păstrează la rece. Se consumă câte o lingură de 3 ori/zi cu o jumătate de oră înainte de mesele principale.

## Normalizarea sistemului circulator

Se face un amestec în părţi egale din: salvie, păducel, cimbrişor, macerat la rece, 2 linguriţe la cană timp de 10 ore. Se beau: 3 căni/zi timp de 6 săptămâni; 2 căni/zi timp de 3 săptămâni; o cană/zi în următoarele 2 săptămâni. Se administrează dimineaţa şi seara înainte şi după masă.

## „Vin“ pentru boli de circulaţie, inima, cardiopatie ischemică

10 rădăcini de pătrunjel cu frunze cu tot, date prin maşina de tocat se fierb într-un litru de vin alb de ţară timp de 15 minute. Se adaugă apoi 300g miere de salcâm şi se mai fierb 1-2 minute, după care se răceşte şi se strecoară. Se păstrează la rece. Se iau 3 linguri zilnic, înainte de mese, minim 100 de zile.

## „Vin“ pentru circulaţie

Se prepară din: 2 litri de vin alb, 100g vâsc măcinat (râşnit), 200ml suc de ceapă, 200g usturoi pisat, 200g miere polifloră. Se pun toate componentele la macerat într-un borcan de 3-5 litri care se ţine la soare sau la temperatura camerei timp de 14 zile. După aceasta perioada (în care se amestecă zilnic cu o spatulă de lemn), se strecoară, se pune în sticlă închisă la culoare şi se păstrează la frigider. Se consumă câte 50ml de două ori/zi cu 1/2 oră înainte de micul dejun şi cină.

## Hipertensiune

Se prepara un macerat la rece din: 3 linguriţe de vâsc uscat, 1 linguriţă de rozmarin la o cană (250ml apa).

Se lasă de seara până dimineaţa la temperatura camerei. Se beau 2 căni/zi dimineaţa şi seara timp de 1 lună.

Tinctură de talpa gâştei - se prepară din 20g plantă la 100ml de alcool de 70°. Se lasă la macerat 8 zile, după care se consumă câte 20-40 picături odată, de 3 ori/zi.

## Arterita obliterantă

Se pun la macerat timp de 14 zile în 750ml alcool de secara (sau alcool de 38-40°) următoarele: 10g aloe frunze zdrobite, 5g răşină de brad, 2g şofran, 10g flori de salcâm, 10g foi de dafin, 10g troscot, 10g genţiană, 10g frunze de frasin, 5g fenicul, 5g rădăcină de scaiete, 10g angelică, 10g boabe de ienupăr pisate. Sticla se pune aproape de o sursa de căldură şi se agita zilnic. După 14 zile se strecoară şi se pune în sticluţe mici de culoare închisă. Se ia câte o linguriţă de 3 ori/zi înaintea meselor principale cu 15-20 minute. Se ţine regim fãrã carne de porc, grăsimi, alcool, cafea, tutun, oţet, zahăr, pâine albă.

## Ateroscleroză

Se ia zilnic 1 lingură ulei de nucă (se procură de la plafar).

## Vin pentru ateroscleroză, hipertensiune şi pietre la vezica urinară

Se macerează 10 zile, 100g praz tocat într-un litru de vin alb natural. Se beau 50ml în fiecare dimineaţă după micul dejun.

## Arterita, boli de circulaţie

Se curăţa 4 căţei de usturoi, se pun într-o ceaşcă şi se toarnă peste ei o lingură de ulei de măsline presat la rece. Se adaugă puţin pătrunjel verde şi o frunză de dafin. Se lasă la macerat amestecul pe timpul nopţii. Se consumă preparatul dimineaţa pe stomacul gol cu o felie de pâine prăjită, timp de 3 luni.

## Curăţarea vaselor sanguine

Se foloseşte un amestec de plante: sunătoare, muşeţel, siminoc, muguri de mesteacăn.

O lingură de plante se infuzează 20 minute în 0,5 litri apă clocotită. 250g din cantitate se beau dimineaţa pe stomacul gol (se poate adăuga o linguriţă de miere), 250g se beau seara la culcare. Procedura se repeta 21 de zile.

## Curăţarea vaselor (vene şi artere)

Se amestecă următoarele: un pahar de seminţe de mărar, 2 linguri de rădăcină de valeriană mărunţită şi 2 pahare de miere naturală. Se pun toate într-un termos, şi peste ele se toarnă până la 2 litri de apă clocotită. Se păstrează 24 de ore în termos, apoi se strecoară. Se ia pe parcursul zilei câte o lingură din 30 în 30 de minute până la terminarea lichidului.

## Curăţarea sângelui

Se consumă leurdă în fiecare zi în salata timp de 2-3 săptămâni. - Se iau câte 30 picături de tinctură de nuci verzi de 2 ori/zi în câte un pahar cu apă sau ceai, dimineaţa şi seara înainte de masă. - Se beau ceaiuri de păpădie.

Una din mesele de peste zi să fie numai o salata de crudităţi, cel puţin 3 săptămâni.

Se face cura anuala cu urzici.

## Circulaţia sângelui

Se prepara vinul de salvie: 80g salvie + 1 litru vin alb sec (curat) se lasă la macerat 8 zile. Se filtrează. Se beau 100ml înaintea meselor principale de 3 ori/zi. În acest pahar (de 100 ml) se va amesteca zeama de la o lămâie. Se beau 3 ceaiuri/zi din amestecul de plante: coada-şoricelului, vâsc, cătină albă, în părţi egale. Ceaiul se prepară dintr-o linguriţă de amestec la 200ml apă clocotită (infuzie 10 minute).

# APARAT LOCOMOTOR

## Artroza

1. Se aplica o pastă obţinută din usturoi pisat amestecat cu apă, pe zona afectată.
2. Se amesteca 3 linguri de troscot cu 2 linguri de frunze de mesteacăn şi 2 linguri de fructe de măceş. Se pune amestecul într-un termos şi se toarnă deasupra un pahar de apă fiartă. Se lasă peste noapte, iar a doua zi se adaugă în infuzie 2 linguriţe de sare. Se înmoaie o cârpă curată de bumbac în aceasta infuzie, se stoarce şi se aplică pe locul bolnav. Se acoperă cu ceva gros şi se menţine câteva ore după care se repetă procedura. Tratamentul se face până la dispariţia bolii.
3. Se iau paie de ovăz, se toarnă o cantitate corespunzătoare de apă şi se fierbe 30 minute la foc mic. Se aplică cataplasme călduţe.
4. Se toarnă ulei de măsline peste frunze tinere de nuc şi se lasă timp de 3-4 ore, după care se aplica frunzele în 3-4 straturi pe locul bolnav.
5. Se aplică pe locul bolnav cataplasme cu ceapă tocată sau usturoi pisat.

## Artroză, spondiloză

1. Se face o cremă pentru masat locurile dureroase. Se pun la macerat frunze măcinate de dafin în apă rece 24 de ore. Se strecoară şi se adaugă o cantitate dublă de osânză de porc. Se pun la fiert în „bain-marie“ 4 ore. Se strecoară prin tifon şi se păstrează la rece.
2. Se pun comprese cu bitter suedez.
3. Se consuma zilnic 1 şi 1/2 litru de ceai de coada calului + urzică, în fiecare cană de ceai se pune câte o lingură de bitter suedez.
4. Se face cură cu tinctură de urzică timp de 5-6 luni, câte 10 picături într-o cană de ceai, de 3 ori/zi.
5. Se pun comprese cu frunze de varza zdrobite, în 2-3 straturi, de seara până dimineaţa.

## Lumbago

1. Frecţie locală cu unguent preparat din 100g maghiran uscat + 500g untură topită + 1/4 litru ulei de măsline. Amestecul se încălzeşte în „bain-marie“ timp de 3 ore.
2. Se aplica local sticle cu apă caldă, pernă electrică sau ventuze.
3. Se fac bai calde pentru jumătatea inferioară a corpului cu: infuzie de coacăze (2 pumni), ace de pin (2 pumni) la 5 litri de apă timp de 10 minute.

## Lombosciatică

1. Se consumă zilnic, timp de 6 luni câte 5 linguri de grâu încolţit sub formă de terci + o linguriţă de miere + o jumătate de linguriţă de drojdie de bere.
2. Se fac frecţii cu o jumătate de ceapă pe locurile dureroase.
3. Se beau 2-3 căni/zi de infuzie de soc (2 linguriţe la o cană de apă clocotită).
4. Se pun cataplasme cu hrean ras amestecat cu puţină apă şi făină integrală.
5. Se fac frecţii cu ulei de ienupăr.

## Gută, reumatism, artroză

3 felii de măr necurăţat de coajă se fierb într-un litru de apă timp de 15 minute. Se strecoară şi se bea cantitatea pe parcursul unei zile. Tratamentul se face 3 săptămâni. Se poate relua de 3 ori în cursul anului.

## Reumatism

1. Se fierb 10 minute: o ceapă mare tăiată fin, 4 linguri de ulei de măsline, 150ml apă şi 40g untură nesărată. Se bea foarte caldă mai multe seri la rând. După 2 ore, la culcare, se bea un decoct de cruşin (o linguriţă la cană, fiert 3 minute). Tratamentul se face o dată pe an timp de 7 zile.
2. Se pun 8 linguri de piper negru măcinat într-un litru de rachiu tare şi se lasă la macerat 5-7 zile. Se filtrează şi se masează cu această soluţie zonele dureroase de 2-3 ori/zi.

## Ciocuri pe coloană

1. Alifia de sânziene: 20g plantă uscată, bine mărunţită se pun la macerat timp de 12 ore în 30ml spirt sanitar, într-un borcan închis ermetic. Se adaugă 200ml ulei de măsline şi se ţine în „bain-marie“ timp de 3 ore, agitând vasul din când în când. Se lasă în repaus 3 zile, după care se filtrează. După filtrare, se pune într-un vas pe foc şi se adaugă 50g ceara de albine, amestecându-se continuu până se topeşte. După răcire, se păstrează la rece. Se fac fricţionări de-a lungul coloanei vertebrale în fiecare seară.
2. Tinctura din: 70g mărul lupului, 10g jojoba, 10g tătăneasă, 10g cimbru. Peste aceste plante, într-un borcan, se adaugă 500ml spirt sanitar. Borcanul se închide ermetic şi se lasă la macerat 15 zile, agitându-se din când în când. Se filtrează şi se păstrează în sticle de culoare închisă. Cu această tinctură se pun comprese pe zona afectată, ţinându-se de seara până dimineaţa.

## Osteoporoză, reumatism

Se prepară o soluţie din: 1/2 litri alcool medicinal + 50 aspirine pisate + 2 linguri de sare de lămâie. Se lasă la macerat 2-3 zile, agitând de câteva ori pe zi până se dizolvă complet. Cu acest preparat vă ungeţi seara locurile dureroase.

## Osteoporoză

Se amesteca 3 vârfuri de cuţit de piper negru cu un pahar de sare grunjoasă şi 1/2 litru de coniac. Se lasă la macerat 5 zile. Se pun apoi comprese cu aceasta soluţie pe locurile dureroase.

Se ia câte o linguriţă de tinctură de mărar diluată într-o jumătate de pahar cu apă de 3-4 ori/zi, minim 6 luni. Tinctura se prepară din 20 de linguri de seminţe de mărar care se amestecă cu 1/2 litru alcool alimentar de 70° şi se lasă la macerat 8 zile, după care se filtrează. Se păstrează în sticluţe mici, închise la culoare.

## Boala oaselor de sticlă (boala Lebstein)

Se pun seara la macerat într-un litru de apă (într-un borcan), la temperatura camerei, 500ml oţet de mere (de preferinţă preparat în casă) şi câte 25g de coada calului şi 25g troscot. După 12 ore se strecoară acest preparat şi se bea pe parcursul unei zile, îndulcit uşor cu miere naturală. Se foloseşte 10 zile/luna, minimum 6 luni.

## Leziuni ale coloanei vertebrale

Pentru masarea zonelor dureroase se foloseşte un ulei de măsline presat la rece combinat cu pulbere de ardei iute.

## Dureri ale coloanei vertebrale

Se amestecă o cană de hrean ras şi o cană de mălai şi se pun într-o bucată de material de bumbac. Se unge pielea cu osânză de porc şi apoi se aşează compresa. Se ţine 45 de minute. Se repeta cel puţin 3 zile.

## Monturi

1. Se tamponează în fiecare seară cu tinctură de iod.
2. Se fac bai calde la picioare cu un pumn de sare de Bazna la un lighean de apă. Volumul monturilor se reduce şi deseori cedează şi pintenii.
3. Într-un borcănel se pun 10 lame de ras peste care se toarnă un pahar de oţet din vin. Se lasă o lună până când oţetul îşi schimbă culoarea. Seara, se pune vată îmbibată în acest oţet pe monturi, apoi se prinde cu un leucoplast şi se pune o şosetă. Se lasă peste noapte să-şi facă efectul. Dimineaţa, vata se aruncă. Spălatul pe picioare este interzis până la terminarea tratamentului. Procedeul se poate repeta.

## Dureri de călcâie

Hrean ras foarte fin cu 2-3 picături de gaz (de lampă) se fixează pe locul dureros cu un bandaj obişnuit, apoi se aplică o şosetă. Se aplică de seara până dimineaţa. Se repeta până când durerea dispare. Dacă apare o alergie pe piele, se face pauza câteva zile, timp în care se unge locul cu alifie de gălbenele.

## Cârcei

Se umple un săculeţ de pânză cu pedicuţă uscată de la plafar. Se pune pe picioare sau unde apare cârcelul. Se doarme cu el. Pedicuţa din săculeţ se înlocuieşte cu alta după un an.

# ORGANELE DE SIMŢ

## Miopia

Se prepară o infuzie (10 min) dintr-o linguriţă de frunze de corn la o ceaşcă (150 ml) apă clocotită. Se strecoară lichidul, se răceşte şi se înmoaie în el un tifon sterilizat. Fãrã a-l stoarce se pune pe ochi timp de 20-30 minute şi se clipeşte din pleoape din când în când pentru ca lichidul să pătrundă înăuntru. Compresa se aplică alternativ 3 zile da şi 3 zile nu. Tratamentul se face 18 zile şi se poate relua după o lună. În această perioadă nu staţi în camere cu lumini fluorescente şi nu vă uitaţi la televizor. Dacă se observă o îmbunătaţire a vederii nu mai purtaţi ochelari.

## Blefarita

Se clătesc zilnic ochii cu suc proaspăt de morcovi.

## Toate bolile de ochi

1. În fiecare dimineaţă se pun în ochi câte 3 picături din propria urină proaspătă, colectată din jetul de mijloc.
2. În fiecare seară se pune în ochi o picătură miere diluată cu ser fiziologic (1:1).
3. Se consuma alimente bogate în vitamina A şi C.
4. Soluţie 5-10% de propolis în apă caldă - se pun 3-5 picături în fiecare ochi . (Se pisează propolisul uscat, apoi se dizolvă în apă caldă şi se filtrează).

## Oftalmie

Se fierb 100g frunze de viţă-de-vie în 300ml apă, timp de 15 minute. După răcire, se strecoară. Se fac spălaturi, de 3 ori/zi înmuind un tampon de vată în acest preparat. Acest ceai nu trebuie păstrat mai mult de 24 de ore.

## Boli de ochi

Este o reţetă practicată de vechii fenicieni descoperita pe tăbliţele din manuscrisul de la Cairo. Se iau 200g ficat de vacă şi se fierb în apă câteva minute, apoi se pune un prosop peste cap şi se face baie de ochi cu aburii ficatului timp de 10 minute, după care se stă cu prosopul pe ochi până se răceşte. Se repetă procedeul 10-14 zile. Rezultatul este foarte bun in: cataractă, miopie, prezbitism.

## Cataractă

1. Se pune câte o picătură de suc de pin în ochiul bolnav timp de 10-15 zile.
2. În fiecare zi, timp de o lună se mănâncă 3 morcovi cruzi dimineaţa pe stomacul gol.
3. Se bea zilnic 1 litru de suc proaspăt din morcovi, pătrunjel şi ţelină dimineaţa pe stomacul gol, de preferat între orele 7:00-11:00. Se poate mânca după oră 12:00.
4. Se face un amestec din: 20g silur, 20g valeriana, 20g muşeţel, 10g verbină şi 30g flori de soc. Se opăresc 5 linguri din acest amestec în 1/2 litru de vin alb. Aburul este lăsat să acţioneze asupra ochilor închişi.

## Conjunctivită

Timp de 2 săptămâni se pun comprese calde cu ceai de albăstrele şi concomitent se aplică, seara şi dimineaţa, pe gene o peliculă subţire de ulei de ricin.

## Glaucom ocular

O lingură de fenicul şi o lingură de pătrunjel se fierb în 100ml apă până scade la jumătate. Cu acest lichid se pun 3 comprese într-o zi. O lingură de rostopască se fierbe în 100ml apă până ce rămâne cam o lingură de lichid. Se pune pe ochi compresa înmuiată în decoctul de fenicul şi pătrunjel şi se lasă 5 minute, apoi se pun câte 2 picături din ceaiul de rostopască în fiecare ochi. De obicei, după 12 zile vindecarea este completă.

## Otită

1. Local se pun săculeţe calde cu sare sau mălai;
2. Propolis în soluţia alcoolică de 30°; se îmbibă o meşă de tifon şi se pune seara în ureche;
3. Bitter suedez combinat cu ulei cald de cimbru; Se picura 1-2 picături de ulei cald de cimbru în ureche, apoi după un minut bitter-ul suedez tot 1-2 picături.

## Hipoacuzia

Se introduce în ureche un tampon de vată subţire şi lung îmbibat în ulei de ricin (tamponul trebuie să ajungă cât mai aproape de timpan). Se ţine de seara până dimineaţa. Rezultatul se va simţi după primele 4-5 zile.

## Afte

Se badijonează gura de mai multe ori pe zi cu un decoct concentrat de afine: 10g la 1/2 litru apă, fiert 10 minute.

## Sinuzită

1. Inhalaţii cu muşeţel - masaj zilnic a frunţii, tâmplelor, nasului cu ulei de muştar
2. Se consumă hrean ras cu suc de lămâie câte o linguriţă de 2 ori/zi dimineaţa şi seara, după care, timp de 30 de minute nu se mănâncă şi nu se bea nimic. Tratamentul se poate face până la 1 an. Laptele şi produsele lactate se exclud din alimentaţia bolnavilor de sinuzita.
3. Se prepară un ceai din: cimbru, ienupăr, muguri de pin, coada şoricelului, tătăneasă, muşeţel, salvie în părţi egale. Se face infuzie dintr-o lingură de amestec la 250ml apă. Se lasă 3 minute. Se beau 3 căni/zi - ceaiul va fi călduţ şi îndulcit cu miere.
4. Se mestecă zilnic o lingură de cârpăceală de miere de albine. Extern, se pun cataplasme din cartofi cruzi daţi pe râzătoarea mare.

## Eliminarea polipilor

Se prepară un macerat de anason. 15g de anason se mărunţesc într-o piuliţă de lemn, se pun într-o sticlă şi se toarnă deasupra 100ml spirt medicinal. Totul se macerează 10 zile într-un loc întunecos, agitând periodic conţinutul. Când este gata, se strecoară maceratul care apoi se diluează cu apă distilată în proportie de 1:3 (o parte macerat cu trei părţi apă). Se pun 10 - 15 picături, de 3 ori/zi până la dispariţia polipilor.

## Psoriazis

1. Se prepară un unguent din untură de porc netopită (apăsată cu o lingură până când devine ca o pasta) şi tot atâta pucioasă (sulf). Pasta astfel preparată se ţine la întuneric. Se face apoi un ceai: 2 linguri de mărul-lupului la o cană cu apă se fierb 10 minute, apoi se strecoară. În fiecare seară se spală locul bolnav cu acest ceai călduţ, apoi după ce pielea se zvântă puţin, se unge cu unguentul cu sulf. Tratamentul se face până la vindecarea totală. În timpul tratamentului nu spălaţi cu săpun partea afectată de psoriazis.
2. Se unge cu ulei de seminţe de in zona afectată.
3. Alifie preparata din: suc de rostopască 5g sau suc proaspăt de nalbă 5g, amestecat cu 50g osânză de porc. Cu aceasta se vor unge de 2-3 ori/zi zonele afectate. - Se ung zonele afectate de 2-3 ori/zi cu urină proaspătă a persoanei bolnave timp de 10-15 zile. După o pauză de 10 zile se poate relua procedura. Se scoate din alimentaţie obligatoriu cartoful.
4. Se consumă infuzie de tătăneasă o cană/zi.
5. Se consuma infuzie de rostopască o linguriţă la 250ml apă clocotită. Se ia câte o lingură din 3 în 3 ore.
6. Se fac bai de cimbru, pelin, soc, busuioc, patlagină, gălbenele, urzică, cicoare, mesteacăn, coada racului.
7. Se face cură internă cu ulei de seminţe de in timp de 21 de zile câte 7 linguri/zi, apoi doza de întreţinere: 2 linguri/zi.
8. Baie generală cu sare grunjoasă în fiecare seară.
9. Plăgile se spală de 2-3 ori/zi cu infuzie de gălbenele şi se ung cu o alifie preparată din: câţiva căţei de usturoi proaspeţi, curăţaţi de coaja şi zdrobiţi, amestecaţi cu puţin ulei de susan până se obţine o pastă omogenă. Acest tratament stopează evoluţia bolii şi plăgile ȋncep să se restrângă.

## Boli de piele grave, psoriazis, acnee

Timp de 30 de zile se ia tinctură din boabe de soc. În prima zi se ia o linguriţă diluată în jumătate de pahar cu apă dimineaţa pe stomacul gol. În a doua zi , se iau 2 linguriţe,......., până în a şaptea zi când se iau 7 linguriţe şi se menţine această doză până în a 30-a zi.

**Prepararea tincturii**: se stoarce un suc din fructele de soc neajunse complet la maturitate (au culoare roşie spre violet). Sucul se combină în proporţie de 1:1 cu alcool alimentar de 90°, apoi se pune în sticle mici închise la culoare. Preparatul are acţiune de dezintoxicare extrem de puternică, favorizând vindecarea acestor boli.

## Ceai pentru psoriazis

Se face un amestec în părţi egale din: cimbrişor, coada calului, gălbenele, trei fraţi pătaţi, urzică. Se face infuzie dintr-o linguriţă la o cană (250 ml) apa, 10 minute. Se bea 1 şi 1/2 ceai/zi.

## Ceai pentru tratamentul extern al psoriazisului

Se face un amestec din: 40g coaja de salcie, 40g scoarţă de stejar, 20g seminţe de in, 20g flori de arnică, 20g flori de gălbenele, 20g flori de ventrilică, 20g flori de lumânărică, 20g rădăcină de scai, 20g fructe de ienupăr. Se pune o lingură de amestec în 300ml apă clocotită. Se lasă 15 minute la infuzat. Se strecoară. Se înmoaie bucăţi de tifon în infuzia călduţă, se storc şi se aplică pe zonele afectate. Compresele se schimbă o dată la 30 minute.

## Lupus eritematos şi tuberculos

Este o boală autoimună, de piele. Se fierbe în 3 litri de apă timp de 30 de minute următorul amestec: rostopască 5g, mărul-lupului 3g, gălbenele 70g, plop negru 40g. Cu el se fac spălaturi locale şi se pun comprese de 3 ori/zi. Pentru consumul intern, se fierbe un amestec 30 minute într-un litru şi jumătate de apă din: rostopască 3g, mărul-lupului 1g, gălbenele 10g, plop negru 21g. Se beau câte 50ml de ceai, de 3 ori/zi, înaintea meselor cu 30 de minute.

## Acnee juvenilă

Se consuma 1 litru ceai de urzică/zi. Dimineaţa şi seara se aplică pe faţa umezită oţet de hrean şi se lasă să-şi facă efectul 10 minute. Se clăteşte apoi faţa cu apă călduţă.

**Prepararea oţetului de hrean**: se introduce hrean ras într-o sticlă şi se toarnă peste el oţet de fructe. Se lasă 10 zile la temperatura camerei. Se strecoară şi se păstrează la rece.

## Eczeme

1. Comprese locale cu apă de mare (apă în care s-a dizolvat sare de mare) sau cataplasme reci cu suc de cartofi.
2. Se beau 3 căni de infuzie de trei-fraţi-pătaţi (o linguriţă de plantă la o cana de apă clocotită, infuzat 10 minute).
3. Se face o pastă din frunze proaspete de busuioc şi puţin ulei de măsline presat la rece. Se aplică pe zona afectată.
4. Se face o pastă din scorţişoară şi suc de lămâie şi se pune zilnic pe locul afectat.

## Eczeme, herpes şi arsuri

Se foloseşte „ulei de gălbenuş de ou“. Se iau gălbenuşurile de la câteva ouă fierte tari, se înţeapă cu o sârmuliţă şi se ţin deasupra unei flăcări de lumânare. La suprafaţa gălbenuşurilor apar nişte picături. Acestea sunt folosite ca „ulei“ pentru ungerea locurilor afectate. Se aplică seara la culcare.

## Vitiligo

Suc de ţelină, se beau câte 100g la prânz şi câte 100g seara, cu 1/2 oră înainte de masă. Cu tinctura de ţelină se ung zonele depigmentate. Ea se prepara prin macerare timp de 10 zile a frunzelor şi rădăcinii rase de ţelină în palincă.

## Acnee

Se spală tenul cu un decoct 10 minute, din 2 linguriţe la 300ml apă din amestecul de plante: ţintaură, coada-calului, iederă, pelin, mentă, gălbenele la care se adaugă 6 linguri de oţet de mere după răcire. După zvântare se tamponează uşor pielea cu tinctura de propolis 15 %. Seara, se masează pielea obrazului cu o cremă pe baza de propolis.

## Coşuri şi acnee

Se pune pastă de mentă (obţinută din frunze proaspete) pe zonele afectate şi se lasă peste noapte.

## Herpes

Se ung locurile afectate cu muguri de plop fierţi în untură (osânză) şi ceară de albine. Se unge cu albuş de ou bătut spumă locul afectat de 5-7 ori/zi şi herpesul dispare.

## Bube dulci

Morcov copt şi sfărâmat se aplică pe bube.

## Zona Zoster

Se topesc într-un vas 100g ceară curată de albine, 50ml ulei de măsline, 25g răşină de brad şi 250g unt, uleiul se adaugă la final. Compoziţia se strecoară, apoi se amestecă cu o spatulă de lemn până la răcire. Crema se păstrează la rece în recipiente de sticlă. Se foloseşte de 3 ori/zi punându-se un strat subţire pe locurile afectate de boală. Intern se iau 20 picături de tinctură de propolis diluată, de 3 ori/zi înainte de masă.

## Pistrui

1. Se tamponează pistruii cu suc de pătrunjel
2. În 2-3 linguri de ulei de măsline se fierb câteva frunze de spanac, bine mărunţite, până se înmoaie. Se aplică sub forma de masca pe fata timp de 30 de minute.

## Inflamaţii ale pielii

Se fierb puţin în ulei lăptuci proaspete. Se pun cataplasme pe piele de 2-3 ori/zi câte 20 minute.

## Răni, arsuri, acnee

Se prepară o alifie din: gălbenele 50g, patlagină 50g, pelin 25g, rădăcină de tătăneasă 25g. Plantele se fierb în osânză de porc 15 minute. Se lasă să stea o zi preparatul, iar a doua zi se încălzeşte în „bain-marie“ şi se strecoară şi se păstrează la rece. Se ung zonele afectate.

## Pecingine

Se unge zona afectată cu suc proaspăt de nucă verde.

## Răni cu puroi

Se spală locul afectat cu decoct concentrat de pelin.

Ihtioză (nehidratarea pielii)

Se ung regiunile afectate de 3-4 ori/zi cu ulei de cătină albă.

## Întreţinerea tenului

1. Se ia câte o linguriţă de drojdie de bere uscată de 3 ori/zi câte 2 săptămâni, pauză 10 zile, apoi alte 2 săptămâni ş.a.m.d.
2. Se rade o sfeclă roşie şi se amestecă cu iaurt. Se pune o mască pe faţă şi se lasă să se usuce. Se îndepărtează cu apă caldă.
3. Se curăţă câţiva cartofi şi se rad pe râzătoare mică. Pasta se întinde pe obraz şi frunte, iar cojile se aşează pe nas. Se lasă să acţioneze o oră, apoi se spală faţa. Pielea se catifelează şi ridurile dispar.
4. Tenul iritat se spală cu apă de ploaie în care a stat un pumn de tărâţe de grâu câteva ore.
5. Pentru iritaţii ale tenului însoţite de mâncărimi, se fierbe o legatură de mărar verde într-un litru de apă. După răcire, se spală cu lichid locurile afectate.

## Prevenirea ridurilor

Se amestecă foarte bine: 90g faină de orz, 35g miere şi un albuş bătut spumă. Se aplica pe faţă şi se lasă 10-15 minute. Se spală cu apă călduţă.

## Alergii însoţite de mâncărimi ale pielii, dermatite

Două linguri de ţelină rasă se pun în 200ml apă rece, se acoperă vasul pentru 2 ore la temperatura camerei. Lichidul obţinut se bea în cursul zilei în câteva doze.

## Răni

Se prepară o cremă astfel: se amestecă răşină de pin şi untură în părţi egale şi se fierb în „bain-marie“. Se ung zonele afectate.

## Urticarie

1. Se aplică pe piele de 2-3 ori/zi Propolis-spray 10%, după care se unge cu cremă de propolis.
2. Se bea infuzie din rădăcină de brusture. Se prepară din 15g pulbere de rădăcină la 300ml apă clocotita timp de 30 minute. Se bea o cană /zi.
3. Infuzie de coacăz-negru, 5g la 200ml apă clocotită, 10 minute. Se beau 2-3 căni/zi.
4. Se pun local cataplasme cu infuzie din muşeţel, trei-fraţi-pătaţi şi păpădie.

## Celulită

Se pun la macerat într-un vas: 30g boabe de ienupăr, 20g trei fraţi pătaţi, 20g creţuşcă, 10g frunze de salvie, 10g flori de soc în 750ml spirt sanitar. Se acoperă vasul şi se lasă timp de 2 săptămâni într-un loc întunecos şi rece. Se agită maceratul zilnic cu o lingură de lemn. Se filtrează printr-un tifon curat şi se pune preparatul în sticluţe închise la culoare. În fiecare seară, după dus, se agită recipientul. Se umezesc palmele şi se fricţionează abdomenul, coapsele şi picioarele timp de 10-15 minute cu aceasta soluţie. Se repeta zilnic 4-5 săptămâni, sau cât este necesar.

## Crăpături sângerânde şi dureroase ale călcâielor

O cutie de alifie de gălbenele se amestecă toată cu ceapă dată pe râzătoarea mică. Se ţine la frigider şi vă ungeţi în fiecare seară tălpile şi călcâiele, apoi va culcaţi cu şosete.

## Bătături

1. ceapă tăiată în două se coace pe o tablă la flăcără de aragaz, apoi se stropeşte cu oţet (preferabil de mere). Se aplică pe bătătură, se fixează cu un pansament şi se ţine timp de 12 ore.
2. Se unge bătătura cu ulei de ricin, după care se aplică un pansament cu propolis topit la foc.
3. Se pune seara pe bătătură un pansament cu coajă de lămâie pe care a rămas şi puţin miez.

## Micoză la unghii

1. Se face o cafea tare şi se înmoaie degetele bolnave în mod repetat de 5-10 ori/zi câte 10 minute.
2. Se bagă degetele într-un vas cu oţet diluat 1:1 cu apă, dimineaţa, la prânz şi seara câte 1/2 oră.
3. Seara la culcare se pune o vată cu oţet pe unghiile bolnave înfăşurându-le în plastic. Dimineaţa se râcâie partea moartă a unghiei. Se repeta până la vindecare. Într-o luna cresc unghii sănătoase.

## Îngrijirea mâinilor

Se amestecă bine: 3 linguri glicerină, 1 linguriţă miere, o jumătate de pahar de apă, o linguriţă amoniac, un vârf de cuţit de borax. Se agită înainte de întrebuinţare.

## Panariţiu

Se pune frunza de aloe tăiată şi se leagă degetul.

Se pune zahăr pudră pe locul cu puroi. Zaharul absoarbe secreţiile şi distruge mediul prielnic înmulţirii microbilor.

Se îmbibă în tinctură de propolis o compresă şi se pune pe locul bolnav, apoi se înveleşte cu o folie de plastic.

## Ciupercă pe tălpi

Timp de 10 zile se pune pe suprafaţa afectată puţină vată înmuiată în albuş de ou. Este de preferat să se stea cu ea toată noaptea. Ciuperca se va sufoca şi pielea se va vindeca frumos.

## Negi plantari

Se ung cu ulei de ricin.

Se masează cu sare de bucătărie.

Se masează cu coaja verde de nucă.

Se tamponează cu tinctură de rostopască.

## Negi pe limbă şi amigdale

Gargară şi spălaturi bucale de 3 ori/zi timp de 15-20 minute, fiecare repriză se face dintr-un amestec de: 5ml tinctură de propolis cu 5ml infuzie de gălbenele. Tratamentul durează 21 de zile. De 2 ori/zi timp de 45 de minute se ţine în gură ulei de ricin. Se continuă tratamentul până la dispariţia totală a formaţiunii.

## Arsuri şi degerături

Se ung zonele afectate cu ulei de cătină (se procură de la Plafar).

## Reţete împotriva căderii parului

1. Se pregăteşte un decoct din 30g rădăcini mărunţite de brusture la 1 litru de apă. Se fierbe până scade la jumătate şi se freacă zilnic pielea capului.
2. Se amestecă pulbere râşnită din coada-şoricelului sau pulbere râşnită din tulpină de in cu ulei de măsline. Se freacă zilnic pielea capului cu acest amestec.
3. Se aplică pe pielea capului un amestec dintr-o lingură de alcool de 40° şi un gălbenuş de ou crud. După 40 de minute se clăteşte parul cu apă caldă.
4. Se prepara o tinctură de ardei iute (20g de pulbere de ardei iute în 100ml alcool 40° timp de o săptămână). Se fac frecţii cu ea de 2-3 ori/săptămână masând rădăcina parului.
5. Se amestecă o ceapă rasă pe râzătoarea mică cu o lingură de ulei de ricin şi 10ml vitamina A. Zilnic se pun comprese timp de 5 ore. Se spală apoi părul cu apă caldă.
6. Se face un amestec din 100g urzică, 2 linguri oţet în 500ml apă care se fierb 30 de minute. Se masează pielea capului zilnic, timp de o săptămână.

## Dureri de dinţi

Se fricţionează gingia cu o bucăţică de slănină de porc timp de 15-20 minute.

Se face un amestec de ceaiuri din: tătăneasă, muşeţel, coada-şoricelului şi pelin în părţi egale. Se folosesc 2 linguriţe de amestec la 200ml apă şi se fierb 30 de minute la foc mic. După răcire se face gargară şi se ţine în gură cât se poate de mult, după care se aruncă.

## Sângerări ale gingiilor

Se face o infuzie concentrată dintr-o linguriţă de scorţişoară la o cană de apă clocotită, timp de 15 minute. Se fac clătiri ale gurii de 2-3 ori/zi.

## Paradontoză

1. Se face un amestec de plante în părţi egale din: muşeţel, salvie, coada-calului, turiţă mare. Se infuzează 10 minute o linguriţă din amestecul de plante la 200ml apă. Se strecoară şi se pune o lingură de tinctură de nuci verzi. Se clăteşte gura prelung şi se aruncă.
2. Se vor lua de 3 ori/zi câte 40 de picături (o linguriţă) de tinctură de propolis. Se ţin în gură 5-10 minute, apoi se înghit.
3. Se sug 4-6 tablete/zi de PROPOSEPT (preparat apicol).
4. Se vor mesteca zilnic 4-5g de propolis, care se vor înghiţi ulterior până la vindecare.
5. Se mestecă zilnic rădăcină de hrean.

## Durere de măsea

Se pisează o cuişoară şi se pune la măsea. Efectul anesteziant este aproape instantaneu.

## Aluniţe, semne din naştere, dereglări de pigment, keratoză senilă (pete de bătrâneţe), negi şi hemangioame

Frunze de cedru sau chiparos, se spală, se taie mărunt şi se umplu cu ele o sticlă până la gat. Se completează cu rachiu de secara de 38°-40° şi se lasă la macerat 10 zile la soare sau lângă calorifer. Cu această tinctură se tamponează locul afectat (semnul) de mai multe ori/zi.

# GLANDELE ENDOCRINE

## Fortificarea sistemului imunitar

Se pune într-o ceaşcă drojdie de bere alimentară cât o nucă şi o cantitate egală de miere, deasupra. Se lasă să stea 10 minute, apoi se amestecă bine. Se mănâncă dimineaţa şi seara înainte de mese 4 zile/lună.

## Anemie

Se prepară un lapte tonifiant: Într-un vas de sticlă se pun următoare alimente: 1/2 litru lapte dulce, 4 linguri drojdie de bere, o ceaşcă de lapte praf degresat, o lingură de miere de albine. Se amestecă până se dizolvă mierea complet. Se mai adaugă 1/2 litru lapte proaspăt. Se bea o cană între mese şi una seara la culcare. Cantitatea ajunge pentru 2 zile. Drojdia folosită trebuie să fie proaspătă. Tratamentul se face câte 10 zile cu 10 zile pauză.

## Tonic general

Se umple o sticlă de 0,5 litri cu usturoi pisat peste care se adaugă alcool. Se păstrează preparatul două săptămâni la căldură, după care se strecoară. Doza: o dată/zi, înainte de masă începând cu 2 picături şi adăugând în fiecare zi câte o picătură până se ajunge la 25 de picături. Apoi se micşorează doza descrescând în fiecare zi cu o picătură până se ajunge la 0 picături. Tratamentul se face de 2 ori/an.

## Tonic pentru sistemul imunitar

1. Tonic pentru sistemul imunitar - Timp de 3 săptămâni se bea în fiecare dimineaţă sucul obţinut prin mixare de la 3 căţei de usturoi pe stomacul gol. Nu se mănâncă nimic până la prânz. Se face cura o dată pe an, de preferat iarna.
2. Se prepară un macerat din usturoi astfel: se curăţă 2 căţei mari de usturoi, se pisează bine şi se pun în 250ml vin alb. Se lasă la macerat o săptămână. Se ia în fiecare dimineaţa timp de o săptămână câte o linguriţă de macerat pe stomacul gol.

## Tonic general şi îmbunătăţirea circulaţiei sangvine

Se face un suc (mixat) din 2 morcovi mari, 2 căţei de usturoi şi o rădăcină de pătrunjel. Se bea în fiecare dimineaţă pe stomacul gol timp de 10 zile.

## Tonic pentru sistemul imunitar şi pentru întărirea memoriei

Se pun într-un borcan de 800g: 1/2 kg miere, 100g sâmburi de nucă mărunţiţi şi 3 linguri de polen. Se lasă borcanul la întuneric 7 zile. Se ia câte o linguriţă de 3 ori/zi după fiecare masă.

## Carenţe vitaminice, anemie, rahitism, convalescenţă, bătrâneţe, boli grave

Sucul din 2 kg de lămâi se amestecă cu pulberea obţinută din râşnirea a 10 coji de ouă de ţară. Se păstrează într-un borcan la loc întunecos timp de 10 zile, amestecându-l o dată pe zi cu o spatulă de lemn. După această perioadă, se strecoară prin tifon. Separat se sparg 10 ouă, se bat bine şi se toarnă peste sucul proaspăt strecurat. Se mai ţin încă 5 zile amestecându-l o dată pe zi. Apoi, se va turna în borcan 1 kg miere polifloră amestecându-se zilnic de 2-3 ori cu o spatulă de lemn. Spuma care se formează se aruncă timp de 3 zile. Se adaugă apoi 1 kg de nucă măcinată, 100ml alcool de 40°. Se va pune amestecul în borcane mici care se închid ermetic şi se păstrează la frigider. Produsul se va consuma în 30 de zile. Ce nu s-a consumat se va arunca. Se administrează: - la copii: o linguriţă de 3 ori/zi - la adulţi: o lingură de 3 ori/zi. Cei slabi vor lua la 30 de minute după masă. Cei graşi vor lua chiar înainte de masă, tăind în acest fel pofta de mâncare. Singurii care nu au voie să consume produsul sunt bolnavii de diabet.

## Scăderea colesterolului

De 3 ori/zi se înghite câte o linguriţă de boabe de muştar cu 30 minute înainte de masă. După 3 săptămâni, colesterolul ajunge la limita normală, iar după 3 luni se normalizează lipidele. Acest tratament cu seminţe de muştar, este foarte bun şi în tratarea ulcerului gastric.

## Diabet

1. Infuzie din următorul amestec: 4 linguri coacăze negre, 3 linguri frunze de mesteacăn, 3 linguri fumăriţă şi 3 linguri de eucalipt. O linguriţă de amestec se opăreşte în 200ml apă şi se infuzează 3 minute. Se bea dimineaţa pe stomacul gol.
2. Decoct 5 minute la 200ml apă din: 3 linguri sclipeţi, 2 linguri teci de fasole. Se bea cantitatea pe parcursul unei zile.
3. Se bea zilnic, pe stomacul gol, timp de 10 zile sucul de la 3 cartofi cruzi. Se face o pauză de 20 de zile, apoi tratamentul se reia. În zilele de pauză, se consuma sucurile următoare alternativ, o zi unul, o zi altul:

- 750ml suc de morcov + măr

- 750ml suc de morcov + varza

## Pancreatită

Se pune o linguriţă de rădăcină de obligeană sfărâmată în 1/4 litru de apă rece şi se lasă de seara până dimineaţa. Conţinutul se încălzeşte dimineaţa în „bain-marie“, se strecoară şi se bea câte o înghiţitură înainte şi după mese. O cură durează 3 săptămâni, după care se face pauză 10 zile şi se poate relua. Principalul element chimic al pancreasului este potasiul, deci, se recomandă consumul de legume bogate în potasiu: ţelină, pătrunjel, dovleac, fasole verde-sub formă de supe sau piureuri.

## Obezitate

Se amestecă într-un vas de porţelan 440g miere lichidă cu 500ml oţet de mere şi 9 căţei de usturoi curăţaţi şi pisaţi. Se lasă totul la macerat 5 zile. Preparatul se agită zilnic şi vasul se ţine acoperit. Se ia câte o lingură de preparat dimineaţa şi una seara înainte de masă. Acest tratament durează minimum 6 luni, timp în care nu se consuma pâine.

## Guşă

1. Se pun frunze de varză zdrobite pe gât şi se ţin toată noaptea.
2. Se beau 2 căni (500 ml) suc de varză dimineaţa, pe stomacul gol, în decurs de 2 ore.
3. Se pun cataplasme groase de argilă pe gât şi se ţin toata noaptea.
4. Se bea un litru de ceai de sânziene/zi.

## Hipocalcemie

Se consumă zilnic 1 litru de suc din: 750ml suc de gulioară + 250ml suc de morcov, dimineaţa pe stomacul gol, într-un interval de 2 ore. După terminarea de ingerat a sucului, pentru ca el să se asimileze bine, timp de o oră nu se consumă nimic.

Se face cură cu argila timp de 3 luni.

Se beau ceaiuri simple sau combinate în părţi egale din: cătină, măceşe, zmeură, coada-calului.

Se face o cură cu grâu încolţit 4-5 linguri/zi, cel puţin 3 luni.

Se consumă zilnic o salată de crudităţi din: rădăcină de ţelină, morcov, puţin măr, puţină zeamă de lămâie, o legatură de pătrunjel la care se adaugă două linguri de orez fiert. Salata nu se consumă cu pâine.

# APARATUL RESPIRATOR

## T.B.C. - cu cavernă

12 ouă cu coajă cu tot se ţin timp de 12 ore în suc natural de lămâie (trebuie să le acopere), apoi se bat bine, se amestecă cu 1 kg de hrean curăţat de coajă şi dat pe râzătoare, 1 litru de ţuică naturală tare (palincă de prune), 1 kg miere. Amestecul se ţine la macerat timp de 9 zile, după care se ia zilnic câte un păhărel (100 ml), după mesele principale.

## Supuraţie cronică pulmonară

1. Cură cu usturoi: 80 căţei de usturoi pisaţi se pun în 200ml apă clocotită, într-un vas emailat bine acoperit. După 1 minut se ia de pe foc, se lasă acoperit să se răcească. Toată cantitatea se bea pe parcursul unei zile, câte o linguriţă din timp în timp. Se face o cură de 20 de zile. După o pauză de 10 zile se poate relua.
2. Se beau 3 căni/zi de infuzie de busuioc, o linguriţă la cana.
3. Se bea o cană de ceai de podbal/zi - infuzie o linguriţă la cană.
4. Vin de tătăneasă: 5 rădăcini de tătăneasă proaspătă spălate şi tăiate fin se vor lasă 5 săptămâni într-un litru de vin alb natural. Se beau câte 100ml de 3 ori/zi cu 1/2 oră înainte de masă.
5. 40 căpăţâni de arpagic se opăresc cu apă fiartă (apa cât să le acopere). Se lasă la răcit cu capac, se scurge apa şi se acoperă arpagicul cu 1/2 litru ulei de măsline. Se freacă până se obţine un piure, din care se ia câte o linguriţă dimineaţa şi una seara înainte de masă.
6. Tinctură de propolis: câte 40 picături de 3 ori/zi într-un pahar cu lapte cald cu o oră înaintea meselor.

## Inflamaţii ale căilor respiratorii

Se prepară un sirop de propolis pentru: bronşite, traheo bronşite, tuse, astm. Se fierb 5g propolis în 200ml apă la foc mic până ce scade la jumătate. Se strecoară şi se adaugă 500g miere amestecându-se până la omogenizare. Se iau 4-6 linguri /zi. Preparatul este valabil 2 săptămâni la frigider.

## Bronşită astmatică

Se prepară reţeta din: 1 kg morcovi (raşi pe râzătoarea mare), 1 kg zahăr, drojdie cât o nucă şi 3 litri apă. Se pun toate într-un borcan, se amesteca până se topeşte zahărul şi se aşează aproape de o sursă de căldură. Se lasă 3 săptămâni acoperit cu o hârtie la gură, ca să nu între praful. Compoziţia nu se mai amestecă. În timpul macerării, morcovii se mişcă prin borcan în sus şi în jos, iar când medicamentul este gata, se aşează pe fundul borcanului. Lichidul se limpezeşte. Se strecoară şi se trage în sticle. Se ia de 3 ori/zi înainte de mesele principale câte un păhărel de 100 ml. După ce lichidul se termină, tratamentul se poate repeta la un interval de 3 săptămâni.

## Silicoză

Se prepară infuzie de podbal 2 linguriţe la 250ml apă. Se beau 3 căni/zi. În timpul tratamentului se recomandă ingerarea de 3 ori/săptămână a câte 2 linguriţe de hrean ras mărunt amestecat cu 4 linguriţe de miere. Acest tratament durează maxim 4 luni.

## Bronşită

Se prepară un sirop contra bronşitei astmatice şi anginei pectorale. Se pun într-un vas la macerat timp de 7 zile următoarele ingrediente: 1 kg miere, sucul de la 10 lămâi şi 10 căpăţâni de usturoi date prin maşina de tocat. Se iau câte 4 linguriţe/zi.

## Bronşită, gripă

Se pun într-un litru de apă coaja de la o portocală şi 4 frunze de dafin. Se lasă la macerat 4 ore, se filtrează şi se bea pe stomacul gol în mai multe reprize. Acest preparat scade febra, elimină durerile de cap şi ajută la o refacere rapidă.

## Tusea

Se fierb până ce apă scade la jumătate în 300ml apă următoarele: o lingură de chimen, o lingură floare de tei, 2 cepe mici, 6 nuci şi 2 linguri de zahăr. Se strecoară. Seara se iau câte 5 linguri, una la interval de 10 minute de cealaltă. Se repetă, dacă e cazul, a două şi a treia zi.

## Bronşită cronică, tuse, răguşeală

Se amesteca un pahar suc de ridiche neagră cu un pahar miere. Preparatul se păstrează la frigider. Se iau 2 linguri de 3 ori/zi.

## Tuse convulsivă

Se prepară siropul de ridiche neagră: se aşează într-un borcan straturi alternative de rondele de ridiche neagră şi zahăr. Se formează până a doua zi un sirop abundent. Se iau 4-6 linguri din acest sirop zilnic. Siropul este în acelaşi timp şi un foarte bun fortifiant împotriva oboselii.

## Boli de plămâni (bronşită, pneumonie, T.B.C., etc.)

Se prepară apă de sfeclă: se iau 2 borcane de 10 litri fiecare, 2 kg de sfecla roşie curăţată, se dau pe râzătoarea mare după care se pun într-un borcan peste care se toarnă apă clocotita până se umple borcanul. Începând cu a doua zi se consumă numai acel lichid în loc de apă (1 1/2 - 2 litri/zi). Când lichidul este pe sfârşite, pregătim cel de al doilea borcan. Tratamentul nu trebuie întrerupt 3 luni.

## Astm

Se fierb 3 căţei de usturoi pisaţi într-o cană de lapte 5 minute şi se bea amestecul înainte de culcare timp de 21 de zile.

## Astm bronşic

400g usturoi pisat se amestecă cu sucul de la 24 de lămâi într-un borcan, se acoperă ermetic borcanul şi se lasă 24 de zile; se agită înainte de folosire. O linguriţă de amestec se pune în 100ml de apă şi se bea seara înainte de culcare. După 10-14 zile boala scade în intensitate foarte mult.

Se fierbe lapte de capră cu flori şi frunze de păstârnac, timp de 10-15 minute, la foc mic. Se ia de pe foc şi după 30 de minute se beau câte 100-200 ml, de 3-5 ori/zi.

125g de seminţe de in puse într-un tifon se fierb în 400ml apă la foc mic până se obţine un lichid gros. Lichidul obţinut se amestecă cu sucul de la 4-6 lămâi (funcţie de mărimea lor), se pune într-un borcan închis la culoare şi se păstrează la rece. După 3 zile se ia câte o linguriţă de preparat de 6-8 ori/zi.

## Laringită

500g suc de varză roşie, 3g şofran, 500g miere se fierb până la obţinerea unui sirop. Se ia câte o lingură de 3-4 ori /zi.

## Dureri de gât

Se prepară un sirop astfel: 6 linguri de zahăr caramelizat (ars în crăticioară), se sting cu o cană de apă. Se fierbe timp de 10 minute împreună cu o ceapă mică (necurăţată de coajă), o nucă în coajă (spălată şi spartă), o linguriţă de seminţe de chimen şi 3 frunze de dafin. După cele 10 minute se ia de pe foc, se ţine vasul acoperit până la răcirea lichidului, care se strecoară, se pune într-o sticlă şi se ţine la rece. Se iau o dată pe zi 5 linguriţe, între mese, până când siropul se termină.

## Tuse rebelă

Se prepară un ceai din ştiuleţi de porumb. Se spală un ştiulete cu boabe cu tot (de preferinţă cu cocean roşu), indiferent de soi, indiferent de anotimp. Se pune la fiert într-un litru de apă. Când lichidul începe să se coloreze, se strecoară şi se bea. Ceaiul se bea călduţ, timp de 2-3 zile, în loc de apă.

## Bronşită

O ceapă tăiată mărunt se fierbe cu 250ml alcool rafinat, pe foc foarte mic, până când spirtul se evapora complet, iar ceapa se îngălbeneşte puţin. Se adaugă: 250g zahăr, 250g miere de albine, 250g unt, 250g ulei de floarea soarelui. Se fierb până se obţine un sirop uşor legat (aproximativ 800g). Se strecoară şi ceapa se aruncă. Se adaugă 30-40 de picături de tinctura de propolis când produsul s-a răcit. Se iau 3 linguriţe/zi pentru copii şi 3 linguri/zi pentru adulţi.

## Răguşeală, pierderea vocii, infecţii ale gingiei

Se pun 10 frunze de dafin într-o cană cu apă clocotită. Se lasă la răcit, după care se fac gargară şi clătiri ale gurii cu acest preparat. Tratamentul este mai eficient dacă este repetat de 3 ori/zi.

# APARATUL URINAR

## Infecţie urinară

Se amesteca în părţi egale: splinuţă, drăgaică, urzică. Se face infuzie din 4 linguriţe de amestec la 1 litru de apă. Se beau cele 4 căni înghiţitură cu înghiţitură într-o zi. În fiecare din ele se adaugă o linguriţă de bitter suedez. Tratamentul durează 21 de zile.

## Cistită

1. Ceai de muguri de plop, 3 căni/zi dintr-o infuzie de 2 linguriţe la cană. Se consumă zilnic 2 linguriţe de oţet de mere diluate în ceai.
2. Ceai din crenguţe de vişin. Se curăţă numai coaja de pe crenguţe şi se prepară un ceai fiert 3 minute. Se bea o cană pe zi.
3. Ceai de busuioc, 2-3 căni pe zi. Se consuma călduţ.
4. Ulei de coriandru: 3 picături în ceai de 2 ori/zi timp de 4 zile. Pentru crizele de colibacili se măreşte doza de ulei de coriandru la 3 reprize/zi timp de 10 zile.

## Dizolvarea pietrelor la rinichi

Tămâia de smirnă granulată şi de culoare alb-gălbui (nu cea cu arome) este un leac foarte bun pentru dizolvarea pietrelor şi restabilirea echilibrului ionic în organism. Se iau câte 3 boabe de tămâie (nu mai mari decât un bob de mazăre), se îmbracă fiecare bob în miez de pâine (pentru a nu atinge dinţii, pentru protecţia lor) şi se înghit dimineaţa pe stomacul gol. Boabele se iau alternativ, o zi da, o zi nu până la dispariţia pietrelor. Regimul va fi fãrã carne şi fãrã apă bogată în săruri minerale.

## Prostatită cronică

Se iau zilnic, 3 linguriţe cu vârf de polen, câte una înaintea fiecărei mese, ţinându-se în gură până la dizolvarea granulelor. Se consumă 2 linguri de seminţe de dovleac/zi. Se fac bă de şezut în fiecare seară cu tărâţe de grâu timp de 20 de minute. Tratamentul durează între 21 - 42 de zile.

## Prostată

1. Într-un pahar cu apă caldă se pune o linguriţă de suc de usturoi şi o linguriţă de ulei de măsline. Se beau 3 asemenea pahare/zi înainte de mese. Tratamentul durează cel puţin 21 de zile.
2. 2 linguri de muşeţel + 2 linguri de pufuliţă cu flori mici se fierb 10 minute în 2 litri de vin alb. După răcire, se strecoară şi se adaugă 100g miere. Se păstrează la rece. Se consumă câte 100ml lichid dimineaţa pe stomacul gol şi 100ml seara cu 1/2 oră înainte de cină. Tratamentul durează un an.
3. Suc din frunze de urzică proaspete, se ia câte o lingură de 3 ori/zi.
4. Suc proaspăt din frunze şi rădăcină de pătrunjel: se consumă câte 150 ml/zi, dimineaţa pe stomacul gol.
5. Se face cură cu drojdie de bere, timp de 10 zile. În 1/2 litru suc de morcovi se pun 4 linguri praf de drojdie uscată. Se amestecă bine şi se ţine în frigider. Se agită înainte de a se consuma. Se bea întreaga cantitate într-o zi în 3 reprize.

## Afecţiuni urinare, colită, enterocolită

Se amestecă în părţi egale următoarele plante: cimbru, sunătoare, busuioc, coada-calului. Se face o infuzie din 4 linguri de amestec în 1 şi 1/2 litru de apă clocotită, timp de 10 minute. Se răceşte şi se strecoară, se adaugă 2 linguri de miere. Se consumă cantitatea întreagă pe parcursul unei zile.

## Nefrită

Se prepară seara, din 2 linguri frunze de mesteacăn infuzate în 250ml apă. După ce se răceşte se adaugă un vârf de cuţit de bicarbonat de sodiu alimentar; se acoperă şi se lasă până dimineaţa când se strecoară şi se bea jumătate din cantitate. Cealaltă jumătate se bea după 4 ore. Se repeta 7 zile.

## Cistită

Se usucă în cuptor coaja de la 4 mere, se pisează şi se pune o lingură din această pulbere în 400ml apă clocotită. Se infuzează 15 minute. Se beau 3 căni/zi.

## Adenomul de prostată

1. Infuzie o linguriţă la cană din amestec: ghimpe 50g, cimbrişor 100g, coada şoricelului 100g, muşeţel 100g, fenicul 50g. Se bea dimineaţa pe stomacul gol o cană.
2. Se amestecă: ulei de ienupăr 4 ml, ulei de chimen 5 ml, ulei de fenicul 5 ml. Se iau 3-5 picături de 2-3 ori/zi într-o linguriţă de miere.
3. Se fierb în 500ml apă 3 minute: 3 linguriţe de rădăcină tătăneasă şi o linguriţă ghimpe. Se lasă la infuzat 20 de minute, se strecoară şi se bea în cursul zilei.
4. Pufuliţă cu flori mici - o linguriţă de plantă la o cană de apă clocotită, infuzat 10 minute. Se beau 2 căni/zi, una dimineaţa pe stomacul gol, cealaltă seara înainte de culcare.

## Litiază renală şi biliară

Se amestecă 10ml ulei de porumb cu 500g miere, apoi se adaugă la compoziţie 4 albuşuri bătute spumă. Se ia câte o linguriţă dimineaţa înainte de masă.

## Pietre, nisip la rinichi

1. Coaja de la o portocală (uscată) se ţine o noapte într-un litru de apă. Dimineaţa se pune la foc mic aproximativ o oră, până ce lichidul scade la 1/2 litru. Se bea cu înghiţituri mici timp de 12 ore. Reţeta se repetă 3-5 zile. După a doua zi puteţi analiza urina.
2. Timp de 7 zile în fiecare dimineaţă, cu 2 ore înainte de a mânca se bea un păhăruţ de ţuică plin cu suc de ridiche neagră.
3. Timp de 3 săptămâni în fiecare dimineaţă cu 2 ore înainte de masă se bea un ceai făcut din 2 linguri de seminţe de cânepă, zdrobite şi fierte în 150ml apă, până ce lichidul rămâne la jumătate.
4. Se râşneşte un pahar de seminţe de cânepă şi se fierbe cu 3 pahare de lapte proaspăt, până ce lichidul scade la un pahar. Se strecoară şi se bea fierbinte înainte de masa de dimineaţă. Procedeul se repetă 5 zile consecutiv cu o pauză de 10 zile, după care se reia şi se poate continua până la un an. Eficienţa este maximă atât pentru rinichi cât şi pentru ficat.

## Insuficienţă renală

Se râşnesc 30g rădăcină de anghinare, iar pulberea se pune la macerat în 1/2 litru de vin alb natural, timp de 7 zile. Se strecoară şi se beau câte 50ml de 3 ori/zi înaintea meselor principale.

## Retenţie de urină, nefrită, cistită, calculi renali, gută

Infuzie din 25g de mătase de porumb într-un litru de apă clocotită. Se strecoară şi se îndulceşte cu miere. Se bea pe parcursul unei zile. Nu se depăşeşte 1 litru /zi.

## Dezintoxicarea rinichilor

Se bea un suc înainte de masa de prânz cu 30 minute, timp de 7 zile, din: o sfeclă mică roşie, 2 mere, jumătate varză albă.

## Curăţarea de săruri

Se acoperă cu apă 2 linguri de orez nedecorticat sau integral şi se lasă aşa 24 de ore. Dimineaţa se fierbe orezul timp de 5 minute după ce a dat în clocot şi se consumă pe stomacul gol. După aceasta, 4-6 ore nu se mănâncă nimic. Tratamentul se face câte 2 săptămâni de 2 ori pe an.

## Eliminarea depunerilor calcaroase

Se fierb la foc mic timp de 5 minute 25g foi de dafin. Se ia vasul de pe foc şi se lasă acoperit 3 ore. Se strecoară şi se bea lichidul cu înghiţituri mici pe parcursul zilei. Procedeul se repetă a două şi a treia zi. Peste o săptămână, ciclul de 3 zile se repetă. După un an, acest procedeu se va repeta timp de 6 zile.

## Curăţarea rinichilor

Durează o săptămână, vara, şi se poate repeta după 2-3 săptămâni. Se vor consuma numai pepeni şi pâine neagră. E bine să se facă o baie fierbinte între 2 şi 3 noaptea (în faza de bioritm a rinichilor) şi în acel moment să se consume pepeni cu pâine.

# APARATUL GENITAL

## Dereglări menstruale

1. Tinctură de mărar în 100ml alcool de 45°-50° se pun 7 linguriţe de plantă uscată râşnită. Se lasă la macerat 7 zile după care se strecoară şi se pune în sticluţe mici închise la culoare. Se ia o linguriţă de tinctură diluată în jumătate de pahar de apă de 3 ori/zi pe stomacul gol. Tratamentul durează minim 21 de zile.
2. Pulberea de seminţe de mărar: Seminţele se macină fin cu râşnită de cafea. Se administrează o linguriţă rasă de 3 ori/zi. Pulberea se ţine sub limba 15 minute, apoi se înghite cu puţină apă. O cură durează minimum 21 de zile.

Ambele tratamente cu mărar (tinctură sau pulbere) au drept efect reglarea ciclului menstrual, remedierea amenoreei , creşterea sânilor, încetinirea ritmului de creştere a pilozităţii la femei, creşterea secreţiei de lapte la femeile care alăptează.

## Amenoree

1. Se râşnesc fin 50g seminţe de mărar, 50g rădăcină de lemn dulce, 50g seminţe de chimen. Se amestecă cele 3 pulberi de plante şi se ţin într-un borcan închis ermetic. Se administrează 1-2 linguriţe, de 3 ori/zi, până la terminarea borcanului. Pulberea se ţine sub limbă 15 minute, apoi se înghite cu puţină apă. Aceasta reţetă favorizează declanşarea ciclului menstrual putând prelungi tinereţea biologică a femeilor ajunse în prag de menopauză. Se recomandă prudenţă în administrare în caz de fibrom uterin, chist ovarian, maltoză, cancer.
2. Se fierb în 2 litri de apă: 5g foi de dafin şi 50g rădăcină de pătrunjel tăiată mărunt până ce cantitatea de lichid scade la jumătate. Se strecoară şi se va consuma treptat pe parcursul zilei. Se repeta 7 zile.

## Dismenoree

1. Se râşnesc fin: seminţe de mărar, creţişoară şi traista ciobanului. Se pun într-un borcan de sticla 5 linguriţe pulbere de mărar, 10 linguriţe de creţişoară şi 5 linguriţe de traista ciobanului. Se toarnă peste ele alcool de 45°-50° cât să le acopere şi se lasă la macerat 10 zile, după care se strecoară şi se pune tinctura în sticluţe mici, închise la culoare. Se ia o lingură din această tinctură diluată într-o cană cu apă, de 3 ori/zi pe stomacul gol. Tratamentul durează minim 2 luni.
2. Se râşnesc fin, în cantităţi egale: seminţe de angelică, muguri de zmeură şi creţişoară. Se combină plantele şi se administrează o linguriţă rasă de pulbere de 4 ori/zi ţinându-se sub limbă 15 minute, apoi înghiţindu-se cu puţină apă. Tratamentul durează minim 3 luni.

## Pentru apariţia fluxului menstrual întârziat

Infuzie din o linguriţă de iederă la cană timp de 10 minute Se beau 2 căni/zi.

## Regularizarea ciclului menstrual

Se prepară vin de aloe: 1/2 kg plantă de aloe de 3-5 ani se toacă mărunt şi se amestecă cu 1 kg miere + 2 litri vin roşu (Cabernet). Se amestecă cu o spatulă de lemn la 2-3 zile. După ce a fermentat 6 săptămâni, se strecoară şi se păstrează în sticle în frigider. Se beau 3 linguri zilnic, câte o lingură înaintea celor 3 mese.

## Fibrom uterin

Se beau 50ml tinctură de tătăneasă, de 2 ori/zi înainte de masa timp de 3-4 luni. Tinctura se prepară în casă: Se taie mărunt rădăcinile de tătăneasă şi se pun într-o sticlă de 1 litru până la jumătate. Cealaltă jumătate se umple cu alcool (ţuică curată). Se lasă la macerat 3 săptămâni. Apoi, se strecoară.

## Maltoză fibro-chistică

În 600ml apă, se fierb la foc mic, 2 linguri de rădăcini de tătăneasă timp de 25 minute. Apoi se adaugă: o linguriţă frunză de nuc, o linguriţă coada şoricelului, o linguriţă muşeţel şi 1/2 linguriţă rostopască. Totul se infuzează 15 minute, apoi se strecoară. Lichidul se împarte în două: o ceaşcă se bea seara şi una dimineaţa cu o oră înainte de masă. Cu plantele ramase de la prepararea ceaiului se pun comprese pe sân. Tratamentul durează 42 de zile.

## Mastoză

Se amestecă: 100g terci din rădăcini proaspete de brusture, 100g miere, 100g ulei de ricin, sucul de la 2 lămâi. Aceste ingrediente se pun într-un tifon şi se aplica pe piept peste noapte. Acest tratament se face 2 săptămâni cu pauză de 10 zile, apoi se poate repeta.

## Fibrom uterin

Se pun la macerat într-un recipient de sticlă timp de 3 zile următoarele: 1/4 litru ţuică de tescovină, 1/4 kg zahăr candel pisat, 1/4 litru suc de lămâie strecurat, 1/4 litru ulei de măsline presat la rece. Se agită de câteva ori pe zi. Se ia de trei ori pe zi câte un păhăruţ (de ţuică) pe stomacul gol.

## Amenoree

Se amestecă în părţi egale: talpa gâştii, salvie, lemn dulce, coada şoricelului, urzică, şofran. Se infuzează o lingură la cană. Se beau zilnic 3 căni timp de 6 luni.

## Noduli mamari şi ovarieni

Se amestecă 100g miere de albine curată, cu 50g Apilarnil şi se iau zilnic cel puţin 3 linguri. Se pot lua până la maxim 100g zilnic. Acest tratament durează 3 luni. Se mai poate lua dimineaţa pe stomacul gol o lingură de polen.

## Trichomonas vaginalis

Un tampon de vată îmbibat cu iaurt natural (care să nu fie pasteurizat), se introduce în vagin seara la culcare. Tratamentul durează 7 zile.

## Mastoză chistică

Se amestecă ceară de albine rasă pe râzătoarea mare, o mană cu pelin uscat sau verde, peste care se toarnă ţuică de tescovină (ţuică să fie numai din struguri de vin). Acest amestec se pune într-un tifon şi apoi în sutien peste sânul bolnav. Se va uda acest amestec cu ţuică, atunci când se usucă, după 4-5 ore. Se poate folosi de 6-8 ori, apoi se prepară altul. Încă din primele ore începe să cedeze durerea. Înainte să se aplice compoziţia, sânul se unge cu alifie de gălbenele.

## Nivel de progesteron scăzut

Tinctură de coada şoricelului câte 30 de picături de 3 ori/zi timp de 10 -15 zile /lună.

## Impotenţă

Se prepară vin de ţelină: se pun la macerat timp de 3 zile 2 ţeline mari proaspete într-un litru de vin alb natural. Se bea un păhărel (150 ml) la fiecare masă. Se consumă 1 litru de ceai de ţelină/zi: infuzie din frunze şi ramuri.

## Impotenţă şi sterilitate masculină, hipofuncţie a glandelor cortico-suprarenale

Timp de 2 luni se consumă 7 linguri de sirop de pin pe zi pe stomacul gol. Siropul de pin se prepară numai din ace care se culeg proaspete şi se zdrobesc pe o planşetă de lemn cu un tocător de lemn. Se umple trei sferturi un borcan cu acele de pin zdrobite peste care se toarnă miere. Se închide borcanul şi se lasă la macerat 3 săptămâni. Siropul se filtrează. Se poate face şi din muguri, primăvara, dar cel din ace culese în luna ianuarie este cel mai bogat în uleiuri volatile şi ca atare, are efectele cele mai bune. Pentru tuse, bronşită, astm, pneumonii, se iau câte 4 linguri zilnic.

## Anexită

Se face un aluat din 200g faina, 100ml oţet şi 100ml ulei. Coca obţinută se aşează pe partea de jos a abdomenului, se acoperă cu un plastic şi se lasă toata noaptea. Tratamentul durează 14 zile.

## Reglarea activităţii hormonale

Se ia sublingual o linguriţă de pulbere de rădăcină de lemn dulce de 3 ori/zi şi se ţine 10 minute, după care se înghite cu apă.

## Răni pe colul uterin

O lingură de mărul-lupului (pulbere) + o lingură rădăcină de tătăneasă (pulbere) + o lingură muşeţel se lasă la înmuiat în 1/2 litru de apă rece de seara până dimineaţa, când se filtrează. Plantele ramase se fierb în 1/2 litru de apă până când lichidul scade la jumătate. După răcire, se strecoară şi se amestecă cele două extracte. Cu acest concentrat se face spălătura vaginală cu ajutorul irigatorului. La 2-3 zile se fac şi bai de şezut cu acelaşi ceai. Tratamentul se face până la vindecare.

# APARATUL DIGESTIV

## Toate bolile de ficat

Se face un amestec în părţi egale: pelin, urzică, anghinare, ţintaură. Se face o infuzie dintr-o linguriţă de amestec la 250ml apă clocotită, timp de 10 minute. Se strecoară, se bea călduţ dimineaţa pe stomacul gol şi se stă pe partea dreapta 30 de minute. Cura durează 16 săptămâni astfel:

- 1 săptămână cură zilnică/ 1 săptămână pauză

- 2 săptămâni cură zilnică/ 2 săptămâni pauză

- 3 săptămâni cură zilnică/ 3 săptămâni pauză

- 4 săptămâni cură zilnică/ 4 săptămâni pauză

## Afecţiuni hepato-biliare, afecţiuni gastro-intestinale, afecţiuni cardiace, probleme respiratorii, transpiraţia picioarelor, afecţiuni renale, psoriazis, scleroză multiplă, paralizie, gută

Se face cură cu boabe de ienupăr. Aceasta cură durează 23 de zile. În prima zi se iau 4 boabe, în a 2-a zi 5 boabe, apoi se creşte progresiv până în ziua a 12-a, când se vor lua 15 boabe. Începând cu ziua a 13-a, începem să scădem câte o boabă zilnic, până la sfârşitul curei, când se va ajunge din nou la 4 boabe. Pentru un tratament complet sunt necesare 213 boabe de ienupăr. Înainte de a fi înghiţite, boabele de ienupăr se vor mesteca foarte bine. Cura cu boabe de ienupăr mai este indicată şi în tratamentul altor afecţiuni ca: hemofilie, stomatită, neuroastenie, hipertensiune arterială, reumatism, ascită, anexită şi metroanexită, cefalee, sciatică, obezitate, impotenta, mastoză chistică.

## Boli ale ficatului, curăţarea sângelui

Se prepară siropul de păpădie. Se pun într-un litru de apă rece doi pumni de flori de păpădie, care se pun apoi pe foc mic. După ce da 2-3 clocote, se ia vasul de pe foc şi se lasă să stea o noapte, acoperit. A două zi, se strecoară, presându-se bine florile în mâini pentru a iesi tot sucul. În lichidul obţinut se pune 1 kg de zahăr şi o jumătate de lămâie, fãrã coaja, tăiată felii. Se pune vasul pe foc foarte mic, fãrã capac. Lichidul se îngroaşă fãrã a fierbe. Se lasă compoziţia să se răcească. Trebuie să se formeze un sirop de consistenta mierii lichide. Dacă este prea subţire, se mai pune o dată pe foc. Se iau 3 linguri/zi, fiecare lingură diluată într-o cană cu ceai.

## Ciroză umedă

Această reţetă ajuta la eliminarea lichidului în ciroza umedă. Se ia pelin uscat, se freacă în palme pentru a se arunca betele, apoi se râşneşte pentru a se obţine pulberea de pelin. Din acest praf se ia câte o linguriţă cu o oră înainte de masa, dimineaţa, la prânz şi seara - în prima săptămână, după care se bea câte o cană de ceai îndulcit cu miere. A două săptămână, se iau două linguriţe de pelin, tot dimineaţa, la prânz şi seara, iar a treia săptămână câte trei linguriţe dimineaţa, la prânz şi seara, tot înainte de masa. În urma acestui tratament se elimina pe nesimţite tot lichidul acumulat. Tratamentul se poate repeta după o pauza de trei săptămâni.

## Hepatita epidemică

Într-un litru de apă opărită se pun 5 grame de rostopasca uscata şi se lasă la infuzat 12 ore. După aceea, se strecoară şi se amesteca cu 200 grame miere. Totul se pune în sticla şi se păstrează la frigider. Se ia câte o lingură din oră în oră de 12 ori/zi. Cura pentru un copil durează 5 zile, iar pentru un adult 10 zile.

## Ciroză

2 pahare suc de varză/zi; se consumă varza înăbuşită. - Se râşnesc în cantităţi egale: rostopască, armurariu şi pedicuţă. Se ia o jumătate de linguriţă din acest amestec (pulbere) şi se ţine sub limba 15 minute, după care se înghite cu apă, de 3 ori/zi înaintea meselor principale cu 1/2 oră.

## Ciroză lichidă

1. Un pumn se aşchii de rădăcină de dud alb (agud), se pun seara în doi litri apă. A două zi se fierb până scade lichidul la 1,250 litri. Se strecoară şi se bea timp de o zi. Ceaiul se bea până când scade burta. Se face o pauză de 3 săptămâni şi apoi se mai repetă încă 14 zile. Se va urina foarte des, iar la începutul tratamentului urina va avea culoare roşiatică. În fiecare an, aceasta reţetă se poate repeta timp de 3 săptămâni.
2. 1 kg ceapă roşie se curată şi se toacă mărunt. Se pune într-un borcan şi se toarnă peste ea 5 litri ţuică curată. Se lasă la macerat 10 zile. Din acest amestec se iau dimineaţa pe stomacul gol 30-40 ml, apoi se stă culcat pe partea dreaptă 30 de minute, după care se serveşte masa de dimineaţă. În cel mai scurt timp ficatul începe să se regenereze.

## Icter

1. 30g rostopască se pun la macerat 3 ore în 1/2 litru de vin alb curat, de tară. Se strecoară şi se beau 150ml înainte de mese. Înlătură rapid icterul.
2. 20g gălbenele, 20g şofran se fierb 5 minute într-un litru de vin alb. Se beau câte 50g de 3 ori/zi înaintea meselor principale.
3. Se bea 3 zile la rând câte 1 litru de lapte dulce în care a fiert rădăcină de ştevie.

## Dezintoxicarea ficatului

Se bea un amestec de sucuri timp de 7 zile, seara cu o jumătate de oră înainte de culcare din: 2 morcovi, 1 rădăcină de pătrunjel, o ridiche neagră, 3 mere.

## Hepatite

1. Ceai de anghinare: infuzie 10 minute din 2 linguriţe de plantă în 750ml apă clocotită. Se bea cantitatea întreagă în cursul unei zile în mai multe reprize.
2. Ceai din fructe de armurariu (protejează şi reface celula hepatică), infuzie 10 minute din: 2 linguriţe de fructe zdrobite în 300ml apă clocotită. Se bea o ceaşcă dimineaţa pe stomacul gol (150 ml); 75ml după masa de prânz şi 75ml seara.
3. Ceai de rostopasca (decongestionează ficatul); infuzie 10 minute din: 1 linguriţă la 200ml apă clocotită. Se împarte cantitatea în 3 şi se bea pe parcursul zilei, timp de 10 zile.
4. Ceai de pedicuţă: infuzie 10 minute din o linguriţă de plantă la 250ml apă clocotită. Se bea dimineaţa pe stomacul gol cu 1/2 oră înaintea micului dejun.
5. 50g muguri de mesteacăn se pun în 500ml vodcă timp de 10 zile. Se bea câte o linguriţă din preparat cu puţină apă de 3 ori/zi cu 15- 20 minute înaintea meselor.
6. Din 2 căţei de usturoi pisaţi amestecaţi cu sare se fac două „bile“ care se ţin sub buza superioara, atâta timp cât suporta bolnavul. Se repeta tratamentul 3 zile consecutiv, după care se reia o data la doua zile. După 10 zile, vindecarea este garantată. Acest usturoi, se pare ca distruge tocmai virusul.
7. În fiecare seară, înainte de culcare se înghite o lingură de ulei de seminţe de dovleac presat la rece şi se stă pe partea dreapta 1/2 oră (Este foarte eficient şi în adenomul de prostată).

## Hepatite, ateroscleroză, anemie

Se prepară cidrul din fructe de cătină astfel: se iau 400g fructe uscate sau 1 şi 1/2 kg fructe proaspete şi se pun în 10 litri apă împreună cu 3 kg zahăr. Se lasă la fermentat 10-15 zile. La suprafaţă se formează, de obicei, o peliculă uleioasă pe care e bine s-o adunaţi şi s-o depozitaţi separat, căci este foarte eficientă în tratamentul rănilor greu vindecabile sau al arsurilor severe. După ce cidrul este gata, se strecoară şi se beau câte 50 ml/zi înainte de masa principală.

## Boli de ficat, în special hepatita C

Se prepara borşul de sfeclă: 1 kg sfeclă roşie tăiată bucăţi, o legatură de pătrunjel, o legatură mărar, o legatură leuştean, o căpăţână de usturoi, o linguriţă de drojdie sau o mână de mălai. Deasupra lor se toarnă apă şi se lasă la macerat la temperatura camerei. Când lichidul este gata acrit, se strecoară şi se reumple borcanul cu apa. Borşul care rezultă a două oară este mai slab. Din prima strecurare se beau câte două pahare/zi, iar din a două , câte 4 pahare/zi. Borşul se poate bea în tot cursul anului. Este bun şi în bolile de plămâni şi ca depurativ general al organismului.

## Chisturi pe ficat, plămâni, rinichi

În prima săptămână se înghite în fiecare dimineaţă, pe stomacul gol un bob de tămâie albă (cât un bob de mazăre) învelit în miez de pâine (ca să nu atingă dinţii fiindcă formează carii). În următoarele 3 săptămâni se procedează la fel, dar numai din două în două zile. În paralel se beau 3-4 pahare cu ceai de traista ciobanului înaintea meselor principale şi chiar între mese, în loc de apă.

## Curăţarea ficatului

Se fierb 40g gălbenele timp de 10 minute într-un litru de apă. Această cantitate se bea în cursul zilei de trei ori/zi, cu 20 minute înainte de masă. Tratamentul durează 2-3 săptămâni.

## Eliminarea pietrelor de la bilă şi ficat

*Prima zi*: se ia masa de prânz, cina nu. Înainte de culcare se ia un amestec de 100g ulei măsline cu 100g suc proaspăt de lămâie şi se stă pe partea dreapta 20-30 minute.

*A doua zi*: dimineaţa se face clismă. În timpul zilei se bea numai apă fiartă puţin îndulcită cu miere şi cu un adaus de suc de lămâie. Seara se face din nou clismă.

*A treia zi*: dimineaţa se face clismă. Ziua se consumă legume fierte şi fructe. După una din clisme vor apărea pietrele. Dacă după ultima clismă nu vor apărea pietre, atunci procedura se repetă peste cinci zile. Procedura se mai repetă o dată peste două săptămâni.

## Eliminarea pietrelor de la bilă

1. 1 kg de rădăcină de pătrunjel se fierbe în 2 litri de apă până scade la 1 litru. Se beau 150ml dimineaţa şi seara pe nemâncate şi se stă apoi pe partea dreaptă 20 minute. Tratamentul poate dura 3-4 luni.
2. Se prepară două ceaiuri separat: - ceai de brusture: decoct din 2 linguri rădăcină mărunţită se pun în 500ml apă clocotită şi se mai lasă să fiarbă 2 minute. - ceai de turiţă mare: infuzie din o lingură de plantă se opăreşte cu 500ml apă clocotită. După răcire, cele două ceaiuri se strecoară şi se amestecă. Se bea întreaga cantitate porţionată pe o zi. Reţeta se mai repeta încă 3 zile. În aceste zile nu se mănâncă alimente care conţin calciu (lactate, fasole etc.).
3. Se râşnesc seminţe uscate de pepene roşu. Timp de 10 zile, dimineaţa pe nemâncate se ia o linguriţă din pulberea obţinută împreună cu o lingură de ulei de măsline presat la rece şi se stă culcat pe partea dreaptă 20 minute. Tratamentul durează 3 luni, câte 10 zile pe lună, atunci când luna este în descreştere.

## Disfuncţii ale vezicii biliare şi ale ficatului

1. Se amestecă următoarele plante în cantităţile indicate: ţintaură 10g, seminţe de chimen 15g, frunze de roiniţă 15g, frunze de mentă 20g, cimbrişor 20g şi muguri de ienupăr 20g. Peste o linguriţă de amestec se toarnă o cană de apă clocotită şi se lasă să stea 5 minute. Se strecoară. Se beau zilnic 2 căni de ceai cald.
2. Se amestecă următoarele plante în cantităţile indicate: rădăcină de obligeană 10g, frunze de strugurii ursului 10g, frunze de trifoi de baltă 10g, seminţe de in 10g, coada calului 10g, frunze de mesteacăn 20g, teci de fasole 30g. Se fierb 3 linguriţe de amestec 10 minute în 750ml apă. Se strecoară. Se beau zilnic 3 căni de ceai cald.

## Dischinezie biliară, hepatite, gastrită

Se pun într-un vas emailat 30g de seminţe de pătrunjel. Se toarnă peste ele un pahar cu apă şi se pune amestecul să fiarbă în „bain-marie“ 1/2 oră. Se strecoară. Se ia câte o lingură de 5-7 ori/zi.

## Litiază biliară

Se face un amestec de plante în părţi egale: pătrunjel de câmp, iederă, hamei, turiţă-mare, mentă, pelin. Se pun 3 linguri de plante într-un litru de vin de mere sau cidru, se încălzeşte până aproape de punctul de fierbere, se infuzează 3 minute şi se strecoară. Se ia câte o lingură din oră în oră, de 9 ori/zi.

## Hemoroizi

Se unge anusul şi hemoroizii cu unguent de propolis 20% de 2 ori/zi. Durerile, mâncărimile şi sângerările dispar după 2 săptămâni. Intern: - dimineaţa se bea un ceai de pelin (infuzie 1/2 linguriţă la cană 10 minute). - în cursul zilei se bea un ceai dintr-un amestec în părţi egale din: gălbenele, muşeţel, afin, coada-şoricelului, ţintaură (infuzie o linguriţă de amestec la o cană); se consumă 1 şi 1/2 litru pe zi

## Constipaţie

1. Tăiaţi în bucăţi mici 1/2 kg de dovleac şi puneţi-le la fiert într-un vas emailat cu multă apă. Se fierbe până se înmoaie dovleacul. Se scoate dovleacul şi se freacă cu o lingură de lemn până se omogenizează, apoi se toarnă apa în care a fiert. Se amestecă bine, iar din băutura rezultată se iau 2 pahare/zi, unul dimineaţa şi altul seara, până la dispariţia constipaţiei.
2. Se foloseşte un decoct de aloe. Se pune o linguriţă de aloe uscată în 250ml apă şi se adaugă 2 linguri de miere. Se fierbe 3 minute şi se strecoară. Se iau câte 3 linguri/zi, înaintea meselor principale.

## Ulcer duodenal cu nişă

Se bate un albuş de ou proaspăt cu o linguriţă de zahăr pudră şi o lingură de ulei de măsline până se face cremă. În fiecare dimineaţă se consumă acest amestec pe stomacul gol timp de 10 zile

## Ulcer gastric şi duodenal

1. 20g sunătoare se pun la macerat în 20ml alcool de 90°. Se ţin într-un borcan cu capac 2 săptămâni, după care se adaugă 200ml ulei de porumb sau floarea soarelui. Acest amestec se ţine în baia de abur două ore. Se strecoară şi se ia câte o linguriţă înainte de masa de 3 ori/zi.
2. 60ml apă (două linguri de supă), o lingură de mălai cernut foarte fin, o lingură de miere de albine curată. Se pune apă la fiert într-un ibric, se pune mălaiul şi se freacă la foc mic circa un minut. Se ia de pe foc, se adaugă mierea de albine şi se amestecă până ce se obţine o pastă perfect omogenă. Se consumă călduţă, dimineaţa pe stomacul gol. Tratamentul durează 21 de zile.
3. 100g de ceară de albine, 100g răşină de brad şi 100g de unt proaspăt se amestecă şi se încălzesc într-un vas acoperit. Când preparatul s-a omogenizat, se ia de pe foc şi se lasă să se răcească. Apoi, se prepară pastile de mărimea boabelor de mazăre şi se iau câte 4-6 pastiluţe pe stomacul gol, cu 15-20 minute înaintea meselor principale.
4. În lunile mai, iunie, se curăţă coaja verde de deasupra nucilor, iar restul se rade şi se pune în borcanele astfel: un rând de nuci, un rând de zahăr, ş.a.m.d. Borcanele se închid ermetic şi se lasă la căldură 10-14 zile. Se iau din acest preparat 2-3 linguriţe cu 15-20 minute înaintea meselor principale.

## Ulcer

La un litru cu apă se pune o lingură de rădăcină de ghimbir măcinată. Se fierbe 30 minute, se strecoară, se răceşte. Se poate adăuga puţină miere. Se beau 3-4 pahare/zi, în timpul mesei sau după masă.

## Arsuri la stomac

1. Ronţăiţi zilnic 15 boabe de muştar şi o linguriţă de seminţe de anason;
2. Mestecaţi încet felii de cartof crud;
3. Beţi 1/4litru suc de morcov proaspăt imediat după apariţia simptomelor;
4. 2-3 căni pe zi din infuzie 10 minute de troscot, 2 linguriţe la 200ml apă clocotită;
5. 2 căni pe zi din infuzie 10 minute de muşeţel, o linguriţă la cană;
6. 2 căni pe zi din infuzie 15 minute de flori uscate de salcâm, 1 linguriţă la 250ml apă clocotită.

## Colită

1. Se beau 3 căni de infuzie de leuştean/zi cu 1/2 oră înainte de masă. Se infuzează 3 fire de leuştean proaspăt sau uscat în 3 căni de apă clocotită 5-6 minute, apoi se strecoară şi se bea neîndulcit.
2. Infuzie din 2 linguriţe muşeţel în 250ml apă clocotită, timp de 10 minute. Se beau 2 căni/zi, după mese.
3. Se face un amestec din: 20g muşeţel, 30g coada şoricelului, 20g frunze de mentă, 10g salvie, 10g fructe de coriandru. Se infuzează o lingură de amestec în 250ml apă clocotită, timp de 10 minute. Se beau 2 căni/zi.
4. Se râşneşte o lingură de seminţe de in şi se înghite imediat pulberea fină, după ce în prealabil a fost amestecata cu apă clocotită. Tratamentul se face de 2 ori/zi, înainte de masă, timp de 14 zile.

## Colită de fermentaţie

Se fierb 2 linguri cu vârf de seminţe de in în 250ml apă timp 10-12 minute (se adaugă mereu apă ca să rămână aceeaşi cantitate ca la început). Mucilagiul obţinut se bea dimineaţa pe stomacul gol. Micul dejun se serveşte după o oră.

## Dischinezie biliară

1 kg de pelin se fierbe în 2 litri de apă până rămân 750 ml. Se strecoară şi se amestecă cu 250g miere de albine şi 250ml vin natural. Se iau câte 100ml înainte de mese de 3 ori/zi, iar după masă o cană de infuzie de sunătoare (1 linguriţă de plantă la 250ml apă clocotită, infuzat 10 minute).

## Gaze în stomac

1. linguriţă de seminţe de anason şi o linguriţă de miere se fierb în 200ml apă, timp de 10 minute. Se răcesc şi se strecoară. Se iau 2 linguri/zi.
2. linguriţă de pelin şi o linguriţă de miere se fierb în 200ml apă timp de 10 minute. Se răcesc şi se strecoară. Se iau 2 linguri/zi.
3. Se pun seara în apă seminţe de patlagină. Peste noapte se formează o masa gelatinoasă. Se ia dimineaţa o lingură înainte de micul dejun.
4. linguriţă de seminţe de mărar fierte 15 minute cu o cană de apă. Se strecoară şi se bea lichidul fierbinte.

## Gastrită, aciditate

2 linguri de caimac de lapte se bat bine cu 2 gălbenuşuri şi cu 2 linguri de miere de albine până se obţine o cremă. Se ia de 3 ori/zi, cu o jumătate de oră înaintea de mesele principale.

## Enterocolite cronice

Se prepară apă de tărâţe de grâu. O mână de tărâţe de grâu la 1 litru de apă rece se amestecă şi se lasă 8-10 ore, apoi se strecoară apa prin tifon. Se bea pe parcursul zilei cu înghiţituri mici.

## Curăţarea limfei

Procedura durează 3 zile. Se fac clisme dimineaţa şi seara cu ceai de coada-calului (2 litri). Nu se mănâncă nimic, în fiecare zi se bea un amestec din: 2 litri apă + 1 litru suc grapefruit + 1/4 suc lămâie + 3/4 suc portocale (în total 4 litri lichid). Pe parcursul celor 3 zile se elimină din organism 12 litri de limfă acidă bolnavă.

## Curăţarea profilactică pentru sistemul limfatic

Se bea ceai concentrat din drăgaică (sânziene), o linguriţă la cană fiert 10 minute, câte 2 litri/zi timp de 3-4 săptămâni.

# SISTEMUL NERVOS

## Scleroză în placi

Este o boala neurologică de etiologie necunoscută, se pare virală. - Dietă cu multe cereale, mere dulci, grâu încolţit, polen, cătină, ginseng. - Ceaiuri amare, hepato-protectoare. - Băi aromatice , la 37°C, timp de 20 de minute cu: coada calului, muguri de pin, levănţică, busuioc, tei, amestecate în părţi egale. - Masajul părţilor afectate cu tinctură de tătăneasă şi ulei de sunătoare. Coloana vertebrala va fi masata cu ulei de muşeţel.

## Scleroză multiplă

Cură cu ulei de seminţe de in, timp de 21 de zile. Se iau 7 linguri/zi, apoi doza de întreţinere 2 linguri/zi.

## Afecţiuni ale sistemului nervos

Se iau zilnic 15-35g (în functie de vârstă: copil sau adult), polen sau 5-15 pastile de păstură.

## Epilepsie

Câte 19 seminţe de muştar de 3 ori/zi, timp de 3 săptămâni.

## Meningită

1. Se pun comprese pe zona occipitală cu bitter suedez.
2. Tinctura de propolis - se iau câte 25-35 picături de 3-4 ori/zi, cu 30 de minute înaintea meselor, timp de 3 săptămâni.
3. Se face un decoct, 10 minute, dintr-o lingură la cană din următorul amestec în părţi egale: salcie, soc, ţintaură, troscot, păducel, afin sau merişor, cătină sau măceşe. După fierbere, se infuzează 30 de minute. Se strecoară. Se beau 3 căni/zi cu 30 de minute înaintea meselor. Ceaiul nu se îndulceşte. Tratamentul durează o lună.
4. Se consumă câte o linguriţă de drojdie de bere uscată de 3 ori/zi, după masă, dizolvată în lapte sau în ceaiul îndulcit. Tratamentul durează 2 săptămâni.
5. Se consuma 4-5 linguri/zi de grâu încolţit.
6. Se ia câte o linguriţă de polen de 3 ori/zi după masă, timp de o lună.

## Întărirea memoriei

1. Se iau câte 3-5 picături de 3 ori/zi după mese, de ulei de coriandru. Picăturile se pun în 100ml ceai sau apă.
2. Se consumă morcov şi ananas.
3. Se ia polen: 30 gr/zi.
4. Se consumă usturoi zilnic.
5. Ceaiuri recomandate: salvie, pelin, rozmarin, urzică. În ceai se pun 2 linguriţe de bitter suedez, zilnic.

## Scleroză în placi, afecţiuni ale măduvei spinării

Coada-şoricelului acţionează asupra măduvei spinării determinând formarea de noi celule în sânge. Are efecte bune şi în paralizii şi în leucemii. Se beau două căni de ceai pe zi, înghiţitură cu înghiţitură (infuzie dintr-o linguriţă de plantă la cană 10 minute). Se fac băi de şezut (una pe zi - seara înainte de culcare) şi se unge coloana vertebrală dimineaţa cu tinctura de coada-şoricelului, iar seara se face masarea ei cu alifie de coada şoricelului.

• Baia de şezut: 100g de coada-şoricelului se pun de dimineaţa până seara în apă rece; înainte de baie, se încălzeşte până la punctul de fierbere, se strecoară şi se adaugă peste apă din lighean.

• Tinctura de coada-şoricelului: se umple o sticlă până la gât cu flori de coada-şoricelului. Se toarnă deasupra rachiu de fructe sau vodcă de 38-40°. Se lasă 14 zile la soare, după care se strecoară. Se păstrează în sticle de culoare închisă.

• Alifie de coada-şoricelului: 90g unt nesărat sau osânză curată de porc se pun pe foc într-o cratiţă. Se adaugă 15 inflorescenţe de coada-şoricelului bine mărunţite şi se lasă să se călească puţin, amestecând continuu cu o lingură de lemn. Se trage vasul deoparte şi se lasă până a doua zi. În ziua următoare se reîncălzeşte uşor şi se ia de pe foc. Se strecoară printr-un tifon şi se pune în borcane, care se păstrează în frigider.

## Paraziţi intestinali

Se macerează timp de 6 zile o ceapă mare tăiată felii într-un litru de vin alb. Se beau 100ml în fiecare dimineaţă timp de o săptămână, când luna este în descreştere. Se reia timp de 2 sau 3 luni.

## Teniaza

Se fierb 2 cepe mari tăiate mărunt în 300ml lapte până scade la jumătate. Se strecoară, se răceşte şi se adaugă o linguriţă de miere.

Soluţia se poate ţine în frigider timp de o săptămână.

Se administrează:

* copii între 6-9 ani: 2 linguriţe de preparat seara
* copii până la 12 ani: 3 linguriţe
* adulţi: 3-4 pahare de ceapa cu lapte/săptămână. Tratamentul durează 2 săptămâni.

## Limbrici, panglică

Dimineaţa pe stomacul gol se înghit 50 de seminţe de dovleac, crude, pisate, amestecate într-un pahar de lapte.

Se face o pastă din 15-30g seminţe de dovleac curăţate de coajă, crude, pisate, amestecate cu tot atâta zahăr şi puţin suc de lămâie (o linguriţă).

Se consumă dimineaţa pe stomacul gol.

Reţetele se pot face alternativ o zi una, o zi cealaltă.

# REGIMURI CONCEPUTE DE VALERIU POPA

Este bine ca aceste regimuri să fie făcute sub supravegherea unui specialist, mai ales postul cu apă distilată, pentru că pe parcursul lor apar fenomene inexplicabile pentru cei care nu au cunoştinţe despre crizele de eliminare a toxinelor pentru vindecarea organismului (ameţeli, furunculoză, alte eliminări prin piele, stări de vomă, închiderea la culoare a urinei, crize la organele bolnave şi altele).

Aceste regimuri medicament, vin în ajutorul celor suferinzi impulsionându-i şi pe cei sănătoşi să se apere de boală. Ele reprezintă un indemn spre a ne apropia de natură, de a ne adapta unui nou mod de viaţă -cel naturist- şi de a renunţa la vechile obişnuinţe. Cei care sincer vor să obţină rezultate favorabile în prevenirea şi redobândirea echilibrată a sănătăţii, trebuie să respecte următoarele:

* Nu trebuie să mai fumeze nici bolnavul, nici membri familiei sau cei care îngrijesc pacientul.
* Nu trebuie să consume intoxicante.
* Nu trebuie să consume alcool.
* Trebuie să aibă dantura bună, altfel nu pot mesteca bine alimentele crude; digestia începe de la privit, miros, auz şi apoi, printr-o mestecare corectă alimentele trebuie băute, lichidele mâncate; fiecare bol alimentar, trebuie mestecat de 30-50 de ori. Deci, nu uitaţi: stomacul nu are dinţi!
* Trebuie să se doarmă natural, nu cu tranchilizante.
* Trebuie să se înveţe să se respire, să se lucreze şi să se locuiască în aer neviciat. (Evitaţi să va desfăşuraţi activitatea în birouri în care se fumează).
* Mişcarea este viaţă.
* Evitaţi sedentarismul şi statul orelor în pat în afara orelor de somn.
* Somnul cel mai odihnitor este între 20:00 şi 1:00 noaptea.
* Evitaţi lucrările de orice fel şi mai ales discuţiile negative în timpul mesei.
* Trebuie să se practice auto-masajul, auto-presopunctura (nu masajul).

Masajul poate fi folosit în cazuri extreme când bolnavul nu-l poate practica şi de persoane compatibile cu el. (Se încearcă mai multe persoane şi se va alege cea în urma căreia bolnavul se simte cel mai bine).

Acestea sunt doar câteva din sfaturile pe care ni le reamintea zilnic Valeriu Popa.

Regimurile recomandate de Valeriu Popa, pe care le voi descrie mai jos, se fac în cure de 45 de zile.

## Alcoolism

ALIMENTE RECOMANDATE: grâu, orez, oaie, peste, preparate din alimente dulci-acrişoare, legume cu piper, legume verzi cu unt, fructe acre, portocale, ananas, struguri, produse lactate, sucuri de fructe.

ALIMENTE NERECOMANDATE: carne (excepţie oaie), peşte gras, fasole, mango, lămâi, ouă, nucşoară, cafea, fructe coapte, îngheţată, ciuperci, ceapă, iaurt, brânză, smântână, acizi organici, alimente fermentate, oţet, apă rece.

## Anemie, leucoree, lipsă de calciu, lipsă de iod

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, orz, linte, fasole boabe şi păstăi, spanac, lăptucă, sfeclă, morcovi, cartofi fierţi în coajă şi apoi copţi 1/2 oră în cuptor, legume verzi fierte cu condimente carminative (coriandru, fenicul, anason, pătrunjel, tarhon, busuioc), unt, supa de carne (pasare de curte, fazan, porumbel, iepure de camp), produse lactate, struguri, stafide, curmale, pepene verde, cantalup, rodie, cireşe, banane şi alte fructe dulci. Apă între mese.

ALIMENTE NERECOMANDATE: iaurt, citrice, lămâie, roşii, mei, băuturi alcoolice, soia, ulei de susan, oţet, ceai negru, cafea, băuturi fierbinţi, ardei iute în exces, fructe prea coapte, sare în exces, alimente fermentate, alimente fripte sau prăjite.

Este esenţial să se ia masa la ore regulate.

## Apendicită

ALIMENTE RECOMANDATE regim uşor lichid cu orz, rădăcină de scaiete, linte cu zahăr, pâine fãrã coaja, supa de legume fierte cu spanac, lăptucă, castravete amar, sparanghel, vânată, papaia, pepene verde, cantalup, lămâie dulce, struguri, lapte, apă caldă de băut.

ALIMENTE NERECOMANDATE: fructe, citrice, mâncăruri grase, unt, iaurt, brânză, carne, orez copt sau prăjit, alimente grele sau prăjite, jeleu, gem, sosuri, oţet, băuturi alcoolice, ceai negru, cafea fierbinte, ardei iute, ciuperci.

## Artrită, artroză

ALIMENTE RECOMANDATE: grâu, orez, produse lactate, carne, alimente grase, toate fructele acre, ceai negru, ceai verde, cafea şi alte băuturi fierbinţi, băuturi alcoolice după masă, preparate culinare cu condimente (ghimbir, piper, nucşoară, dafin), fructe uscate.

ALIMENTE NERECOMANDATE: verdeţuri, în special salate crude, fructe zemoase, pepene verde şi cantalup, dovleac, iguana, napi, sfeclă, cartofi, ciuperci, muguri de bambus, mlădiţe de ferigă, conopidă, varză, îngheţată, fasole, nuci, porumb, berbec.

## Astm, bronşită

ALIMENTE RECOMANDATE: orez vechi de peste un an, grâu, orz, supă de fasole, supă de ridiche, supă de pui cu condimente iuţi, cartofi, spanac, lăptucă, pătrunjel, schinduf, alge marine, sparanghel, castravete amar, ciocolată, brânză, ceai verde, cafea şi alte băuturi fierbinţi, băuturi alcoolice, struguri, stafide, curmale, smochine, portocale, miere, apă între mese.

ALIMENTE NERECOMANDATE: lapte, unt, iaurt, peşte, porc, vită, berbec, oţet, fructe acre, iguana, arahide, nucă de cocos, nucă de mahon, ciuperci, dovleac, conopidă, varza, muguri de bambus, mâncăruri grase.

## Cancer

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, orz, porumb, fasole boabe mari, linte, mazăre dulce, năut, lăptucă, spanac, alge marine, morcov, dovleac, sparanghel, castravete, schinduf, sfeclă, conopidă, varză, toate produsele lactate cu excepţia iaurtului, iepure, fazan, porumbel, papaia, cantalup, lămâie dulce, struguri, cireşe, curmale, rodii, nucă de mahon, migdale, fistic, stafide, fructe dulci, miere.

ALIMENTE NERECOMANDATE: vită, porc, berbec, bivol, verdeţuri, păstăi, fasole boabe mici, soia, ulei, seminţe de susan, tuberculi, cartofi, ciuperci, oţet, fructe acre, băuturi alcoolice, ceai negru, cafea, sare, fructe prea coapte, alimente fermentate.

## Colită, căderi de păr

ALIMENTE RECOMANDATE: orez vechi de un an, grâu, orz, mei, legume verzi fierte cu condimente carminative (condimente care scot gazele din stomac: coriandru, fenicul, anason), iaurt, brânză, supă de fasole, ceai verde, cafea, usturoi, ceapă, praz, pătrunjel, anason, sparanghel, flori vegetale, apă fiartă de băut, rodii, stafide, curmale.

ALIMENTE NERECOMANDATE: carne, ouă, mâncare grasă, lapte, băuturi alcoolice, oţet, fructe acre, tuberculi, îngheţată, sucuri reci de fructe, condimente iuţi, zahăr, melasă, prune, mâncăruri grele.

## Constipaţie

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, supă de fasole, mazăre verde dulce, legume verzi, toate felurile de fructe cu excepţia bananei, produse lactate (exceptând iaurt, brânză, unt), băuturi reci inclusiv apă şi sucuri de fructe.

ALIMENTE NERECOMANDATE: preparate fripte sau prăjite, carne, băuturi alcoolice, oţet, ceai negru, cafea, băuturi fierbinţi, condimente iuţi, iaurt, brânză, unt, ouă, mei, porumb, grâu, ceapă, usturoi, praz, fasole în exces.

## Demenţă, defecţiuni ale creierului

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, orz, supă de fasole sau linte, suc de citrice, supă cu unt sau grăsime (slănină), toate produsele lactate, toate fructele, legume verzi fierte cu grăsime sau călite, sucuri de fructe.

ALIMENTE NERECOMANDATE: carne, peşte, alcool, ceai negru, cafea fierbinte, oţet, ulei, usturoi, ceapă, praz, ardei iute, condimente iuţi, porumb, mei, ovăz, soia.

## Diabet

ALIMENTE RECOMANDATE: grâu, orz, porumb, mei, supă de fasole, legume fierte cu condimente carminative, mazăre dulce, năut, supă de pui, ouă, lapte, toate fructele, fructe uscate, ceai, cafea fãrã zahăr.

ALIMENTE NERECOMANDATE: zahăr, cartofi, sfeclă, tuberculi, porc, peste, bivol, orez, ovăz, grăsimi animale, iaurt, îngheţată, melasă, dulciuri, alimente grase sau preparate cu grăsime, ceapă, ciuperci.

OBSERVAŢII: 4 mese/zi în cantităţi mici - se bea ceai din amestec: teci de fasole, frunze dafin, salvie, coada calului, gălbenele, pufuliţă cu flori mici, cimbrişor.

Se fierbe o linguriţă de amestec la o cană cu apă timp de 3 minute.

Se strecoară, se consuma zilnic 3 căni, câte una înaintea fiecărei mese principale cu 1/2 ora (ceai cald).

## Diaree

ALIMENTE RECOMANDATE: regim de lichide, fasole cu măsură, praz, mâncăruri cu sare sau zahăr, linte, flori vegetale, roşii, usturoi, ceapă, ghimbir, anason, pătrunjel, iaurt, brânză, rodie, lămâie, portocală, mar, mandarine, curmale, ceai, cafea fãrã lapte, băuturi alcoolice cu măsură.

ALIMENTE NERECOMANDATE: alimente grele, mâncăruri grase, carne, legume verzi, salată crudă, fructe zemoase, produse lactate cu excepţia brânzei şi iaurtului, îngheţată, băuturi reci, tuberculi, cartofi, fructe prea coapte.

## Dizenterie

ALIMENTE RECOMANDATE: regim de lichide, rădăcină de scaiete, orz, fasole boabe mari, linte, portocale, mâncare cu sare sau zahăr, lapte de capră, puţină pâine sau biscuiţi, iaurt, flori de legume, spanac, alge marine, anason, sparanghel, pătrunjel cu condimente carminative, rodie, smochine, curmale, bucăţi mici de banană, se bea numai apă fiartă.

ALIMENTE NERECOMANDATE: alimente grele, carne, ouă, alimente grase, produse lactate cu excepţia iaurtului, fructe acre, fructe prea coapte, legume verzi, salată crudă, băuturi alcoolice, îngheţată, ceai şi cafea fierbinte.

## Edem

ALIMENTE RECOMANDATE: orez vechi de un an, grâu, linte, fasole, soia, supă de pui cu condimente, caimac, unt, praz, supă de ridiche uscată, spanac, lăptucă, sparanghel, ghimbir, cartofi, castravete, ceai negru, cafea şi alte băuturi.

ALIMENTE NERECOMANDATE: toate fructele, porc, berbec, vită, peşte, bivol, legume verzi, salată crudă, sare, iaurt, susan, orez nou, zahăr, oţet, alimente crude, mâncăruri grele, tuberculi, sfeclă, morcovi, cartofi, dovleac, băuturi reci alcoolice.

## Epilepsie

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, orz, legume cu ulei sau untură, produse lactate, toate fructele, ouă, sparanghel, spanac, lăptucă, sucuri dulci de fructe, zahăr.

ALIMENTE NERECOMANDATE: carne, peşte, băuturi alcoolice, toate intoxicantele, fasole, băuturi fierbinţi, ceai negru şi verde, cafea, oţet, usturoi, ceapă, praz, alimente uscate ca: porumb, mei, ovăz, condimente iuţi.

## Febră, gripă, febră tifoidă, oreon, amigdalită

ALIMENTE RECOMANDATE: regim uşor lichid, orz, supă de fasole, pâine, biscuiţi, legume fierte (inclusiv spanac), lăptucă, cartofi, castravete, vânată, păstăi, papaia, pepene verde, cantalup, lămâie dulce, struguri, apă caldă de băut, lapte cald, ceai, cafea.

ALIMENTE NERECOMANDATE fructe acre, alimente grase, mâncăruri grele, orez, carne, peşte, iaurt, îngheţată, brânză, alimente fripte sau prăjite, oţet, sosuri, ardei iute, salată crudă, alcool, băuturi reci.

## Febră provocată de răni accidentale

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, carne sau supă de carne, produse lactate, ulei, ouă, legume fierte cu ulei şi condimente, băuturi fierbinţi, ceai negru, cafea, fructe uscate.

ALIMENTE NERECOMANDATE: fasole, soia, porumb, ovăz, mei, orz, fructe acre, băuturi reci, dovlecel, fructe zemoase, salata cruda.

## Gonoree

ALIMENTE RECOMANDATE: regim de lichide, orz, orez, supă de fasole, legume fierte, lapte, papaia, pepene, lămâie dulce, morcov, castravete, cantalup, apă multă de băut, suc dulce de fructe, îngheţată, puţină sare.

ALIMENTE NERECOMANDATE: condimente iuţi, inclusiv ardei iute, fructe acre, carne, peşte, ceai negru şi verde, cafea şi alte băuturi fierbinţi, oţet, băuturi alcoolice, usturoi, ceapă, sosuri.

## Gută

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, porumb, mei, supă de fasole, pătrunjel, spanac, lăptucă, sparanghel, apă de băut fierbinte, lapte, legume fierte, ouă (1 ou/zi), banane, papaia, cantalup, pepene verde.

ALIMENTE NERECOMANDATE: fructe acre, ananas, măr, portocale, mandarine, carne, peşte, verdeţuri (excepţie pătrunjel), alcool, alimente fripte sau prăjite, fasole în exces, soia, oţet, sosuri, alimente fermentate, ceai negru şi verde, cafea, cacao, ciuperci.

## Hemoragie, menoragie

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, mei, fasole boabe mari, linte, portocale, năut, lapte (în special cel de capra), leguminoase fierte (în special flori de lotus), supă de porumbel, de iepure, fructe zemoase dulci, pepene, struguri, ouă crude, sucuri de fructe reci, apă rece cu zahăr.

ALIMENTE NERECOMANDATE: condimente iuţi, alcool, ceai negru, cafea, alte băuturi fierbinţi, fructe acre, oţet, sare, carne, peşte, legume verzi, mâncăruri grele, alimente fripte sau prăjite.

## Hemoroizi

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, lapte de capră, zer, brânză, toate fructele, supă de ridichi, ceapă, roşii, coriandru verde, legume bine fierte cu condimente carminative, supă de linte, apă sau băuturi reci între mese (ceai de salvie).

ALIMENTE NERECOMANDATE: băuturi alcoolice, condimente iuţi, ardei iute, carne, oţet, soia, ceai negru, cafea, băuturi fierbinţi, alimente grase, mâncăruri grele, ulei, sare.

OBSERVAŢII: Respectarea orelor fixe de masă este esenţială.

## Hepatită

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, orz, grâu, porumb, mei, supă de fasole, supă de ridiche, supă legume, oua fierte (3/săptămână), papaia, dovleac, pepene verde, cantalup, castravete, banana, struguri, smochine, cireşe, lămâie dulce şi alte fructe dulci, apă cu zahăr sau suc dulce de fructe.

ALIMENTE NERECOMANDATE: alimente grase inclusiv lapte, unt, ulei, iaurt, brânză, carne, fructe acide ca: lămâie, ananas, măr, piersică; alcool, ceai fierbinte, cafea, băuturi fierbinţi, ardei iute, îngheţată, ulei de nucă, ulei de arahide.

## Boli de inimă

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, orz, lapte cu apă, unt sau untură, legume fierte, toate fructele, dar mai ales cele dulci şi acrişoare, portocală, rodie, mar, lămâie, ananas, grapefruit, mango, sucuri de fructe, supă de fasole.

ALIMENTE NERECOMANDATE: băuturi fierbinţi, alcool, cafea, toate intoxicantele, carne, peşte, alimente fripte sau prăjite, oţet, mâncăruri grase, melasă, ulei de susan, condimente iuţi, soia, tuberculi, alimente fermentate organic.

## Insomnie

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, toate produsele lactate, în special laptele de bivoliţă, supă de fasole, legume verzi, fructe, băuturi reci, suc de fructe.

ALIMENTE NERECOMANDATE: peşte, carne, condimente iuţi, ceai negru, cafea, băuturi fierbinţi, mei, porumb, ovăz, usturoi, oţet.

## Malarie

ALIMENTE RECOMANDATE grâu, orez, carne (în special vită), alimente grase, fructe acre, toate legumele.

ALIMENTE NERECOMANDATE: iaurt, fasole, mei, porumb, sare în exces, alcool, oţet, alimente fermentate organic.

## Boli de nervi, tuberculoză, scleroză multiplă

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, produse lactate, carne, alimente grase, fructe dulci, nuci, migdale, stafide, băuturi fierbinţi, cafea, condimente, alimente cu mare valoare nutritivă.

ALIMENTE NERECOMANDATE: salată verde crudă, fructe zemoase, dovleac, papaia, cartofi, varză, conopidă, ciuperci, morcovi, carne de oaie, îngheţată, băuturi alcoolice.

## Obezitate

ALIMENTE RECOMANDATE: orz, ovăz, porumb, mei, legume verzi, fasole, cartofi, toate fructele (cele acre NU), ceai sau cafea.

Se bea apă cu miere dimineaţa şi seara.

ALIMENTE NERECOMANDATE: orez, carne, peşte, alimente grase, produse lactate, fructe acre, zahăr, melasă, fructe uscate, alcool.

## Boli de ochi

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, orz, legume cu ulei sau untură, produse lactate, toate fructele, ouă, sparanghel, spanac, lăptucă, sucuri dulci de fructe, zahăr, foarte puţină sare.

ALIMENTE NERECOMANDATE: carne, peşte, băuturi alcoolice, toate intoxicantele, fasole, băuturi fierbinţi, ceai negru şi verde, cafea, oţet, usturoi, ceapă, praz, alimente uscate ca: porumb, mei, ovăz, condimente iuţi.

## Paralizie

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, supă de fasole cu grăsime (slănină), lapte cu caimac, legume verzi fierte, fructe dulci, portocale, mandarine, lămâi, struguri, băuturi reci, suc de fructe.

Se bea zilnic timp de o lună un litru suc combinat din morcovi şi rădăcină de pătrunjel.

ALIMENTE NERECOMANDATE: ceai fierbinte, cafea, alcool, condimente iuţi, carne, soia, sare, ulei, ceapă, usturoi, praz, iaurt, oţet, alimente fripte sau prăjite, mâncăruri grase sau grele.

## Boli de piele, exemă, urticarie, lepra, leucodermă, viermi inelari

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, orz, mei, porumb, fasole, legume verzi, banane, măr, ceai (negru, verde), cafea, băuturi fierbinţi.

Se bea puţină apă după masă.

ALIMENTE NERECOMANDATE: produse lactate, fructe acre, mandarine, portocale, ananas, piersică, prună, peşte, carne, zahăr, susan, ulei, sare, alimente grase, mâncăruri grele, alimente fripte sau prăjite, alimente fermentate.

OBSERVAŢII: Extern se unge pielea cu suc de ţelină.

## Reumatism

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, porumb, mei, ovăz, orz, lapte, legume verzi fierte cu condimente, supă de fasole, ceai cu ghimbir, cafea şi alte băuturi fierbinţi.

ALIMENTE NERECOMANDATE: mâncăruri grase, unt, iaurt, smântână, brânză, fructe, carne, băuturi alcoolice, dovleac, nap, cartofi, ciuperci, oţet, alimente fripte şi prăjite, ulei, nuci, arahide, nucă de cocos, mâncăruri grele.

INDICAŢII PENTRU REGIM: Între 18:00 şi a doua zi ora 11:00, nu se mănâncă nimic; deci ultima masa este la 18:00 şi până a doua zi, se pot consuma doar lichide.

Dimineaţa la trezire se face terapia cu ulei de floarea soarelui, apoi la ora 10:00 se spală 4 linguri de orez integral şi se pun la înmuiat timp de o oră.

La ora 11:00 este prima masă, când se înghit cele 4 linguri de orez înmuiat.

La ora 13:00 se poate lua a doua masă alcătuită numai din alimentele recomandate.

Exemplu de masă de prânz şi seara; variante:

* supă de legume sau supă de fasole boabe (fãrã roşii, fãrã bulion; doar cu puţină sare de mare).
* 1/2 litru lapte crud de capră îndoit cu ceai de salvie.
* legume (morcovi, ţelină pătrunjel, păstârnac, varză, praz, broccoli, conopidă) fierte cu ghimbir, la care se adaugă pătrunjel verde tocat, andive, puţină zeamă de lămâie, sare marină, o lingură de ulei de măsline presat la rece.
* terci de grâu încolţit cu o linguriţă de miere şi o banană.
* se pot bea sucuri de morcovi, pătrunjel, sfeclă roşie, varză.
* boabe de porumb fierte cu puţină sare de mare.
* două gălbenuşuri de ou/săptămână (crude sau fierte tari).
* orez fiert cu legume.
* arpacaş fiert cu legume.

Se pot bea ceaiuri depurative, recomandându-se în mod special: coada calului, urzica, salvie, păpădie şi gălbenele.

## Boli urinare, boli de rinichi

ALIMENTE RECOMANDATE: orz, porumb, mei, grâu, orez vechi de un an, fasole, legume verzi fierte cu condimente (tarhon, chimen, busuioc, mentă, ghimbir, coriandru, piper moderat, dafin, pătrunjel, mărar, leuştean), brânză de vaci (capră) fãrã cheag, ouă fierte 3/săptămână, ulei de muştar, ulei de măsline, struguri, lămâie, mar, banane şi alte fructe.

ALIMENTE NERECOMANDATE: alcool, cafea, băuturi fierbinţi, produse lactate (excepţie brânză), alimente grase, cartofi, zahăr, ceapă, orez nou, alimente fripte sau prăjite, nuci. Regimul se stabileşte după modelul celor anterioare.

## Deficienţe sanguine, toxemie, sifilis, infecţii, sida

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, orz, mei, porumb, supă de fasole, produse lactate, exceptând iaurtul, supă de iepure sau de fazan, dovlecel, dovleac, sparanghel, castravete, spanac, lăptucă, miere, pepene verde, cantalup, banane, struguri şi alte fructe dulci. – apă (distilată) şi ceai de salvie între mese.

ALIMENTE NERECOMANDATE: porc, peşte, vită, pui, berbec, bivol, alcool, sare, fructe acre, lămâie, roşie, condimente picante, soia, ulei de susan, băuturi fierbinţi, cartofi, ridichi, legume verzi, iaurt, oţet, mâncăruri grase, alimente fripte sau prăjite.

INDICAŢII PENTRU REGIM: Se respectă perioada de repaus alimentar între 18:00 şi 11:00.

* Dimineaţa la sculare: terapia cu ulei.
* Ora 11:00 prima masă: 4 linguri de orez integral înmuiat cu o oră înainte.

Celelalte mese pot conţine:

* 5 linguri de grâu încolţit cu miere şi brânză de vaci.
* 1/2 litru lapte crud de capră îndoit cu ceai de salvie.
* supă de iepure de camp sau fazan (carnea nu se consumă) fiartă cu ceapă, morcov, dovlecel, ţelină, pătrunjel, mărar, chimen, busuioc, coriandru, mentă. - salată din lăptucă, spanac (crud), pătrunjel, ţelină, busuioc şi alte condimente carminative (coriandru, fenicul, anason) în care se pun 2 linguri de orez fiert.
* orez cu condimente carminative.
* arpacaş (grâu) fiert cu puţină miere.
* dovleac copt sau crud.
* dovlecel fiert, cu smântână şi (sau) brânză de vaci.- toate fructele dulci.

## Tumori abdominale

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, supă de fasole, unt sau smântână, legume verzi fierte cu ulei, supă de ridiche, condimente (ghimbir, piper negru, frunze de dafin, usturoi moderat), suc de portocale, lămâi, struguri, roşii, fructe dulci, produse lactate, iaurt, zer, apă între mese.

ALIMENTE NERECOMANDATE: alimente fripte sau prăjite, carne, porumb, mei, bob, ovăz, condimente iuţi, pâine uscată, biscuiţi, ceai negru, cafea, băuturi fierbinţi, fructe prea coapte, tuberculi.

## Tuse seacă

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, supă de carne cu condimente carminative, roşii, sfeclă, cartofi, legume bine fierte cu ulei, fructe (numai până la oră 17:00), ceai, cafea, alte băuturi fierbinţi, fructe uscate, curmale, stafide, nuci, smochine, lapte, apă fierbinte de băut sau apă calda cu sare.

ALIMENTE NERECOMANDATE: salate crude, conopidă, ridiche crudă, arahide, nucă de cocos, băuturi alcoolice, ardei iute, nap, dovleac, piper, iaurt, brânză, fructe seara sau dimineaţa devreme, băuturi reci..

## Tuse cu expectoraţie

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, porumb, mei, fasole, legume verzi fierte cu condimente iuţi, cartofi, supă de pui fãrã grăsime, băuturi alcoolice, ceai de ghimbir, cafea şi alte băuturi fierbinţi, miere, brânză.

ALIMENTE NERECOMANDATE: produse lactate cu excepţia brânzei, porc, vită, berbec, peşte, bivol, ceapă, nap, conopidă, varză, sfeclă, morcovi, fructe acre, nucă de cocos, arahide, alimente grase sau preparate cu grăsime, ciuperci, salate crude, băuturi reci, îngheţată.

## Aciditate, ulcer gastric şi duodenal, pietre la vezica biliară, gastrită

ALIMENTE RECOMANDATE: orez, grâu, orz, supă de legume, supă de fasole, păstăi verzi, legume verzi fierte, papaia, portocale, lămâi, struguri, mandarine, pepene verde, fructe dulci, lapte, sucuri de fructe şi apă între mese.

ALIMENTE NERECOMANDATE: carne, băuturi alcoolice, alimente fripte sau prăjite, soia, alimente grase, conopidă, varză, ridiche crudă, oţet, biscuiţi, coajă de pâine, ceai (negru), cafea, băuturi fierbinţi, dulciuri, prăjituri de casă, ardei iute, ulei, murături.

Regimul alimentar se alcătuieşte după modelul celorlalte două de mai sus respectând orele de repaus alimentar (18:00-11:00), prima masă (orezul crud, înmuiat) şi terapia cu ulei (dimineaţa la sculare).

În acest regim nu se consumă brânză de vaci şi smântână. Se poate consuma foarte puţină miere şi trebuie să aveti ore regulate de masă.

## Viermi intestinali

ALIMENTE RECOMANDATE: grâu, porumb, orez, orz, fasole, legume fierte cu condimente şi ghimbir, usturoi, băuturi alcoolice, ceai negru, cafea, apă fierbinte, brânză, ardei iute, piper negru, ghimbir, papaia, banană, castravete, măr.

ALIMENTE NERECOMANDATE: fructe acre sau dulci, carne, peşte, produse lactate (excepţie brânza), zahăr, melasă, cartofi, alimente grase, nuci, biscuiţi.

OBSERVAŢII: Cu o oră înainte de culcare, se bea o cană de ceai de cimbrişor şi se consumă 50 seminţe crude de dovleac pentru adulţi; copii 1-4 ani - 10-12 seminţe, copii 5-10 ani - 30 de seminţe.

# TERAPII ADIACENTE - TRATAMENTULUI NATURIST AVERTISMENT

Terapiile prezentate în acest capitol, pot fi foarte periculoase dacă nu sunt aplicate la sfatul şi sub îndrumarea stricta a unui medic alopat specialist în astfel de tratamente, sau a unui terapeut autentic cu experienţă în astfel de proceduri.

În functie de terapia aleasă, pacientul trebuie să dispună de o condiţie fizică şi un suport energetic minime obligatorii, în caz contrar putând surveni afecţiuni grave, mergând (Doamne fereşte!) până la deces.

Credinţă puternică în Dumnezeu este vitală pentru obţinerea vindecării.

Prin regimurile, terapiile şi reţetele inserate în continuare, am urmărit să relatăm, cât mai obiectiv cu putinţă, efectele lor benefice, dovedindu-se extrem de eficiente atunci când s-a lucrat corect cu ele.

Reţetele sunt culese din medicina tradiţională şi au caracter informativ.

O parte din ele au fost experimentate chiar de Valeriu Popa, iar regimurile ii aparţin în totalitate (concepţie, prezentare şi terapeutică).

Relaţii suplimentare (informare, documentare) puteţi obţine în mod gratuit de la doamna Sanda Stefan,

Telefon: 0745 153 875.

## Terapia cu argilă

Argila este cunoscută astăzi ca panaceu universal şi aproape fãrã contraindicaţii, fiind folosită încă din antichitate cu rezultate excepţionale. Practicată şi în ţara noastră ca remediu tradiţional, această terapie plasează argila la rangul de medicament al viitorului. Este foarte bogată în minerale naturale: calciu, fier, magneziu, aluminiu, siliciu, sodiu, potasiu etc.

Proprietăţile de bază ale argilei sunt: dezinfectant, bactericid, regenerator, antiseptic, remineralizant, vitalizant, tonifiant, cicatrizant, antitoxic, absorbant, degresant şi nu în ultimul rând: putere antioxidantă. Se foloseşte atât în cure interne cât şi externe sub formă de apă de argila, lapte de argilă, cataplasme şi bai, restabilind echilibrul acido-bazic al organismului, remineralizându-l şi stimulând activitatea glandelor endocrine. Ca remediu intern, este indicată în următoarele afecţiuni: ulcer, gastrite, colite, enterocolite, parazitoze, hemoroizi, fisuri anale, hepatite, ciroze, insuficienţă hepatică şi biliară, nefrite, cistite, litiaze renale, prostată, anexite, astm, tuberculoză, bronşită traheică, otite, sinuzite, boli de nervi, paradontoze, micoze bucale, abcese dentare, pancreatită, insuficienţă tiroidiană, afecţiuni reumatice, intoxicaţii, obezitate, diabet, boli ale inimii, tumori benigne şi unele forme de cancer cum ar fi: cel al stomacului, colonului, rinichiului, vezicii urinare.

Ca remediu extern, se utilizează în: tratarea ulcerelor varicoase, a plăgilor, exemelor, degerăturilor, infecţiilor dermatologice, entorse, contuzii, furunculoze, panariţiu, Zona Zoster, acnee, conjunctivită, arsuri, flebite, celulite şi altele.

Sunt foarte puţine contraindicaţii în tratamentul cu argilă, şi anume: în cazuri de hernie, constipaţie severă, tratament cu raze X. De asemenea, femeile aflate în perioada ciclului menstrual nu vor face această terapie. Cura internă se face în prima fază pe durata a trei săptămâni, în fiecare zi bându-se câte un pahar de apă argiloasă de 3 ori/zi, pe stomacul gol dimineaţa, şi înaintea meselor de prânz şi seara cu 1/2 ora.

Paharul cu apă de argilă se prepară de seara pentru a doua zi, se pune o linguriţă de argilă într-un pahar cu apă. Primele trei zile se bea doar apă fãrã a agita argila din pahar. După aceea se consumă împreună cu argila, amestecând cu o linguriţă înainte de a consuma compoziţia din pahar. Cura se continuă timp de 6 luni, câte 10 zile/lună.

În timpul acestei cure nu se consuma grăsimi animale şi alcool.

În primele zile de tratament urina şi scaunul pot prezenta modificări: miros urât, uşoară constipaţie sau diaree, urină tulbure şi închisă la culoare. Nu trebuie să se întrerupă tratamentul, ȋncep să se elimine toxinele, purificându-se astfel organismul.

Pentru uzul extern se prepară pasta de argilă. Punem argila într-un vas, turnăm progresiv apă amestecând continuu cu o lingură de lemn până obţinem o pastă densă. Din ea se prepară cataplasmele care se aplică de 2-3 ori/zi timp de 2-3 ore. Pentru acnee se întinde pasta pe faţă lăsând-o 10-15 minute, apoi se spală faţa cu apă călduţă.

Se pot face şi spălaturi vaginale şi clisme în doze de 3-4 linguri la 1 litru de apa, la temperatura corpului.

Folosind regulat cura cu argilă veţi scăpa de riduri şi obrazul se va catifela. Eficienţa mare pe care o are în majoritatea afecţiunilor face din terapia cu argila un tratament naturist de excepţie.

## Efectele curative ale bitterului suedez

Plantele folosite sunt următoarele:

* 30g aloe - frunze
* 10g răşină de brad
* 5g şofran (rădăcină) sau stânjenel (rădăcină)
* 10g salcâm (flori)
* 10g dafin (frunze) sau scorţişoară pisată
* 20g frasin (frunze)
* 10g fenicul sau anason
* 20g troscot sau rădăcină de rubarbă
* 20g genţiană (sau 50g pelin şi 5g anghinare)
* 10g scaiete (rădăcină)
* 10g angelică
* 20g ienupăr (boabe pisate)
* 20g soc
* 30g ţintaură
* 20g tătăneasă
* 20g rostopască
* 20g salvie
* 20g odolean
* 20g coriandru
* 20g anghinare
* 30g gălbenele
* 30g sunătoare
* 25g ciuboţica cucului
* 30g urzică
* 30g pufuliţă cu flori mici
* 30g coada calului
* 30g coada şoricelului
* 30g unguraş
* 25g traista ciobanului
* 25g vâsc
* 30g pedicuţă
* 25g osul iepurelui
* 30g cimbru
* 30g patlagină

Acest amestec se pune în 3 litri de alcool de 38-40°; se amestecă de două ori/zi şi se lasă la macerat 14 zile, după care se strecoară prin tifon şi se toarnă în sticle mici de culoare închisă. Pot fi păstrate ani. Cu cât stă mai mult, cu atât are efect mai bun.

Profilactic, se iau 2 linguriţe/zi, una dimineaţa şi una seara.

Linguriţa de bitter suedez se diluează în 125ml ceai de plante sau apă şi se ia cu 1/2 oră înainte de masă.

În bolile maligne se iau 2-3 linguri/zi după cum urmează: câte o lingură diluată în 125ml apă sau ceai de plante, prima se ia cu 1/2 oră înainte de masa de dimineaţă iar celelalte cu 1/2 oră după masă.

Enumeram o parte din efectele curative: - Dacă este mirosit sau inspirat des şi dacă se umezeşte cu bitter baza craniului, dispar durerea de cap şi ameţeala şi se întăresc creierul şi memoria.

* Ajută vederea, înlâturându-le ochilor roşeaţa, durerea şi injectarea. Vindecă cataracta dacă se umezeşte coada ochilor sau se pune o bucată de pânză umezită cu bitter pe ochii închişi.
* Vindecă exemele de orice fel şi bubele din nas dacă acestea se umezesc bine şi des.
* Calmează durerile de dinţi ţinându-se în gură un amestec din puţină apă şi o lingură de bitter, sau se pune o compresă înmuiată pe dintele dureros.

Durerea dispare şi infecţia se retrage.

* Aftele, băşicile de pe limbă sau alte afecţiuni care apar pe limbă dispar dacă sunt umezite sistematic cu acest bitter.
* Pentru dureri de gât când el este roşu şi inflamat, se înghit încet 3 linguriţe/zi diluate în ceai.
* Pentru dureri de stomac se ia la o criză o lingura.
* Pentru colici se iau 3 linguri, încet, una după alta.
* Elimină neplăcerile gazelor intestinale.
* Este de mare ajutor ficatului în toate bolile sale.
* Dureri ale vezicii biliare: se ia câte o lingură dimineaţa şi una seara şi se pun noaptea comprese; durerea dispare repede.
* Ajută în constipaţie.
* Pentru hidropizie, se ia câte o lingură în puţin vin alb, dimineaţa şi seara, timp de 6 săptămâni.
* Pentru dureri de urechi şi vâjâit în urechi se umezeşte o bucată de vată şi se bagă în ureche. Redă chiar şi auzul pierdut.
* Elimină viermii intestinali, chiar şi tenia.
* Vindecă icterul dacă se ia câte o lingură de 3 ori/zi şi se aplică comprese pe ficatul inflamat.
* Hemoroizii se umezesc des şi se face şi cură internă.
* În caz de tuberculoză se iau 3 linguriţe/zi timp de 6 săptămâni.
* Ajută la vindecarea secreţiilor vaginale.
* Reglează ciclul menstrual.
* Ajută în vindecarea epilepsiei fortificând nervii şi întreg organismul.
* Duce la dispariţia indispoziţiilor.
* Rezultate bune în vindecarea paraliziei.
* Foarte eficient în caz de febră.
* Tratează foarte bine cancerul.
* E foarte bun pentru negi, cicatrice, tăieturi, râni, umflături, vânătăi.
* Curăţă sângele, stimulează circulaţia şi ajuta în anemie şi reumatism.

Atenţie:

* Toate cantităţile indicate trebuie diluate cu ceai de plante sau apă.- Nu se consumă lapte înainte şi după administrare.

## Cură de dezintoxicare de o zi

Aveţi nevoie de:

* 2 pliculeţe de 30g fiecare de sare amară (sulfat de magneziu) din farmacie pe care le dizolvaţi în 750ml apă. Obţineţi o soluţie laxativă pe care o împărţiţi în 3 căni de câte 250ml fiecare.
* 200ml ulei de măsline presat la rece + zeama de la 3 lămâi. În ziua respectivă luaţi masa de dimineaţă la oră 10:00 şi până la oră 14:00 nu mai mâncaţi nimic.

Ora 14:00 - Luaţi prima cană (250 ml) de laxativ

Ora 16:00 - Luaţi a doua cană (250 ml) de laxativ

Ora 18:00 - Se înghite uleiul de măsline (200 ml) cu zeama de la 3 lămâi şi apoi, obligatoriu se stă pe partea dreapta 1/2 oră.

Ora 22:00 - Luaţi ultima cană (250 ml) de laxativ

Ora 23:00 - Se mănâncă o cană de griş fiert în lapte.

Pe parcursul curei se poate bea apă în afară de o oră înainte şi o oră după ce luaţi uleiul.

Veţi avea multe scaune; e bine să va controlaţi fecalele pentru a vedea ceea ce eliminaţi.

Excesul de bilirubină precipită sub formă de biluţe verzi gelatinoase (sunt îmbibate cu ulei), colesterolul sub formă de biluţe albe; iar nisipul şi mâlul ies ca atare.

După cura de dezintoxicare puteţi începe regimul naturist propriu-zis.

Atenţie:

* Cei cu diabet, pe parcursul curei pot manca normal însă în cantităţi foarte mici. O oră înainte şi după ce luaţi uleiul de măsline nu mâncaţi nimic.
* Cei cu gastrită hiper-acidă şi ulcer nu folosesc soluţia laxativă, ci numai soluţia uleioasă de la oră 18:00. În schimb, timp de două zile, începând cu ziua în care se face cura, vor face două clisme pe zi: una dimineaţa şi una seara cu doi litri de ceai de muşeţel.

## Tăierea sub limbă

Este o altă terapie veche practicată în ţara noastră.

De când ne ştim, am auzit de câte un bătrân sau o bătrână la ţară care taie sub limbă, în special pentru „gălbinare“, adică hepatite, icter şi boli ale ficatului. Însă, efectul este benefic în majoritatea bolilor. Se elimină astfel toxine ce nu pot fi îndepărtate pe alte căi din organism.

Sângele toxic vine din ficat, eliberându-se astfel sistemul hepato-biliar.

Ficatul - care reprezintă farmacia organismului - îşi reia, prin această procedură, funcţiile corecte şi, de aici, ȋncep să funcţioneze normal şi celelalte organe de filtrare şi eliminare: bila, rinichi, pancreas.

Cele două vinişoare care sunt crestate au legatură directă cu ficatul şi reprezintă un canal de deversare pentru tot ce este rău în sânge.

Cand ele sunt negre (adică pline) toxinele rămân în sânge. Aşa apar tot felul de boli.

Iritarea permanentă a celulelor de toxine, conduce la o disfuncţie a ficatului, organ ce constituie o minune închisă în el. Funcţia sa este atât de stabilă încât îl putem califica drept un organ extraordinar. În plus faţă de importanta sa funcţie de eliminare a produşilor toxici, el ia parte în mai multe moduri la metabolismul organismului. Când el este bolnav, corpul întreg este afectat. Atunci când funcţionează normal, totul este cu grijă transformat şi filtrat de ficat. Toxinele sunt de asemenea descompuse, distruse inofensiv şi eliminate. Ficatul are deci constant nevoie de o irigare buna sangvină.

Atunci când el este atins, nu mai are capacitatea de a descompune suficient diferitele toxine, ele pătrunzând astfel în circuitul sangvin, provocând o iritare cronică a ţesuturilor celulare şi constituind un teren propice cancerului. Deci, în primul rând, ar trebui îngrijit şi curăţat ficatul în lupta împotriva oricărei boli.

Revenind la terapia sus menţionată, rezultate foarte bune s-au obţinut în:

* boli ale ficatului: ciroză, icter, cancer, hepatite, steatoză (se elimină fibrina din ficat)
* cancere de orice tip
* tensiune (mică, mare, oscilantă)
* ateroscleroză
* reumatism
* boli ale rinichilor (efecte de excepţie în cazul bolnavilor care fac dializă)
* tulburări de menopauză
* acnee
* psoriazis
* boli autoimune: colagenoză, lupus
* diabet
* pancreatite
* ulcer varicos, varice, arterită, tromboflebită
* gută
* boli de nervi
* prostată
* impotenţă, frigiditate
* miopie, retinopatie, cataractă
* dureri de cap

Este bine de ştiut ca înainte cu două ore de a face tăierea sub limbă să mâncaţi ceva şi să beţi un ceai îndulcit sau un suc dulce pentru a evita o criză de hipoglicemie. Nu se întâmplă nimic, însă puteţi avea o senzaţie de ameţeală, o paloare bruscă şi transpiraţie. Deci, nu vă duceţi ca la analize: nemâncaţi şi nebăuţi.

Pentru efect maxim şi pentru curăţarea cât mai completă a ficatului, se impune tăierea sub limbă de 3 ori în 3 luni, adică o dată pe lună sau de 3 ori în maxim 6 luni.

Tăierea sub limbă ar trebui însoţită de cura de dezintoxicare de o zi cu laxativ şi ulei de măsline pentru a elimina depunerile din vezica biliară şi a elibera ficatul de colesterol.

Este bine ca înainte de a începe o dieta naturistă să faceţi tăierea sub limbă şi cura de dezintoxicare. Asta înseamnă peste 50% vindecare şi echivalează cu multe zile de post negru.

După ce v-aţi tăiat sub limbă de 3 ori, este bine să o mai faceţi o dată pe an, primăvara, pentru întreţinere.

Cura de dezintoxicare de o zi se poate repeta la început o dată pe lună, apoi o dată sau de două ori pe an. Cura de dezintoxicare de o zi o prezentăm pe pagina următoare. Atenţie la condiţiile igienico-sanitare în care va tăiaţi sub limbă!

Castronul în care deversaţi sângele trebuie să fie de unica folosinţă (el se aruncă, NU se spală şi NU se foloseşte la alt pacient); lama cu care sunteţi tăiat trebuie să fie sterilă şi unică (se aruncă după folosire), iar cel care vă taie trebuie să poarte mănuşi sterile. Asiguraţi-vă că sunt îndeplinite toate condiţiile şi nu va exista pericolul să vă infectaţi sau să contactaţi altă boală.

## Postul

Postul, care este o acţiune de renunţare completă sau parţială de la hrană, reprezintă principalul mijloc de vindecare şi transformare a fiinţei umane prin eliminarea otrăvurilor din corp.

Cel mai des întâlnit, cu o largă răspândire în rândul populaţiilor de diferite naţionalităţi este postul religios, pentru romani postul creştinesc. Practicat de mii de ani, transmis din generaţie în generaţie, el a devenit parte integrantă din viaţa creştinului practicant.

Motivat sentimental şi religios de exemplul lui Iisus Hristos, precum şi de evenimentele legendare din viaţa bisericii creştine, postul se ţine în diferite perioade ale anului, având durate şi grade de severitate diferite, în funcţie de evenimentul la care se face referinţă.

Se subînţelege că postul are efect global de dezintoxicare şi purificare a structurii fizice ştiindu-se că produsele de origine animală se alterează rapid lăsând multe reziduuri în organism. Astfel, în tradiţia creştină, postul Paştelui are rolul de a curăţa fiinţa umană după excesele alimentare din timpul iernii permiţându-i renaşterea la o condiţie mai pură şi vitală în acord cu noile forţe regeneratoare ale primăverii; la fel postul Crăciunului pregăteşte omul pentru perioada iernii. Aceasta este forma cea mai uşoară de post în care nu se consumă alimente de origine animală (carne, ouă, icre, lactate).

O altă abordare a postului este cea stiinţifică, care studiază corpul uman utilizând tehnologie de ultima oră în domeniul electronicii, fizicii, chimiei ş.a.m.d.

În mod inexplicabil pentru medicina clasică, naturiştii reuşesc să „păcălească“ o serie de boli considerate incurabile printr-un mijloc foarte simplu şi extrem de eficient, însă foarte puternic, care este postul negru. El este practicat în clinici specializate, renumite fiind cele din Austria, Elveţia, fosta U.R.S.S., Statele Unite etc. Pacienţii sunt asistaţi de medici cu experienţă în domeniu, programul este riguros, postul fiind asociat şi cu alte terapii naturiste menite să dezintoxice organismul, să îi refacă echilibrul pierdut ca urmare a unui mod de viaţă dezordonat care încalcă legile naturii.

Acest tip de post este indicat drept cură de dezintoxicare, fiind terapia cea mai puternică şi cu efectele cele mai rapide, atât pentru vindecarea trupului, cât şi a sufletului.

Este forma de post recomandată persoanelor cu o voinţă foarte puternică, precum şi celor aflaţi în situaţii limită şi care au o motivaţie pentru a recurge la acest tip de tratament.

Valeriu Popa, fiind el însuşi un practicant al postului negru, cel mai lung pe care l-a ţinut fiind de 52 de zile, l-a promovat ca forma de tratament, având rezultate spectaculoase. Pentru oamenii ajunşi în pragul disperării, bolnavi irecuperabili pe cale medicală, fãrã speranţă de viaţă, această terapie reprezenta ultima soluţie. În cazurile de cancer şi toate bolile grave este considerat principala „terapie-şoc“ a medicinii naturiste, prin aceasta stopându-se evoluţia lor şi chiar vindecându-se.

Postul negru nu este recomandat persoanelor subponderale, cu o vitalitate scăzută, hipotensive, cu carenţe grave de minerale şi vitamine.

În aceste cazuri, sunt de preferat posturile cu sucuri de legume şi fructe.

De la caz la caz, Valeriu Popa recomanda 7, 14 sau 21 zile de post cu apă distilată. Foarte rar, sugera posturi de 28 de zile sau mai mult.

Celor aflaţi în situaţii limită le spunea franc: „Omule, fizic eşti mort, energetic mai ai însă şanse. Lupta, fă ce ţi-am recomandat şi poţi scăpa”. Dansul nu garanta viaţa sau vindecarea nimănui: „Eu nu sunt Dumnezeu, nu eu iţi dau viaţa, nu eu te pot salva; pot însă să-ti spun ce au făcut alţi semeni şi contemporani cu tine, aflaţi în situaţii similare cu a ta, care acum trăiesc, care au ieşit din prăpastia morţii”. În timpul postului se consumă 2 litri de apă distilată (pentru uz alimentar) pe zi şi se fac două clisme: una dimineaţa cu 2 litri de ceai de muşeţel şi alta seara cu 2 litri de ceai de rostopască. Cei doi litri de lichid pentru clismă se introduc în două sau mai multe reprize pentru a nu forţa colonul.

Este bine ca postul să fie însoţit de rugăciune pentru ca el are darul de a acţiona asupra fiecărui aspect din fiinţa umană, fiind prilej de curăţire a mintii şi sufletului şi de înălţare spirituală.

Pe durata postului este bine să aveti activitate fizică şi intelectuală moderata (atât cât este posibil), să se evite statul în pat peste limita firească, necesară somnului. Feriţi-vă de situaţii conflictuale, discuţii contradictorii.

Împăcaţi-vă şi iertati pe toţi cei care consideraţi că v-au necăjit şi cereţi-vă iertare celor cărora le-aţi greşit; astfel postul câştigă mult în eficienţă.

Nu postiţi în scopuri revendicative, protestare căci vibraţiile negative cu care va înconjuraţi în asemenea situaţii va afectează sănătatea.

Tot pe parcursul postului, limba se raclează cu o spatulă de lemn (coadă de lingură de lemn), de 2-3 ori/zi, de fiecare data când limba devine încărcată.

La fel de importantă ca postul în sine, dar prezentând riscuri mari pentru sănătate dacă e făcută incorect - este revenirea din post.

De obicei, Valeriu Popa recomanda 7 zile de revenire, perioadă în care se consuma în continuare 1 până la 1,5 litri de apă distilată zilnic, la care se adaugă:

* în prima zi: zeama de la o lingură de orez fiert în 0,5 litri apă distilată timp de 10 minute;
* în a doua zi: zeama de la 2 linguri de orez fiert în 0,5 litri apă distilată timp de 10 minute;
* în a treia zi: zeama de la 3 linguri de orez fiert în 0,5 litri apă distilată timp de 10 minute;
* în a patra zi: Se fierb 3 linguri de orez şi una de arpacaş într-un litru de apă distilată, 10 minute. Se bea zeama şi se consumă 23 linguri de fiertură treptat, pe parcursul zilei;
* în a cincea zi: Se fierb 4 linguri de orez şi 2 linguri de arpacaş într-un litru de apă distilată, 10 minute. Se consumă zeama şi jumătate din fiertură pe parcursul zilei;
* în a şasea zi: Se fierb 4 linguri de orez şi 3 linguri de arpacaş într-un litru de apă distilată, 10 minute. Se bea zeama şi se consumă fiertura pe parcursul zilei;
* în a şaptea zi: Se fierb 5 linguri de orez şi 3 linguri de arpacaş într-un litru de apă distilată, 10 minute. Se bea zeama şi se consumă fiertura.

În cazul posturilor de 3-4 săptămâni şi mai mult, perioada de revenire de 7 zile trebuie prelungită în functie de organism. După aceasta, pacientul intră pe un regim echilibrat, specific lui şi bolii respective.

Efectele secundare ale postului negru îşi fac apariţia încă din primele zile. Apar diverse tulburări, oboseală, transpiraţii, tremurături, palpitaţii, greţuri, vărsături, tulburări vizuale, cefalee, nervozitate, iritabilitate - care sunt provocate de eliminarea toxinelor sub diverse forme şi de un consum energetic mai mare din partea organismului pentru a le expulza. În faţa unor astfel de manifestări nu trebuie să vă speriaţi şi să întrerupeţi postul deoarece prin aceste eliminări se regenerează şi reglează anumite functii şi procese ale corpului.

Tot pe parcursul postului, se elimină gradat şi diverse „impurităţi“ din aura energetică şi Lumina interioară se va manifesta din ce în ce mai pregnant în voi. Deveniţi astfel mult mai uşori şi mai fericiţi.

**Atenţie!**

Dacă se urmăreşte un post negru mai mare de 3 zile, este bine să fie făcut sub supraveghere medicală de specialitate. Consultaţi un medic naturist înainte să vă hazardați la astfel de auto-tratamente şi asiguraţi-vă că aveti asistenta lui.

## Minunile urinoterapiei - ca remediu universal

Iubitorul Dumnezeu, care are grija de toate, ne-a dat un dar atât de preţios şi de valoros chiar de la naştere, care are posibilitatea să vindece aproape orice boală.

Terapia cu urină poate fi făcută de oricine, tânăr sau bătrân, chiar şi copil, la domiciliu şi fãrã o cheltuială oarecare.

„Apa vieţii“ - este un dar primit de la Creator pentru bunăstarea noastră fizică. Ea a fost folosită de oameni din toate timpurile. Terapia n-a fost niciodată pierdută, ci numai tăinuită. Ea a fost atestată încă de acum două milenii când medicii romani Galen (129-199 î.Hr.) şi Pliniu (25-79 d. Hr.) recomandau acest remediu pentru vindecare oamenilor suferinzi.

Cartea canadianului A. L. Pauls „Shivambu Kalpa“ indica urina ca metodă de tratament.

O alta carte „ The water of life“ a englezului John W. Armstrong vorbeşte despre puterea de vindecare a urinei proprii. Şi Hipocrate (aprox. 400 î.Hr.) şi Paracelsus (aprox. 1500) recunosc virtuţile terapeutice ale urinei.

Deci, metoda are o vechime de peste 2500 de ani.

În zilele noastre, terapeuţi din toată lumea fac referire la eficienţa tratamentului cu urină.

Şi în satele din Maramureş şi Bucovina urina este folosită pe scara largă ca mijloc de tratament.

O bioenergeticiană celebra din Romania, Alexandra Moşneagă prescrie bolnavilor de cancer consumarea urinei proprii.

Aţi fost călăuziţi să găsiţi şi aceasta informaţie; citiţi-o şi meditaţi asupra ei.

Terapia cu urină este o metodă de vindecare a unei boli prin aplicarea şi folosirea urinei proprii.

Urina, introdusă în organism, acţionează ca un autovaccin, nu numai vindecându-l ci şi întinerindu-l.

Valeriu Popa avea convingerea că urina este un elixir al vieţii dăruit de natură şi că reprezintă o soluţie terapeutică pentru aproape toate bolile.

Am văzut în preajma dansului multe cazuri vindecate de cancer, diabet, boli de piele, boli de inima, boli de rinichi şi chiar SIDA cu ajutorul acestei terapii.

Bolile sunt numeroase, la fel ca şi numele lor, însă remediul este însăşi propria noastră urină care vindeca boala prin îndepărtarea toxinelor şi deşeurilor din organism, prin stimularea mecanismului de apărare al corpului.

Este de preferat să nu se folosească alte medicamente în timpul acestei terapii. În toate cazurile trebuie consultat un specialist. Ca tonic general pentru menţinerea unei stări corespunzătoare de sănătate şi energie şi de asemenea, preventiv contra tuturor bolilor infecţioase, 200ml (un pahar) o dată pe zi sau chiar de două ori, poate fi luat în siguranţă (primul şi ultimul jet se arunca). Cu cât cantitatea este mai mare este mai benefica şi nu este dăunătoare.

Pentru orice îmbolnăviri minore 1-2 pahare/zi reprezintă o cantitate suficientă.

Se poate ţine post de 1 - 3 - 7 - 14 - 21 de zile numai cu urină şi apă (plus 2 clisme/zi), vindecându-se astfel multe boli cronice. O perioadă lungă de post se face sub controlul unui expert pentru că au loc tot felul de eliminări de toxine, în special erupţii cutanate şi vomă. înainte cu două săptămâni de a începe acest tratament şi cât timp se face terapia cu urină, dieta trebuie să fie uşoară: desodată, fãrã carne, grăsimi animale, alcool, cafea, tutun, zahăr, oţet.

Urina veche de 4 zile este foarte buna pentru bolile de piele, pentru frecţie şi masaj, nu pentru băut.

Poate fi folosită şi pentru întreţinerea parului, drept crema de ras, loţiune antiseptică pentru râni şi tăieturi, pentru coşuri şi acnee, pentru arsuri, muşcături de insecte, impiedică formarea ridurilor.

Această terapie vindecă boala prin eliminarea toxinelor în afara corpului pe cale bucală, nazală, anală sau prin piele. De aceea, pacientul poate avea voma, tuse, răceală, diaree sau erupţie pe piele. Nu trebuie să se îngrijoreze de aceste reacţii care îl ajuta în vindecarea bolii. Ele dispar automat în 2-3 zile. În toate cazurile este necesară supravegherea de către un specialist.

Ar fi bine ca oamenii să încerce această terapie, cel puţin pentru acele suferinţe pentru care nu există încă o vindecare şi să afle singuri rezultatele minune.

Acest remediu exista de când e lumea şi este consemnat chiar şi în Biblie - Vechiul Testament: „Bea apă din fântâna ta şi din izvoarele puţului tau“.

Valeriu Popa îl recomanda alături de terapiile naturiste, spunând ca „o cana cu urină în fiecare dimineaţă ne menţine sănătoşi”. Cele ce le-am scris sunt cu titlu informativ, am dorit să reamintesc terapia despre care Valeriu Popa susţinea că este un sistem de vindecare complet, necostisitor şi nemedicamentos.

Pentru documentare în acest domeniu, va recomandam trei cărţi apărute în Romania:

* „Urina, tratament pentru viaţă“ - Daniel Menrath;
* „Shivambu Kalpa - Noţiuni introductive despre autoterapia cu urină“ - dr. Camelia Roşu;
* „Tratamente naturale cu argilă, urină şi hrana vie“ - Elena Niţă Ibrian;

# VINDECAREA PRIN GÂNDIRE

Datorez imensă recunoştinţă celui ce a fost Valeriu Popa, Om ce a reprezentat pentru mine mai mult decât un mentor care, cu ajutorul prieteniei sale iubitoare, mi-a purtat de grijă permanent şi continuă să o facă din lumea de dincolo de stele. Adesea ne spunea: „Ţineţi minte! Tot ceea ce facem, de la gând, privire, gest, vorbă, faptă, se înregistrează undeva, în finitul care ne înconjoară şi când plecam din viaţă ne întâlnim cu noi, fiind direct răspunzători pentru tot ceea ce am făcut”. Fiecare dintre noi este stăpân pe gândurile sale. Acest lucru reprezintă puterea miraculoasă prin care toate lucrurile devin posibile. Emitem negativ, atragem dezechilibre energetice şi deci, boală; emitem gânduri pozitive, primim starea de bine şi de sănătate. Trebuie să învăţam să deţinem controlul absolut asupra mecanismului nostru de gândire, supraveghindu-l în permanenţă. Marea putere a gândului ne poate vindeca bolile şi astfel, ne face fericiţi din nou, plini de viaţă şi de forţă. Puterea vindecătoare infinită îşi are rădăcinile în subconştientul nostru, al oamenilor. Schimbându-ne radical modul de a gândi ne vom influenţa benefic drumul vieţii. Gândurile noastre sunt active şi constituie seminţele pe care le-am plantat. Subconştientul nu este interesat dacă gândurile noastre sunt bune sau rele, ci pur şi simplu răspunde în deplină conformitate cu natura acestor gânduri. El nu ne va contrazice niciodată, ci va accepta mereu ceea ce afirmam în mod conştient. Prin urmare, trebuie să fim decişi să alegem viaţa, sănătatea şi iubirea. Renunţând la vechile tipare înrădăcinate în subconştient, vom câştiga o viaţă sănătoasă.

Gândul este viaţă.

Gândurile noastre creează mediul înconjurător şi lumea noastră. Dacă avem gânduri sănătoase, ne putem păstra sănătatea. Dacă întreţinem gânduri de boală, nu vom avea niciodată o sănătate bună şi nici frumuseţe şi armonie. Nu trebuie să uităm: corpul este produsul minţii şi mintea noastră îl controlează. Dacă ne menţinem pe poziţia gândurilor viguroase, la fel ne va fi corpul. Gândurile de iubire, pace, mulţumire, puritate, perfecţiune promovează o sănătate radioasă. Corpul este asociat minţii. Dacă ne doare dintele sau stomacul, mintea este imediat afectată. A înceta să gândim corect, înseamnă a fi perturbaţi. Dacă există o stare depresivă în minte, nici corpul nu poate funcţiona corect. Sănătatea mentală este mai importantă decât cea fizică. Dacă mintea este sănătoasă, corpul va fi sănătos. Dacă mintea emite gânduri pure, bolile vor părăsi corpul. Fiecare gând, cuvânt sau emoţie provoacă o vibraţie în fiecare celulă a corpului şi lasă acolo o impresie adâncă. Trebuie să învăţam să înlocuim gândul nociv cu gânduri bune. De exemplu: gândul de curaj va servi imediat drept antidot puternic contra urmărilor gândului de frică. Este foarte important de ştiut că fiecare celulă a corpului creşte, suferă, primeşte un impuls de viaţă sau de moarte la fiecare gând care ne trece prin minte. Intoxicarea corpului fizic nu este doar consecinţa unei alimentaţii dezechilibrate, cum se crede, ci şi rezultatul unor factori emoţionali. Supărarea, furia, nemulţumirea modifică funcţionarea corectă a bilei, a ficatului şi inflamează mucoasa intestinului subţire. Teama transformă mucoasa intestinului gros. Drept urmare, abdomenul se balonează apărând disconfortul fizic, insomniile, dereglările metabolice. Toate aceste modificări determină o reacţie imunitară anormală. Gândurile negre sunt direct răspunzătoare de „otrăvurile” din mental, apoi se răsfrâng asupra corpului fizic. Aşa iau naştere bolile. Sentimentele negative reprezintă otravă şi stres pentru întregul organism. Furia, mânia, răzbunarea, duc la dereglarea echilibrului acido-bazic. Aşadar, tensiunea nervoasă blochează intestinele, facându-le inactive. Dacă omul continuă să fie nervos, încărcătura emoţională devine cronică, iar dezechilibrele nutriţionale specifice devin mai pronunţate. Sodiul şi apa sunt reţinute în organism, în timp ce potasiul, vitamina C, magneziul şi vitamina B sunt epuizate. Ce-i foarte trist, este faptul că ne sinucidem lent, dar sigur, neglijând anumite semne particulare de încetinire a funcţiilor unor organe, apărând astfel: indigestia, colita, constipaţia, circulaţia sanguina deficitara, etc. Pe fondul acestor dereglări, stresul, furia, teama, nervozitatea, nemulţumirea, neliniştea accentuează starea de boală şi de îmbătrânire prematură. Când gândirea se purifică, afirmând binele, nu se produc asemenea blocaje. Imediat ce ne creăm imaginea noului mod de viaţă şi de gândire în minte şi inimă, înseamnă că dorim o schimbare interioară. În funcţie de cum gândim, declanşăm în propriul organism reacţii şi mecanisme ale căror urmări le vom suporta. Una din legile Divine la care este supus omul este legea cauzei şi a efectului, care este cunoscută şi sub numele de Legea Karmei. La fel cum acţionează în planul fizic, Legea Karmei acţionează şi în planul mental şi în cel spiritual. Deci, bolile au cauze fizice, mentale şi spirituale (cauzele spirituale ale bolilor vor fi tratate într-o apariţie viitoare). Omul, ca să-şi ia toate examenele din şcoala vieţii, trebuie să coreleze vindecarea fizică cu cea mentală şi cea spirituală. Nu întotdeauna toate examenele vieţii sunt trecute, şi pentru asta revenim la viaţă într-o nouă încarnare. Numai astfel progresăm şi ne înălţăm spiritual, pentru că totul este evoluţie. Deci, orice boală are şi o cauză mentală. Gândurile rele, grijile, fricile, toate răutăţile şi negativităţile noastre produc boli în planul mental, care, în timp se manifestă în plan fizic. De aceea, pentru a trata o boală, este necesar sa-i cunoaştem originea, cauza. Degeaba vom trata cu medicamente o boală care îşi are originea în planul mental. Cel mai bun medicament este sa-l facem pe pacient să inţeleagă mecanismele îmbolnăvirii şi vindecării. Când va înţelege acest lucru, prin programare mentală pozitivă el se va putea vindeca singur, dacă nu cumva boala are şi o cauză spirituală. Atunci, programarea pozitivă are efect diminuat. Bolnavul suportă astfel consecinţele faptelor sale. Se poate vindeca numai prin suferinţă, rugăciune, smerenie şi bunăvoinţă divină sau va duce cu el mai departe aceeaşi problemă în viaţa viitoare, pentru că nu întotdeauna terminam de achitat toate datoriile într-o singură încarnare; în functie de câte greşeli avem de îndreptat, ne putem întinde aceasta acţiune chiar pe parcursul mai multor vieţi viitoare. Când vom reuşi să intrăm în atmosfera mentală pozitivă, tiparele vechii gândiri se vor aranja, iar structura moleculară a organismului se va modifica, conform noii stări, în consecinţă. Factorul hotărâtor în vindecare este percepţia individuală reflectată în gândurile pozitive. Miracolul vindecării stă în gândurile noastre despre sănătate. În acest capitol veţi găsi cauzele mentale ale bolilor şi noul model de gândire pentru fiecare boală în parte de care are nevoie subconştientul pentru a instala în el noul mesaj utilizat pentru anihilarea programării negative şi instalarea sănătăţii. Perioada de a capta şi instala mesajul este de 21 de zile. Nu trişaţi şi nu încercaţi să păcăliţi o lume perfectă ca cea a subconştientului. Citiţi-i mesajul de la „noul model de gândire” timp de 21 de zile, de 3 ori pe zi, câte 10-15 minute. Evitaţi recitarea mecanică a formulelor. Ceea ce citiţi, încercaţi să trăiţi. Puterea gândirii pozitive constă în repetiţie, în insistenţa de a emite aceleaşi gânduri bune şi de a avea deplină încredere în aplicabilitatea lor. Bolile vor fi date în ordine alfabetică şi vom folosi următoarele prescurtări:

**C.M.P. = cauza mentala a problemei**

**N.M.G. = noul model de gândire**

## Boli cu litera A

### Abcese

C.M.P.: Gânduri efervescente (agitate) la adresa rânirilor. Slăbiciuni şi răzbunare.

N.M.G.: Permit gândurilor mele să fie libere. Trecutul s-a dus. Sunt în pace şi în armonie neîncetat.

### Accidente

C.M.P.: Incapacitate de a vorbi despre şi pentru sine. Revoltă împotriva autorităţii Divine.. Credinţă în violenţă.

N.M.G.: Eliberez din mine modelul care mi-a creat această problemă. Sunt în pace şi în armonie neîncetat. Merită să fac asta pentru mine.

### Acnee

C.M.P.: Neacceptarea sinelui. Îţi displace propria persoană.

N.M.G.: Sunt o expresie Divină a vieţii. Mă iubesc şi mă accept aşa cum sunt în clipa de faţă.

### Adenoidită (polipi)

C.M.P.: Discuţii în familie, controverse. Copilul nu se simte binevenit (simte într-un fel că e nedorit).

N.M.G.: Acest copil este dorit, binevenit şi iubit profund.

### Boala lui Addison

C.M.P.: Malnutriţie emoţională severă. Mânie la adresa sinelui.

N.M.G.: Am grijă cu toată dragostea de corpul meu, de mintea mea şi de emoţiile mele.

### Alcoolism

C.M.P.: „La ce bun ?” Sentimentul inutilităţii, vinovăţiei, nepotrivirii. Respingerea sinelui.

N.M.G.: Trăiesc în prezent. Fiecare moment este nou. Îmi cunosc propria valoare. Mă iubesc şi mă aprob.

### Alergii

C.M.P.: „La cine eşti tu alergic?” Îţi respingi propria putere.

N.M.G.: Lumea este sigură şi prietenoasă. Sunt în siguranţă. Îmi trăiesc viaţa în pace.

### Boala Alzheimer

C.M.P.: O dorinţă de a părăsi planeta. Incapacitatea de a înfrunta şi accepta viaţa aşa cum e.

N.M.G.: Totul se petrece într-o perfecta ordine spaţiu-timp. De fiecare dată se desfaşoară acţiunea dreaptă a Divinităţii. Iert şi eliberez trecutul.

### Amnezie

C.M.P.: Teamă. Frica de viaţă. Incapacitatea de a „sta singur pe picioarele tale”.

N.M.G.: Inteligenţa, curajul şi valoarea personală sunt întotdeauna prezente. Viaţa este sigură.

### Anemie

C.M.P.: Atitudinea „Da- dar…”. Lipsa bucuriei. Teama de viaţă. Sentimentul de a nu fi suficient de bun.

N.M.G.: Mă simt în siguranţă experimentând bucuria în toate domeniile vieţii. Iubesc viaţa.

### Anorexie

C.M.P.: Refuzul propriei vieţi. Frică extremă, ură faţă de sine şi respingere.

N.M.G.: Este bine să fiu eu. Sunt minunat exact aşa cum sunt. Aleg să trăiesc. Aleg bucuria şi mă accept.

### Anus, hemoroizi

C.M.P.: Mânie în relaţiile ce nu doreşti să le eliberezi.

N.M.G.: Mă eliberez cu uşurinţă de ceea ce nu mai am nevoie în viaţă.

### Abcese ale anusului, fistulă

C.M.P.: Eliberarea incompletă de „vechituri”. Păstrez resturi ale trecutului.

N.M.G.: Iubirea este cea cu ajutorul căreia mă eliberez total de trecut. Sunt liber. Sunt iubire.

### Sângerări anorectale

C.M.P.: Mânie şi frustrare.

N.M.G.: Am încredere în procesul vieţii. În viaţa mea se desfaşoară doar acţiunea dreaptă şi bună.

### Prurit în zona anală

C.M.P.: Vinovăţie din trecut. Remuşcări.

N.M.G.: Mă iert pe mine însumi cu iubire. Sunt liber.

### Dureri în zona anală

C.M.P.: Vinovăţie. Dorinţă de pedepsire. „Nu sunt suficient de bun”

N.M.G.: Trecutul s-a dus. În prezent, mă iubesc şi mă aprob.

### Anxietate

C.M.P.: Neîncredere în fluxul şi procesul vieţii.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Am încredere în viaţă. Sunt în siguranţă.

### Apatie

C.M.P.: Rezistenţă la sentimente. Teamă. Înăbuşirea sinelui.

N.M.G.: Mă simt în siguranţă. Mă deschid vieţii. Doresc să experimentez viaţa.

### Apendicită

C.M.P.: Frică. Teamă de viaţă, blocând curgerea binelui.

N.M.G.: Sunt în siguranţă şi las viaţa să curgă cu bucurie.

### Apetit excesiv

C.M.P.: Teamă. Nevoie de protecţie. Judecarea emoţiilor.

N.M.G.: Sunt în siguranţă. Este bine să simţi. Sentimentele mele sunt normale şi acceptabile.

### Apetit pierdut

C.M.P.: Teamă. Protejarea sinelui. Neîncredere în viaţă.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Sunt în siguranţă. Viaţa e sigură şi plină de bucurie.

### Artere (afecţiuni)

C.M.P.: Se blochează transportarea bucuriei vieţii.

N.M.G.: Sunt plin de bucurie. Aceasta curge prin mine cu fiecare bătaie a inimii mele.

### Ateroscleroză

C.M.P.: Rezistenţă. Tensiune. Vederi înguste. Refuzul de a vedea binele.

N.M.G.: Sunt complet deschis către viaţă şi bucurie. Aleg să privesc şi să înţeleg totul cu dragoste.

### Artrită

C.M.P.: Te simţi neiubit. Criticism. Resentimente.

N.M.G.: Eu sunt dragoste. Aleg acum să mă iubesc şi să mă aprob. Îi privesc pe ceilalţi cu dragoste.

### Asfixie (insuficienţă respiratorie acută)

C.M.P.: Teamă. Neîncredere în procesul vieţii. Prizonier în trecut în copilărie.

N.M.G.: Este bine pentru mine să cresc, să mă maturizez. Lumea este sigură. Eu sunt în siguranţă.

### Astm

C.M.P.: Iubire înăbuşită. Incapacitate de a respira pentru sine. Se simte sufocat. Înăbuşirea plânsului.

N.M.G.: Este sigur acum, pentru mine, să preiau răspunderea propriei mele vieţi. Aleg libertatea.

### Astm la copii

C.M.P.: Teama de viaţă. Refuzul de a fi aici.

N.M.G.: Acest copil este în siguranţă şi iubit. El este binevenit şi îngrijit cu duioşie.

### Afecţiuni incurabile

C.M.P.: Nu poate fi vindecat prin metode externe. Trebuie mers în adâncul fiinţei pentru a declanşa vindecarea. A venit de nicăieri şi se va duce, de asemenea nicăieri.

N.M.G.: Zilnic se întâmplă minuni. Merg în interiorul fiinţei mele pentru a dizolva şabloanele, modelele ce au creat suferinţă şi ACUM accept vindecarea şi ajutorul Divin.

### Amenoree

C.M.P.: Nu vrei să fii femeie. Nu iţi place propria persoană.

N.M.G.: Îmi găsesc bucuria în cine sunt. Sunt o frumoasă expresie a vieţii, curgând perfect tot timpul.

### Artrită reumatoidă

C.M.P.: Criticism profund al autorităţii. Se simte lăsat deoparte.

N.M.G.: Sunt singura mea autoritate. Mă iubesc şi mă aprob. Viaţa este bună.

### Arsuri

C.M.P.: Mânie. Ardere. Furie.

N.M.G.: Creez numai pace şi armonie în mine şi în jurul meu.

### Atac vasovagal

C.M.P.: Teamă. Lipsa de cooperare. Întunecare.

N.M.G.: Am tăria, puterea şi cunoştinţele de a mă descurca în toate problemele vieţii.

### Articulaţie mandibulară (afecţiuni)

C.M.P.: Supărare. Resentiment. Dorinţă de răzbunare.

N.M.G.: Doresc să schimb tot ce în mine a creat această situaţie. Mă iubesc şi mă aprob. Sunt în siguranţă.

### Articulaţii (afecţiuni)

C.M.P.: Imposibilitatea de a schimba direcţia cu uşurinţă în viaţă.

N.M.G.: Eu curg cu uşurinţă odată cu schimbarea. Viaţa mea este ghidată Divin şi întotdeauna merg în aceeaşi direcţie.

### Articulaţie pumn (afecţiuni)

C.M.P.: Imposibitate de mişcare cu uşurinţă în tot ceea ce faci.

N.M.G.: Mă descurc cu uşurinţă şi bucurie în experienţele mele de viaţă.

### Avort spontan

C.M.P.: Teamă. Frică de viitor. Nu acum. Mai târziu. Planificare nepotrivită.

N.M.G.: Acţiunea Divina justă se manifestă întotdeauna în viaţa mea. Mă iubesc şi mă aprob. Totul este bine. Comunic cu iubire cu tot ceea ce mă înconjoară.

### Amigdalită

C.M.P.: Teamă. Emoţii reprimate. Creativitate rigidă.

N.M.G.: Tot ceea ce este bun şi bine curge acum liber în jurul meu. Ideile Divine se exprimă prin mine. Sunt în pace.

### Abces peri-amigdalian

C.M.P.: Credinţă puternică de a nu putea vorbi pentru sine. Necesitatea cererii unui ajutor.

N.M.G.: Este dreptul meu din naştere să-mi satisfac necesităţile. Acum doresc, cer şi primesc cu iubire şi cu uşurinţă.

### Atac apoplexie

C.M.P.: Fugă de familie, de sine şi de viaţă.

N.M.G.: În Univers mă simt acasă. Sunt înţeles şi sunt în siguranţă.

### Accident cerebro-vascular

C.M.P.: Renunţare. Rezistenţă. Mai bine mor decât să mă schimb. Respingerea vieţii.

N.M.G.: Viaţa este schimbare, mă adaptez uşor la nou. Accept viaţa trecut, prezent şi viitor.

### Afte

C.M.P.: Furie faţă de acţiuni greşite.

N.M.G.: Cu iubire, îmi accept deciziile, ştiind că sunt liber şi mă schimb. Sunt în siguranţă.

## Boli cu litera B

### Braţe (afecţiuni)

C.M.P.: Incapacitatea şi inabilitatea de a îmbrăţisa experienţele vieţii.

N.M.G.: Îmi îmbrăţişez experienţele vieţii cu iubire, cu uşurinţă şi cu bucurie.

### Boala Bright

C.M.P.: Trăieşti sentimentul de copil care nu face nimic corect şi nu este suficient de bun.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Îmi pasă de mine. Sunt mereu total adecvat.

### Băşicuţe pe piele

C.M.P.: Rezistenţă. Lipsa protecţiei emoţionale.

N.M.G.: Curg uşor odată cu viaţa şi cu fiecare nouă experienţă. Totul este bine.

### Bronşită

C.M.P.: Mediu familial inflamat. Argumente şi ţipete. Foarte rar, linişte.

N.M.G.: Declar pace şi armonie cu mine şi în jurul meu. Totul este bine.

### Bulimie

C.M.P.: Teroare fãrã speranţă. O purgare frenetică a urii de sine.

N.M.G.: Sunt iubit, hrănit şi sprijinit de viaţă însăşi. Este bine că trăiesc.

### Bursite

C.M.P.: Mânie reprimată. Dorinţa de a lovi pe cineva.

N.M.G.: Iubirea relaxează şi eliberează tot ce nu se armonizează cu sinele meu.

### Bolile copilăriei

C.M.P.: Credinţa în concepte sociale şi legi false. Comportament copilăros al adulţilor în jurul copiilor.

N.M.G.: Acest copil este protejat de Divinitate şi înconjurat cu dragoste. Noi cerem imunitate mentală.

### Boli cronice

C.M.P.: Refuz de a schimba. Teamă de viitor. Nesiguranţă.

N.M.G.: Doresc să mă schimb şi să mă dezvolt (să evoluez).

### Boala Huntington

C.M.P.: Resentiment pentru că nu eşti capabil să-i schimbi pe alţii. Lipsa de speranţă.

N.M.G.: Eliberez tot controlul Universului. Sunt în pace cu mine şi cu viaţa.

### Boli psihice

C.M.P.: Fuga de familie. Separare violentă de viaţă.

N.M.G.: Această minte îşi cunoaşte adevărata identitate şi este un punct de creaţie Divină a propriei manifestări.

### Boala Paget

C.M.P.: Simţi că nu mai există fundaţie pe care să construieşti şi nimănui nu-i pasă.

N.M.G.: Ştiu că viaţa mă sprijină dezinteresat şi glorios. Viaţa mă iubeşte. Vieţii îi pasă de mine.

### Bâlbâială

C.M.P.: Insecuritate. Neputinţa exprimării eului. Nu i se permite să plângă.

N.M.G.: Sunt liber să vorbesc pentru mine. Sunt sigur în exprimarea mea. Comunic doar prin iubire.

### Boli venerice

C.M.P.: Vină sexuală. Nevoia de pedeapsă. Credinţa că organele genitale sunt murdare şi păcătoase. Abuz faţă de alte persoane.

N.M.G.: Cu iubire şi bucurie îmi accept sexualitatea şi exprimarea sa. Accept numai gândurile care mă sprijină şi mă fac să mă simt bine.

### Bătături

C.M.P.: Zone densificate ale grijilor. Încăpăţânare în a te agăţa de durerile trecutului.

N.M.G.: Mă mişc înainte, eliberat de trecut. Sunt în siguranţă. Sunt liber.

## Boli cu litera C

### Comedoane (puncte negre)

C.M.P.: Mici izbucniri de mânie.

N.M.G.: Sunt calm şi senin în gândurile mele.

### Crampe abdominale

C.M.P.: Teamă. Proces stopat în evoluţia vieţii.

N.M.G.: Am încredere în procesul vieţii. Sunt în siguranţă.

### Chelie

C.M.P.: Teamă. Tensiune. Încercarea de a controla totul. Neîncredere în procesul vieţii.

N.M.G.: Sunt în siguranţă. Mă iubesc şi mă aprob. Am încredere în viaţă.

### Cheratită

C.M.P.: Furie extremă, devastatoare, terifiantă. Dorinţa nebună de a lovi sau de a distruge pe oricine şi orice din cale.

N.M.G.: Permit iubirii din adâncul inimii mele să vindece absolut tot ceea ce vad. Aleg pacea. Totul este bine în lumea mea.

### Cataractă

C.M.P.: Incapacitate de a vedea înainte cu bucurie.

N.M.G.: Viaţa este eternă şi plină de bucurie.

### Congestie cerebrală

C.M.P.: Respingerea vieţii. Renunţare. Încăpăţânare. „Mai bine mor decât să mă schimb”.

N.M.G.: Viaţa se schimbă, iar eu integrez noul cu uşurinţă. Accept viaţa trecut, prezent şi viitor.

### Creier (afecţiuni)

C.M.P.: Tabloul de siguranţă, computerul organismului este în dezordine.

N.M.G.: Sunt operatorul iubitor al minţii mele.

### Cancer

C.M.P.: Rană adâncă. Resentiment stagnat de multă vreme. Durere sau secret adânc ce mănâncă din viaţă sau din eu, creând ură. „Care este rostul?”

N.M.G.: Iert şi eliberez trecutul cu iubire. Aleg să-mi umplu lumea cu bucurie şi mă aprob.

### Candida

C.M.P.: Te simţi păgubit. O grămadă de frustrări şi supărări. Pretenţios şi fãrã încredere în relaţii.

N.M.G.: Îmi permit să fiu tot ce pot să fiu şi merit ce-i mai bun în viaţă.

### Celulită

C.M.P.: Mânie depozitata şi pedeapsa a vieţii, a eului.

N.M.G.: Ii iert pe ceilalţi. Mă iert şi pe mine. Sunt liber să mă bucur şi să iubesc viaţa.

### Colesterol

C.M.P.: Obturarea canalelor bucuriei. Teama de a accepta bucuria.

N.M.G.: Aleg să iubesc viaţa. Canalele mele sunt larg deschise. Este atât de bine să primeşti bucuria.

### Circulaţie

C.M.P.: Incapacitatea de a simţi şi exprima emoţiile într-un mod pozitiv (de exemplu: bucuria).

N.M.G.: Sunt liber să circul iubirea şi bucuria în orice parte a vieţii mele. Iubesc viaţa.

### Colici (la copii)

C.M.P.: Iritaţie mentala, nerăbdare, enervare datorită mediului.

N.M.G.: Acest copil răspunde la iubire şi la gânduri de iubire. Totul este în pace.

### Colită

C.M.P.: Insecuritate. Mediu înconjurător supra-exigent. Sentiment de opresiune şi înfrângere. Mare nevoie de afecţiune.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Îmi creez propria bucurie. Vreau să fiu un câştigător în viaţă. Sunt parte a ritmului perfect de curgere a vieţii.

### Conjunctivită

C.M.P.: Mânie şi frustrare referitoare la ceea ce cauţi în viaţă.

N.M.G.: Văd totul cu ochi de iubire. Există această soluţie armonioasă şi eu o accept acum.

### Constipaţie

C.M.P.: Refuzul de a te elibera de vechile idei. Fixarea în trecut. Uneori jigniri, insulte, zgârcenie.

N.M.G.: De îndată ce mă eliberez de trecut, soseşte un val nou, proaspăt şi vital. Permit vieţii să curgă prin mine.

### Crampe

C.M.P.: Tensiune. Teamă. Înfricoşare. Reţinere.

N.M.G.: Mă relaxez şi permit minţii mele să fie în pace.

### Crushing-sindrom

C.M.P.: Dezechilibru mental. Idei distrugătoare. Sentimentul de a fi dominat.

N.M.G.: Cu iubire îmi menţin mintea şi corpul în echilibru. Acum eu aleg gândurile care mă fac să mă simt bine.

### Chisturi

C.M.P.: Fuga de vechile emoţii dureroase. Alimentare de dureri. O creştere falsă, greşită.

N.M.G.: Amintirile mele sunt frumoase pentru că eu vreau să le fac aşa. Mă iubesc.

### Fibroza chistică

C.M.P.: Convingerea că viaţa nu va merge pentru tine. „Biata de mine…”.

N.M.G.: Viaţa mă iubeşte şi eu iubesc viaţa. Accept să primesc toată abundenţa, libertatea şi bucuria vieţii.

### Cot (afecţiuni)

C.M.P.: Schimbări de direcţie şi neacceptarea experienţelor noi.

N.M.G.: Trec cu uşurinţă prin noi experienţe, noi direcţii şi noi schimbări.

### Colelitiază (litiază biliară)

C.M.P.: Amărăciune. Gânduri dure. Condamnare. Mândrie.

N.M.G.: Eliberez cu bucurie trecutul. Viaţa este dulce şi aşa sunt şi eu.

### Cefalee

C.M.P.: Invalidarea sinelui. Criticarea sinelui. Teama.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Mă vad pe mine şi tot ceea ce fac cu iubire. Sunt în siguranţă.

### Coşuri

C.M.P.: Mici izbucniri de mânie în exterior. Ascunderea urâţeniei.

N.M.G.: Gândurile mele sunt calme şi eu sunt senin. Mă accept ca fiind frumos şi iubit.

### Canal dentar

C.M.P.: Nu mai poate mişca nimic. Rădăcina credinţei a fost distrusă.

N.M.G.: Creez fundaţii solide pentru mine şi viaţa mea. Aleg ca credinţele mele să mă sprijine cu bucurie.

### Colită spastică

C.M.P.: Teama de înfrângere. Nesiguranţă.

N.M.G.: Trăiesc cu bucurie. Viaţa mă ajută întotdeauna. Totul este bine.

### Comă

C.M.P.: Teamă. Fugind de ceva sau de cineva.

N.M.G.: Noi te înconjuram cu dragoste şi siguranţă. Îţi creăm un spaţiu pentru vindecare. Tu eşti iubire.

### Cangrene

C.M.P.: Morbiditate intelectuală. Pierderea bucuriei datorită gândurilor otrăvite.

N.M.G.: Acum aleg gânduri armonioase şi las bucuria să curgă liber spre mine.

## Boli cu litera D

### Degete (afecţiuni)

C.M.P.: Nearmonizare cu detaliile vieţii.

N.M.G.: Sunt în deplină pace cu toate detaliile vieţii.

### Degetul mare

C.M.P.: Probleme cu intelectul şi grija.

N.M.G.: Mintea mea este în pace. Sunt în siguranţă.

### Degetul arătător

C.M.P.: Probleme cu egoul şi frica.

N.M.G.: Mă aflu într-o deplină siguranţă. Sunt în pace.

### Degetul mijlociu

C.M.P.: Probleme cu furia şi sexualitatea.

N.M.G.: Mă simt bine cu propria sexualitate. Sunt în pace.

### Degetul inelar

C.M.P.: Necazuri şi probleme cu mariajul sau diverse legături.

N.M.G.: Sunt într-o iubire plină de pace.

### Degetul mic

C.M.P.: Probleme cu familia şi prefăcătoria.

N.M.G.: Sunt eu însumi cu familia vieţii. Mintea mea este în pace. Sunt în siguranţă.

### Degete artritice

C.M.P.: Dorinţa de pedepsire. Culpabilizări. Senzaţia de victimă.

N.M.G.: Privesc şi înţeleg cu iubire. Îmi ofer întreaga experienţă Luminii şi Iubirii.

### Degete de la picioare

C.M.P.: Probleme cu micile detalii din viitor.

N.M.G.: Toate detaliile au grija de mine.

### Dureri

C.M.P.: Tânjire după iubire, dorinţa de a fi îmbrăţişat, păstrat.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă accept din adâncul fiinţei mele. Am grijă de mine şi sunt în siguranţă.

### Dureri de cap

C.M.P.: Nerecunoaşterea propriei fiinţe. Autocriticism. Frică.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă accept. Mă vad aşa cum sunt într-adevăr şi tot ce fac privesc cu bucurie. Sunt în deplină siguranţă. Sunt în pace.

### Durere (fizică)

C.M.P.: Vină. Vina îndepărtată care îşi cere pedepsirea şi răzbunarea.

N.M.G.: Renunţ cu iubire la trecut. Totul înseamnă libertate şi eu însumi sunt liber. Acum totul este bine în inima mea.

### Dureri (osoase, vertebrale)

C.M.P.: Furie neexprimată, sedimentată.

N.M.G.: Îmi exprim emoţiile cu bucurie într-un mod pozitiv.

### Diabet

C.M.P.: Tânjind după ceea ce ar fi putut să aibă sau să fie. Nevoia exagerată de a controla totul. Regrete adânci. „Nimic dulce nu a rămas”.

N.M.G.: Acest moment este plin de bucurie. Acum aleg să experimentez şi să gust partea dulce a vieţii.

### Demenţă

C.M.P.: Refuzul de „a cădea la pace” cu lumea aşa cum este ea. Furie şi lipsă de speranţă.

N.M.G.: Mă aflu în locul meu perfect.

### Depresie

C.M.P.: Simţi furie deşi nu ai dreptate. Lipsă de speranţă. Disperare. Dezamăgire.

N.M.G.: Mă aflu departe de limitările şi fricile oamenilor. Îmi trăiesc propria viaţă cu bucurie, plină de vitalitate şi lumină.

### Diaree

C.M.P.: Teamă. Respingere. Fugă. Renunţare.

N.M.G.: Hrănirea mea, asimilarea şi eliminarea sunt într-o ordine perfectă. Sunt în pace şi în echilibru perfect cu viaţa însăşi.

### Dizenterie

C.M.P.: Frică şi furie intensă.

N.M.G.: În mintea mea creez o stare de pace adâncă, iar corpul meu oglindeşte acest lucru.

### Dizenterie amibiană

C.M.P.: Credinta că „ei” sunt gata să te prindă.

N.M.G.: Sunt singura putere şi autoritate din viaţa mea.

### Dizenterie bacilară

C.M.P.: Opresiune şi lipsa de speranţă, disperare.

N.M.G.: Sunt plin de viaţă, de bucurie de a trai şi plin de energie.

### Dismenoree

C.M.P.: Furie faţă de propria persoană. Ură, antipatie faţă de corp sau faţă de femei.

N.M.G.: Îmi iubesc corpul. Mă iubesc pe mine însămi. Îmi iubesc toate ciclurile. Totul este în ordine.

### Dureri dentare

C.M.P.: Oscilări şi decizii îndelung amânate. Incapacitate de a selecta ideile pentru analiza şi decizie.

N.M.G.: Deciziile mele sunt bazate pe principiul adevărului şi sunt protejat ştiind că doar acţiunile corecte îşi găsesc locul în viaţa mea.

### Măsele de minte sfărâmate

C.M.P.: Nepermiterea spaţiului de gândire să creeze o nouă fundaţie.

N.M.G.: Îmi deschid conştiinţa către o viaţă în plină evoluţie. Există spaţiu suficient pentru a mă dezvolta şi a mă schimba.

## Boli cu litera E

### Echimoze

C.M.P.: Mici ciocniri în viaţă. Autopedepsire.

N.M.G.: Mă iubesc şi-mi sunt drag. Sunt bun şi gentil cu mine. Totul este bine.

### Enurezis

C.M.P.: Frică de un părinte, în special de tată.

N.M.G.: Acest copil este privit cu iubire, compasiune şi înţelegere. Totul este bine.

### Echilibru (pierderea sa)

C.M.P.: Gândire împrăştiată. Necentrare.

N.M.G.: Mă centrez în siguranţă şi accept perfecţiunea vieţii mele. Totul este bine.

### Eczemă

C.M.P.: Erupţii mentale. Antagonisme.

N.M.G.: Armonia şi pacea, dragostea şi bucuria mă înconjoară şi rămân cu mine. Sunt în siguranţă.

### Emfizem (pulmonar)

C.M.P.: Teama de a accepta. Nu merită să trăieşti.

N.M.G.: Este dreptul meu din naştere să trăiesc din plin şi în libertate. Iubesc viaţa. Mă iubesc pe mine.

### Epilepsie

C.M.P.: Mânia persecuţiei. Respingerea vieţii. Sentimentul unui mare efort. Autoviolenţă.

N.M.G.: Aleg să văd viaţa eternă plină de bucurie. Sunt etern, bucuros şi în pace.

### Edem

C.M.P.: De ce sau de cine nu te poţi desprinde? Ce iţi este teamă să pierzi?

N.M.G.: De bună voie mă eliberez de trecut. Este bine pentru mine sa-l uit. Sunt liber acum.

### Endometrioză

C.M.P.: Insecuritate, dezamăgire şi frustrare. Înlocuirea iubirii de sine cu substituenţi învinuitori.

N.M.G.: Sunt puternică şi dorită. Este minunat să fii femeie. Mă iubesc şi sunt împlinită.

### Entorse

C.M.P.: Mânie şi rezistenţă. Nu doreşti să te mişti în anumite sectoare ale vieţii.

N.M.G.: Am încredere că viaţa mă conduce spre binele meu. Sunt împăcat.

### Excrescenţe

C.M.P.: Hrănirea unor vechi dureri. Întreţinerea resentimentelor.

N.M.G.: Iert uşor. Mă iubesc în totalitate şi îmi port de grijă. Sunt mulţumit.

## Boli cu litera F

### Faţă (orice afecţiune legată de faţă)

C.M.P.: Ceea ce arătam lumii.

N.M.G.: Este bine să fiu eu. Exprim ceea ce sunt.

### Febra de fân

C.M.P.: Congestie emoţională. Vină. Credinţă în persecuţie.

N.M.G.: Sunt una cu viaţa. Sunt în siguranţă tot timpul.

### Fese-şezut

C.M.P.: Reprimarea puterii.

N.M.G.: Îmi folosesc puterea înţelept. Sunt puternic. Sunt în siguranţă. Totul este bine.

### **Faţa căzută**

C.M.P.: Faţa căzută vine de la gânduri căzute ale minţii. Resentiment contra vieţii.

N.M.G.: Îmi exprim bucuria de a trăi şi îmi permit să mă bucur total de fiecare moment al vieţii. Iubire şi bucurie. Trecutul este iertat şi uitat. Sunt liber în acest moment.

### **Febră**

C.M.P.: Mânie înteţită. Ardere.

N.M.G.: Sunt o expresie calmă, liniştită a păcii, iubirii şi vieţii.

### Fibroză chistică

C.M.P.: O credinţă intimă, înrădăcinată că viaţa nu lucrează de partea ta: „Săraca de mine”.

N.M.G.: Viaţa mă iubeşte şi eu iubesc viaţa. Accept să primesc toată abundenţa, libertatea, bucuria vieţii.

### Ficat (afecţiuni)

C.M.P.: Supărări şi emoţii primitive. Mânie.

N.M.G.: Caut iubirea, pacea şi bucuria şi le găsesc pretutindeni.

### Flatulenţă

C.M.P.: Înţepenire. Frică. Idei nedigerate.

N.M.G.: Mă destind şi las viaţa să curgă prin mine cu uşurinţă. Sunt în siguranţă.

### Flebită

C.M.P.: Mânie şi frustrare. Învinuind pe alţii pentru limitările şi lipsa bucuriei în viaţă.

N.M.G.: Bucuria curge acum liberă în interiorul meu şi sunt împăcat cu viaţa.

### Frigiditate

C.M.P.: Teamă. Negarea plăcerii. Credinta că sexul este rău. Parteneri insensibili. Teamă de tată.

N.M.G.: Este bine pentru mine să mă bucur de corpul meu. Mă bucur că sunt femeie.

### Furuncul

C.M.P.: Mânie. Fierberea otrăvitoare a gândurilor la adresa nedreptăţilor personale.

N.M.G.: Mă eliberez de trecut şi îmi acord timp pentru a-mi vindeca fiecare parte a vieţii. Exprim iubire şi bucurie şi sunt în pace.

## Boli cu litera G

### Gât (afecţiuni legate de gât)

C.M.P.: Se blochează calea exprimării şi canalul creativităţii.

N.M.G.: Îmi deschid inima şi cânt bucuriile iubirii.

### Dureri în gât

C.M.P.: Incapacitate de a vorbi în numele propriu. Furie înghiţită. Creativitate înăbuşită. Refuzul schimbării.

N.M.G.: E foarte bine dacă fac puţină gălăgie! Mă exprim cu bucurie şi liber. Îmi exprim propria creativitate. Sunt bucuros că mă transform.

### Gât-vertebre cervicale

C.M.P.: Reprimarea flexibilităţii. Incapacitate de a vedea şi ce e în urmă.

N.M.G.: Sunt împăcat cu viaţa. Sunt liniştit. Privesc în toate direcţiile cu iubire.

Gât-deplasări ale vertebrelor

C.M.P.: Refuzul de a vedea şi alte părţi ale problemei. Rigiditate. Încăpăţânare.

N.M.G.: E uşor şi convenabil să văd şi celelalte părţi ale problemei. Sunt căi nelimitate de a vedea şi a face aceste lucruri. Sunt în siguranţă.

### Nod în gât

C.M.P.: Frică. Neîncredere în procesul vieţii.

N.M.G.: Sunt în deplină siguranţă. Cred ca VIAŢA este AICI pentru mine. Liber şi bucuros mă exprim aşa cum pot mai bine şi aşa cum sunt.

### Gât dureros-înţepenire

C.M.P.: Fixat în cuvinte pline de furie. Senzaţia că nu te poţi exprima aşa cum eşti tu.

N.M.G.: Renunţ la toate blocajele şi sunt liber să fiu eu însumi.

### Greaţă

C.M.P.: Teamă. Respingerea unei idei sau a unei experienţe.

N.M.G.: Sunt în siguranţă. Am încredere în procesul vieţii care îmi aduce numai ce este bun pentru mine. Sunt în pace.

### Gingii sângerânde

C.M.P.: Pierderea bucuriei în deciziile luate în viaţă.

N.M.G.: Am încredere că acţiunea dreaptă este întotdeauna de partea mea. Sunt plin de linişte şi pace.

### Afecţiuni gingivale

C.M.P.: Incapacitate de a lua decizii. Dezinteres faţă de viaţă.

N.M.G.: Sunt o persoană hotărâtă şi dârză. Urmez un drum drept şi mă accept cu iubire.

### Aparatul genital

C.M.P.: Încălcarea principiului masculin sau a celui feminin.

N.M.G.: E perfect să fiu aşa cum sunt.

### Probleme genitale

C.M.P.: Grija că nu eşti suficient de bun.

N.M.G.: Mă bucur de propria mea viaţa. Sunt perfect exact aşa cum sunt. Mă iubesc şi mă aprob.

### Probleme glandulare

C.M.P.: Proasta distribuţie a ideilor primite şi transmise. Ascunderea sinelui.

N.M.G.: Am toate ideile şi activitatile ghidate Divin, de care am nevoie. Sunt perfect aşa cum sunt. Mă iubesc şi mă accept în totalitate.

### Glanda pituitară (hipofiza)

C.M.P.: Gânduri distorsionate, incorecte.

N.M.G.: Mintea şi corpul meu sunt într-un echilibru perfect. Îmi supervizez gândurile.

### Glanda tiroidă

C.M.P.: Umilire. „Nu voi face niciodată ceea ce doresc să fac. Când va veni şi rândul meu?”

N.M.G.: Merg dincolo de vechile limitări şi acum îmi permit să mă exprim liber şi creativ.

### Gastrită

C.M.P.: Incertitudini. Nesiguranţă îndelungată. O senzaţie terifiantă de infern.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă accept. Las viaţa sa-mi călăuzeăscă paşii.

### Guşă

C.M.P.: Ură pentru suferinţele îndurate. Sentimentul zădărniciei în viaţă. Neîmplinire.

N.M.G.: Sunt puterea şi autoritatea în viaţa mea. Sunt liber să fiu eu însumi.

### Gută

C.M.P.: Nevoia de a domină. Nerăbdare. Mânie.

N.M.G.: Sunt în siguranţă. Sunt plin de iubire şi în pace cu mine însumi şi cu toţi ceilalţi.

### Gonoree

C.M.P.: Nevoia de pedeapsă pentru faptul de a fi o persoana rea.

N.M.G.: Îmi iubesc corpul. Îmi iubesc sexualitatea. Mă iubesc pe mine însumi şi sunt fericit.

### Gripă

C.M.P.: Frică. Credinţa în date statistici. Idei preconcepute.

N.M.G.: Mă aflu departe de orice concepţie şi superstiţii de grup, de idei preconcepute auzite sau moştenite. Sunt eliberat de orice tensiune, inflamaţii, influenţe şi manipulări. Sunt eu însumi în pace.

### Glezne (afecţiuni legate de glezne)

C.M.P.: Rigiditate, vinovăţie. Incapacitate de a primi plăcere.

N.M.G.: Merit să găsesc bucuria vieţii. Accept toate plăcerile pe care viaţa mi le oferă.

### Afecţiuni ale gurii

C.M.P.: Minte închisă. Incapacitate de a primi idei noi. Concepte stătute vechi.

N.M.G.: Întâmpin şi primesc cu bucurie şi iubire noi idei şi concepte pe care le asimilez cu uşurinţă. Mă hrănesc cu iubire şi bucurie pe mine însumi.

### Genunchi (afecţiuni)

C.M.P.: Ego-ul este încăpăţânat, îndărătnic, dificil. Mândrie. Incapacitate de a se apleca, de a fi flexibil. Nu doreşte să cedeze, să renunţe.

N.M.G.: Iertare, înţelegere, compasiune – asta nutresc. Mă mlădiez, devin flexibil şi curg, plutesc cu uşurinţă. Totul este perfect.

## Boli cu litera H

### Hernie de disc

C.M.P.: Indecizie. Oscilaţie prelungita. Senzaţie că viaţa a devenit de nesuportat.

N.M.G.: Viaţa îmi sprijină toate gândurile, de aceea mă iubesc şi mă accept şi totul e bine.

### Halena

C.M.P.: Atitudini mizerabile, putrede. Gânduri murdare şi respingătoare. Bârfe ruşinoase şi josnice. Mânie şi gânduri de răzbunare.

N.M.G.: Mă exprim şi vorbesc doar cu iubire şi tandreţe. Mă eliberez cu iubire de tot trecutul. Inspir şi expir numai iubire.

### Hepatită

C.M.P.: Rezistenţă la schimbare. Teamă. Mânie. Ură.

N.M.G.: Mintea mea este curăţată (purificată) şi liberă. Părăsesc trecutul şi mă îndrept către nou. Totul este bine.

### Hemoroizi

C.M.P.: Teamă. Furie pentru trecut. Împovărare.

N.M.G.: Mă eliberez de tot ce nu este iubire. Există timp şi spaţiu pentru tot ceea ce vreau să fac.

### Hernie

C.M.P.: Rupere a relaţiilor. Tensiune, încordare, greutăţi, expresie creativă incorectă.

N.M.G.: Mintea mea este blândă şi armonioasă. Mă iubesc şi mă aprob. Sunt liber să fiu eu însumi.

### Herpes labial

C.M.P.: Cuvinte purulente mâniate şi teamă de a le exprima.

N.M.G.: Creez numai experienţe paşnice pentru că mă iubesc. Totul este bine.

### Herpes genital

C.M.P.: Convingere în vinovăţia sexuală şi nevoia de pedepsire. Ruşine publică. Credinţă într-un Dumnezeu care pedepseşte. Respingerea genitală.

N.M.G.: Credinţa mea este că Dumnezeu mă sprijină. Mă bucur de sexualitatea mea în corpul meu. Sunt minunată.

### Herpes simplex

C.M.P.: Cuvinte amare ce au rămas nepronunţate.

N.M.G.: Gândesc şi pronunţ numai cuvinte de iubire. Sunt în pace şi armonie cu viaţa.

### Hirsutism

C.M.P.: Mânie care este acoperită. Pătura folosită este, de obicei, teama. Dorinţa de a învinovăţi este, adesea, o lipsă a dorinţei de a se hrăni.

N.M.G.: Sunt un părinte iubitor cu mine însumi. Mă acopăr cu iubire şi aprobare. Este bine pentru mine să fiu cine sunt.

### Hiperactivitate

C.M.P.: Teamă. Te simţi sub presiune şi înnebunit.

N.M.G.: Sunt în siguranţă. Toată presiunea se dizolvă. Sunt suficient de bun.

### Hipertiroidism

C.M.P.: Dezamăgire extremă de a nu fi în stare să faci ceea ce vrei să faci, adesea, satisfăcându-i pe alţii, nu pe tine.

N.M.G.: Îmi folosesc puterea în scopuri adecvate. Iau propriile mele decizii. Mă realizez eu însumi.

### Hiperventilaţie

C.M.P.: Teamă. Rezistenţă la schimbare. Neîncredere în viaţă.

N.M.G.: Sunt în siguranţă oriunde în Univers. Mă iubesc şi mă încred în procesul vieţii.

### Hipoglicemie

C.M.P.: Supra absorbit de greutăţile vieţii. „Care-i rostul?”

N.M.G.: Aleg acum ca viaţa mea să fie uşoară şi plină de bucurie.

### Hipotiroidie

C.M.P.: Renunţare. Te simţi fãrã speranţă. Înţepenire.

N.M.G.: Creez o viaţă nouă cu noi reguli care să mă susţină.

### Hrană otrăvită

C.M.P.: Permiţi altora să-ti preia controlul. Senzaţia de neajutorare. Neputinţă.

N.M.G.: Am puterea, tăria, curajul şi îndemânarea de a digera tot ce apare în drumul meu.

### Hipertensiune

C.M.P.: Vechi probleme emoţionale încă nerezolvate.

N.M.G.: Cu bucurie, mă desprind de trecut, cu toate urmările lui. Sunt în linişte şi pace deplină

### Hipotensiune

C.M.P.: Lipsă de iubire în copilărie. Renunţare. „La ce bun? Oricum nu mai vreau nimic”.

N.M.G.: Acum, aleg să trăiesc în sfera bucuriei, a clipei prezente. Viaţa mea e o continuă sărbătoare, plină de fericire.

### Boala Hodgkin

C.M.P.: Vină, critică, şi frică teribilă că nu eşti suficient de bun. O întrecere nebunească în a-ţi dovedi ţie însuţi, simultan cu pierderea bucuriei vieţii în această cursă infernală, ca nu eşti bun, până când sângele nu mai poate sprijini fiinţa.

N.M.G.: Sunt pe deplin fericit să fiu eu însumi. Sunt suficient de bun exact aşa cum sunt. Mă iubesc şi mă accept până în adâncul fiinţei. Sunt însăşi expresia bucuriei şi ea mă ridică. Divinitatea mă susţine. Sunt în pace.

## Boli cu litera I

### Inima (afecţiuni)

C.M.P.: Lipsa iubirii şi a siguranţei.

N.M.G.: Inima mea bate în ritmul iubirii.

### Afecţiuni ale inimii (tensiune)

C.M.P.: Stagnarea unor probleme emoţionale. Pierderea bucuriei. Împietrirea inimii. Credinţă în stres şi încordare.

N.M.G.: Bucurie! Bucurie! Bucurie! Permit cu iubire bucuriei să curgă prin mintea, trupul şi experienţa mea.

### Atac de cord

C.M.P.: Stocarea bucuriei inimii în favoarea banilor sau a poziţiei sociale.

N.M.G.: Aduc înapoi bucuria în centrul inimii mele. Exprim mereu numai iubire pentru toţi.

### Ileită (boala Crohn, enterită)

C.M.P.: Frică. Griji. Supărări. Senzaţia de a nu fi suficient de bun.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă accept deplin. Tot ceea ce fac este perfect. Sunt în pace şi sunt minunat.

### Impotenţă

C.M.P.: Tensiune sexuală, stres, culpabilizare. Convingeri sociale. Ciudă împotriva unui partener anterior. Teamă de mamă.

N.M.G.: Accept acum şi permit ca întreaga putere a principiului meu sexual să opereze cu uşurinţă şi bucurie.

### Incontinenţă

C.M.P.: Emoţii exacerbate. Sentimentul că-ţi scapă controlul mental al emoţiilor.

N.M.G.: Mă accept şi mă iubesc în întregime cu bucurie. E mai sigur pentru mine sa-mi exprim emoţiile.

### Indigestie

C.M.P.: Anxietate, înspăimântare, frică la nivelul intestinelor.

N.M.G.: Diger şi asimilez toate experienţele noi, cu bucurie şi linişte.

### Infecţii virale

C.M.P.: Nemulţumire, furie, pierderea bucuriei, amărăciune.

N.M.G.: Cu iubire, permit bucuriei să curgă liber în viaţa mea. Sunt liniştit, echilibrat. Mă iubesc.

### Inflamaţii

C.M.P.: Frică. Vede roşu înaintea ochilor. Gânduri inflamate.

N.M.G.: Gândurile mele sunt echilibrate şi liniştite, curate şi în pace.

### Infecţii urinare

C.M.P.: Abţinerea de la urinare. Opoziţie şi respingere a sexului sau a iubirii. Învinovăţirea tuturor.

N.M.G.: Renunţ la tiparele din mintea mea care au creat aceste condiţii. Sunt bucuros să mă schimb. Mă iubesc şi mă accept.

### Infecţii micotice

C.M.P.: Nu se suportă pe sine. Refuzul propriilor nevoi.

N.M.G.: Aleg să mă sprijin pe mine însumi.

### Intestine (afecţiuni)

C.M.P.: Frică de a renunţa la vechi şi grija pentru chestiuni mărunte.

N.M.G.: Renunţ liber şi cu deplină uşurinţă la tot ce este vechi în fiinţa mea şi primesc cu bucurie noul.

### Icter

C.M.P.: Prejudecăţi interioare şi exterioare. Motive nejustificate, dezechilibrante.

N.M.G.: Simt toleranţă, compasiune, iubire şi tandreţe pentru toţi semenii, inclusiv pentru mine.

## Boli cu litera L

### Litiază renală

C.M.P.: Grămezi de manie, nedizolvate.

N.M.G.: Dizolv cu uşurinţă toate problemele trecutului.

### Laringită

C.M.P.: Atât de supărat, că nu poate vorbi. Teama de a vorbi. Resentimente contra autorităţii.

N.M.G.: Sunt liber să înţeleg ceea ce vreau. Este bine să mă exprim. Sunt în pace.

### Lepră

C.M.P.: Inabilitatea de a te descurca cu viaţa. O credinţă înrădăcinată adânc că nu eşti suficient de bun şi de curat.

N.M.G.: Mă ridic deasupra tuturor limitelor. Sunt ghidat şi inspirat Divin. Iubirea vindecă toată viaţa.

### Leucemie

C.M.P.: Inspiraţie ucisă brutal. „Care-i rostul?”

N.M.G.: Merg dincolo de limitările mele din trecut în libertatea lui „acum”. Este bine şi sigur să fiu eu.

### Leucoree

C.M.P.: Credinta că femeia este fãrã putere faţă de sexul opus. Mânie la adresa partenerului.

N.M.G.: Îmi creez toate experienţele. Eu sunt puterea. Mă bucur de feminitatea mea. Sunt liberă

### Lupus eritematos

C.M.P.: Renunţare. Mai bine mori decât să lupţi pentru sine. Mânie şi autopedepsire.

N.M.G.: Vorbesc pentru mine liber şi uşor. Cer puterea mea. Mă iubesc, mă aprob. Sunt liber şi în siguranţă.

### Limfă

C.M.P.: O avertizare că mintea are nevoie să fie centrată în părţile esenţiale ale vieţii.

N.M.G.: Eu sunt acum total centrat în iubirea şi bucuria de a trăi viaţa. Curg cu iubire şi bucurie. Pacea minţii este a mea.

### Limbă (afecţiuni)

C.M.P.: Incapacitatea de a gusta plăcerile vieţii.

N.M.G.: Mă bucur de dărnicia vieţii.

Luxaţii

C.M.P.: Furie şi rezistentă. Refuzul de a se mişca într-o direcţie sigură.

N.M.G.: Viaţa mă conduce doar către ceea ce este mai bun pentru mine. Sunt în pace.

## Boli cu litera M

### Muşcături (predispoziţie la muşcături de animale)

C.M.P.: Teamă. Deschis la fiecare slăbiciune. Mânie în interior. Nevoia de pedeapsă. Iritări nervoase.

N.M.G.: Mă iert, mă iubesc acum şi întotdeauna. Sunt liber. Totul este bine.

### Mirosul corpului

C.M.P.: Teamă. Nu-ţi place propria persoană. Frică faţă de ceilalţi.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Sunt în siguranţă acum şi pentru totdeauna.

### Măduva spinării (afecţiuni)

C.M.P.: Reprezintă cele mai adânci credinţe despre sine, cum te sprijini şi cum ai grijă de tine.

N.M.G.: Spiritul Divin este structura vieţii mele. Sunt în siguranţă, iubit şi sprijinit total.

### Mâini (orice afecţiune a mâinii)

C.M.P.: Tot felul de activităţi. Ţinere şi mânuire. Mângâiere, pişcare, prindere…

N.M.G.: Aleg să mânuiesc toate experienţele mele cu uşurinţă, iubire şi cu bucurie.

### Malarie

C.M.P.: Dezechilibru în viaţa şi în natura interioara.

N.M.G.: Sunt unit şi în echilibru cu toată viaţa. Sunt în siguranţă.

### Mastoidită

C.M.P.: Mânie şi frustrare. Eşti surd la ceea ce se întâmplă. Teama ce infectează înţelegerea.

N.M.G.: Pacea şi armonia Divină mă înconjoară şi mă pătrund. Sunt o oază de pace, bucurie şi iubire. Totul e bine în lumea mea.

### Menopauză (tulburări)

C.M.P.: Teama de a nu mai fi dorită. Teama de îmbătrânire. Respingere a sinelui. Nu te simţi suficient de bună.

N.M.G.: Sunt echilibrată şi în pace cu toate schimbările ciclului meu şi îmi binecuvântez corpul cu iubire.

### Menstruaţie (probleme)

C.M.P.: Respingerea propriei feminităţi. Vină. Teamă. Credinţa că organele genitale sunt păcătoase şi murdare.

N.M.G.: Îmi accept întreaga mea putere ca femeie şi accept toate procesele corpului meu ca fiind normale şi naturale. Mă iubesc şi mă aprob.

### Migrenă

C.M.P.: Îţi displace să fii condus. Rezistenţă la curgerea vieţii. Teamă sexuală.

N.M.G.: Mă relaxez în curgerea vieţii şi las viaţa să-mi procure tot ceea ce trebuie în mod uşor şi confortabil. Viaţa este pentru mine.

### Mononucleoză

C.M.P.: Supărare că nu primeşti iubire şi apreciere. Îi învinovăţeşti pe alţii. Mult criticism interior. Nu-ţi mai pasă de tine.

N.M.G.: Sunt una cu viaţa toată. Mă vad pe mine în alţii şi iubesc ceea ce vad. Mă bucur să trăiesc.

Muşchi (afecţiuni)

C.M.P.: Rezistenţă la experienţe noi. Inabilitate de a te mişca prin viaţă.

N.M.G.: Viaţa este pentru mine un dans de bucurie.

### Distrofie musculară

C.M.P.: Nu merită să creşti.

N.M.G.: Las în urmă limitările părinţilor. Sunt liber să fiu cel bun pentru mine aşa cum pot.

### Maxilar încleştat

C.M.P.: Furie. Pierderea controlului. Refuzul de a-şi exterioriza sentimentele.

N.M.G.: Cred în viaţă şi în procesele ei. Vorbesc uşor şi mă exprim blând. Viaţa mă sprijină.

### Miopie

C.M.P.: Frică de viitor. Neîncredere în ceea ce urmează.

N.M.G.: Cred în procesul vieţii. Sunt în siguranţă.

### Meningită

C.M.P.: Gânduri inflamate şi ură faţă de viaţă.

N.M.G.: Renunţ la toate culpabilizările şi accept să primesc liniştea, calmul şi bucuria vieţii.

## Boli cu litera N

### Defecte din naştere

C.M.P.: Karma. Chestiuni neterminate.

N.M.G.: Fiecare experienţă este perfectă pentru evoluţia mea. Sunt în pace aşa cum sunt.

### Neoplasm

C.M.P.: Se hrănesc râni vechi şi se construiesc resentimente.

N.M.G.: Iert cu uşurinţă. Mă iubesc şi mă voi recompensa cu gânduri de laudă. Sunt în siguranţă.

### Negi

C.M.P.: Mici exteriorizări ale urii. Credinţă în soartă grea şi urâţenie.

N.M.G.: Simt iubirea şi frumuseţea vieţii în deplina ei exprimare.

### Nod în gât

C.M.P.: Frică. Neîncredere în procesul vieţii.

N.M.G.: Sunt în deplină siguranţă. Am încredere în procesul vieţii. Sunt liber şi mă exprim bucuros cum pot mai bine.

### Narcolepsie

C.M.P.: Nu cooperează. Frică extremă. Vrea să scape de tot. Nu doreşte să fie aici.

N.M.G.: Mă sprijin pe înţelepciunea şi ghidarea Divină ce mă protejează tot timpul. Sunt în siguranţă.

### Noduli

C.M.P.: Resentiment, frustrare şi ego rănit pe carieră.

N.M.G.: Eliberez căile insuccesului şi permit succesului să fie al meu.

### Nevralgie

C.M.P.: Pedeapsă pentru vină. Suferinţă pe comunicare.

N.M.G.: Mă iert. Mă iubesc şi mă aprob. Comunic cu iubire.

### Nefrită

C.M.P.: Reacţie exagerată într-un eşec sau o dezamăgire.

N.M.G.: Doar acţiunile corecte îşi găsesc loc în viaţa mea. Totul este bine.

### Nervi (afecţiuni nervoase)

C.M.P.: Blocarea comunicării şi a receptivităţii.

N.M.G.: Comunic cu uşurinţă şi cu bucurie.

### Cădere nervoasă

C.M.P.: Centrarea pe sine. Înfundarea canalelor de comunicare.

N.M.G.: Îmi deschid inima şi creez comunicare cu iubire. Sunt în siguranţă. Totul e bine.

### Nervozitate

C.M.P.: Teama. Anxietate. Grabă. Luptă. Neîncredere în viaţa.

N.M.G.: Sunt într-o călătorie nesfârşită în eternitate şi mai am destul timp. Comunic cu inima mea. Totul e bine.

### Nas (afecţiuni)

C.M.P.: Necunoaşterea sinelui.

N.M.G.: Recunosc propria mea abilitate intuitivă.

### Sângerări nas

C.M.P.: Nevoia de recunoaştere. Te simţi neluat în seamă şi neapreciat. Plângi după iubire.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Îmi recunosc adevărata valoare. Sunt minunat.

### Nas înfundat

C.M.P.: Ceri ajutor. Plâns interior.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă sprijin în modurile plăcute mie.

### Nas încărcat

C.M.P.: Nu-şi recunoaşte propria valoare.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă apreciez.

### Nas care curge

C.M.P.: Plâns interior. Lacrimi de copil. Victimă.

N.M.G.: Îmi dau seama şi accept că sunt o forţă creatoare în universul meu. Acum aleg să mă bucur de viaţă.

## Boli cu litera O

### Os pubian (dureri, ciuperci)

C.M.P.: Lipsa protecţiei genitale.

N.M.G.: Sexualitatea mea este în siguranţă.

### Otită

C.M.P.: Mânie. Nu doreşte să audă. Prea multă zarvă. Părinţi argumentând.

N.M.G.: Armonia mă înconjoară. Ascult cu iubire ceea ce este bun şi plăcut. Sunt în centrul iubirii.

### Oase – fracturi

C.M.P.: Revolta contra autorităţilor.

N.M.G.: În lumea mea sunt singura autoritate, pentru că sunt singura persoană ce gândeşte în mintea mea. Sunt bine structurat şi echilibrat.

### Deformări oase

C.M.P.: Presiune mentală şi încordare. Muşchii nu se pot relaxa. Pierderea mobilităţii mentale.

N.M.G.: Respir în viaţă din plin. Mă relaxez şi am încredere în procesul vieţii.

### Osteomielită

C.M.P.: Supărare şi frustrare în fiecare structură a vieţii. Se simte de nesuportat.

N.M.G.: Sunt în pace şi am încredere în procesul vieţii. Sunt în siguranţă.

### Osteoporoză

C.M.P.: Lipsa unui suport în viaţă.

N.M.G.: Mă ridic pentru mine şi viaţa mă sprijină într-un mod neaşteptat.

### Oboseală

C.M.P.: Rezistentă. Plictiseală. O lipsă de iubire.

N.M.G.: Sunt entuziasmat de viaţă şi plin de energie, liber şi în siguranţă.

### Ovare (afecţiuni)

C.M.P.: Creativitate blocată.

N.M.G.: Sunt echilibrata în curgerea creaţiei mele.

### Ochi (afecţiuni)

C.M.P.: Incapacitate de a vedea clar trecutul, prezentul şi viitorul.

N.M.G.: Văd cu iubire şi cu bucurie.

### Cheratită

C.M.P.: Furie extremă, devastatoare, terifiantă. Dorinţă nebună de a lovi sau de a sfărâma pe oricine şi orice din cale.

N.M.G.: Permit iubirii din adâncul inimii mele să vindece absolut tot ceea ce vad. Aleg pacea. Totul e bine în lumea mea.

### Probleme cu ochii

C.M.P.: Nu-ţi place ce vezi în propria viaţă.

N.M.G.: Creez acum o viaţă la care îmi place să mă uit.

### Astigmatism

C.M.P.: Necaz cu eu-l. Teama de a vedea propria persoană.

N.M.G.: Vreau să-mi vad acum propria frumuseţe şi splendoare.

### Cataractă

C.M.P.: Incapacitatea de a vedea înainte cu bucurie.

N.M.G.: Viaţa este eternă şi plină de bucurie.

### Probleme cu ochii la copii

C.M.P.: Nu doresc să vadă ce se întâmplă în familia lor.

N.M.G.: Armonia, bucuria, frumuseţea şi siguranţă înconjoară acest copil.

### Ochi încrucişaţi (strabism)

C.M.P.: Nu doresc să vadă ce se întâmplă. Scopuri încrucişate.

N.M.G.: Este sigur pentru mine să privesc. Sunt în pace.

### Hipermetropie

C.M.P.: Frică de a vedea în prezent.

N.M.G.: Sunt în siguranţă aici şi acum.

### Glaucom

C.M.P.: Neiertare, de piatră. Presiune din răni vechi. Covârşit de tot.

N.M.G.: Privesc cu dragoste şi cu tandreţe.

### Exoftalmie

C.M.P.: Teamă de a vedea prezentul, chiar aici.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob chiar acum.

### Ochi uscaţi

C.M.P.: Ochi supăraţi. Refuzul de a vedea cu dragoste. Ar prefera să moara decât să ierte, fiind răutăcios.

N.M.G.: Doresc să iert. Respir viaţa şi vad cu compasiune şi mă aprob.

### Ochi uscaţi (conjunctivită)

C.M.P.: Mânie şi frustrare. Nu doreşte să vadă.

N.M.G.: Eliberez nevoia de a avea dreptate. Sunt împăcat. Mă iubesc şi mă aprob.

### Obezitate

Emotivitate excesivă. Adesea arată frică şi nevoie de protecţie. Frica poate fi mascată de o furie exterioara şi o rezistenţă în a ierta.

N.M.G.: Sunt protejat de însăşi iubirea Divină. Sunt în siguranţă întotdeauna. Sunt dornic să cresc şi să îmi asum responsabilităţile vieţii. Îi iert pe toţi, iar acum îmi formez propria viaţa aşa cum mi-o doresc. Sunt în deplină siguranţă.

### Obezitate mâini

C.M.P.: Furia unei iubiri refuzate.

N.M.G.: E bine pentru mine să creez toata iubirea pe care mi-o dăruiesc.

### Obezitate pântec

C.M.P.: Furia unei hrăniri refuzate.

N.M.G.: Mă hrănesc cu hrană spirituală. Sunt liber şi pe deplin mulţumit.

### Obezitate şolduri

C.M.P.: Furii încăpăţânate, remanente faţă de părinţi.

N.M.G.: Sunt dornic să uit trecutul. E mai bine pentru mine să depăşesc limitările părinţilor.

### Obezitate coapse, pulpe

C.M.P.: Mânii copilăreşti păstrate încă. Furie faţă de tată.

N.M.G.: Îmi vad tatăl ca pe un copil neiubit şi-l iert uşor. Amândoi suntem liberi.

### Obezitate – grăsime

C.M.P.: Frică. Nevoia de ocrotire. Fugă faţă de sentimente. Nesiguranţă. Autorespingere. În căutarea împlinirii.

N.M.G.: Sunt în pace cu propria-mi fiinţă şi cu propriile mele emoţii şi trăiri. Sunt în siguranţă acolo unde sunt. Îmi creez propria siguranţă. Mă iubesc şi mă accept exact aşa cum sunt.

## Boli cu litera P

### Parkinson

C.M.P.: Teamă şi dorinţa intensă de a controla tot şi pe toţi.

N.M.G.: Mă relaxez ştiind ca sunt în siguranţă. Viaţa este aici pentru mine şi am încredere în procesul vieţii.

### Probleme cu îmbătrânirea

C.M.P.: Crezuri sociale. Gândire veche. Teamă de a fi propria persoană. Refuzul prezentului-acum.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob la fiecare vârstă. Fiecare moment al vieţii este perfect.

### Piciorul atletului

C.M.P.: Frustrare din cauza că eşti neacceptat. Inabilitate de a te mişca înainte.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Îmi acord permisiunea de a merge înainte. E bine să înaintezi.

### Picior dorian

C.M.P.: Neînţelegerea sinelui, a vieţii, a celorlalţi.

N.M.G.: Înţelegerea mea este clară şi mă schimb cu timpul. Sunt în siguranţă.

### Probleme feminine

C.M.P.: Negarea sinelui. Respingerea feminităţii. Respingerea principiului feminin.

N.M.G.: Mă bucur de feminitatea mea. Îmi place faptul ca sunt femeie. Îmi iubesc corpul.

### Probleme cu spatele (coloana)

*partea inferioară*

C.M.P.: Teama de bani. Lipsa suportului financiar.

N.M.G.: Am încredere în procesul vieţii. Întotdeauna viaţa îmi oferă tot ce am nevoie. Sunt în siguranţă.

*mijloc*

C.M.P.: Vină. Înţepenire.

N.M.G.: Eliberez trecutul. Sunt liber să mă mişc înainte cu iubire în inima mea.

*partea superioară*

C.M.P.: Lipsa suportului emoţională. Se simte neiubit. Ţine iubirea în spate.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Viaţa mă sprijină şi mă iubeşte.

### Paralizie

C.M.P.: Gânduri paralizante. Blocare. Frică. Teroare. Fugă de o situaţie sau de o persoană. Rezistenţă.

N.M.G.: Gândesc liber şi am cu uşurinţă şi bucurie experienţe minunate. Sunt una cu viaţa. Sunt total adecvat situaţiilor.

### Paralizie Bell

C.M.P.: Control extrem asupra supărării. Neexteriorizarea sentimentelor.

N.M.G.: Este bine pentru mine sa-mi exteriorizez sentimentele. Mă iert.

### Paralizie cerebrală

C.M.P.: Nevoia de a uni familia într-o acţiune de iubire.

N.M.G.: Contribui la o viaţa de familie unită, în pace şi iubire. Totul este bine.

### Parestezii

C.M.P.: Îşi reţine dragostea şi consideraţia. Mort mental.

N.M.G.: Împărtăşesc iubirea şi sentimentele. Răspund iubirii din fiecare.

### Pancreas

C.M.P.: E afectat segmentul dulceţii vieţii.

N.M.G.: Viaţa mea este dulce.

### Pancreatită

C.M.P.: Respingere. Supărare şi frustrare pentru că viaţa se pare ca şi-a pierdut dulceaţa.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob şi singur îmi creez dulceaţa şi bucuria din viaţa mea.

### Paraziţi

C.M.P.: Dai puterea altora, ii laşi să preia conducerea.

N.M.G.: Cu iubire, iau puterea înapoi şi elimin toate interferenţele.

### Probleme cu vezica urinară

C.M.P.: Anxietate. Idei vechi. Teama de a le lasă să plece. Enervare.

N.M.G.: Mă eliberez uşor şi confortabil de tot ce e vechi şi spun bine ai venit noului. Sunt în siguranţă.

### Plâns

C.M.P.: Lacrimile sunt izvorul vieţii, împărtăşite atât în bucurie cât şi în teama şi tristeţe.

N.M.G.: Sunt în pace cu toate emoţiile mele. Mă iubesc şi mă aprob.

### Pirozis

C.M.P.: Teamă. Teamă. Teamă. Teama acaparatoare.

N.M.G.: Respir liber şi din plin. Sunt în siguranţă. Am încredere în procesul vieţii.

### Prurit

C.M.P.: Dorinţă de a merge împotriva curentului. Remuşcare. Nesatisfăcut. Te scarpini ca să scapi sau ca să iesi.

N.M.G.: Sunt în pace exact unde sunt. Accept tot ce e bun, ştiind ca toate nevoile şi dorinţele se vor împlini.

### Par încărunţit

C.M.P.: Stres. Presiune şi încordare continuă.

N.M.G.: Sunt în pace şi mă simt destins în orice moment al vieţii mele. Sunt puternic şi capabil.

### Probleme cu picioarele

C.M.P.: Frică de viitor şi de a nu putea păşi în viaţă mai departe.

N.M.G.: Mă mişc în propria-mi viaţă cu bucurie, blândeţe şi uşurinţă.

### Probleme cu tălpile

C.M.P.: Frică de viitor. Înţepenire. Nu vrea să înainteze.

N.M.G.: Înaintez cu bucurie şi încredere ştiind, că în viitorul meu totul este perfect.

### Probleme cu tibia

C.M.P.: Distrugerea idealurilor şi a standardelor vieţii.

N.M.G.: Trăiesc pentru a-mi clădi cu iubire şi bucurie idealurile şi standardele vieţii mele.

### Plămân (afecţiuni)

C.M.P.: Incapacitatea de a primi ceea ce ţi se oferă în viaţă.

N.M.G.: Accept şi primesc cu bucurie şi într-un echilibru perfect tot ceea ce mi se oferă în viaţă.

### Afecţiuni pulmonare

C.M.P.: Depresie, necaz, supărare. Frică de a primi de la viaţa. Nu simte plăcerea şi bucuria trăirii unei vieţi pline şi abundente.

N.M.G.: Am capacitatea de a primi din plin abundenţa vieţii. Trăiesc viaţa cu iubire şi bucurie deplină.

### Pneumonie

C.M.P.: Disperat. Obosit de viaţă. Răni emoţionale ce nu li se permite vindecarea.

N.M.G.: Accept liber ideile Divine odată cu respiraţia şi cu inteligenţa vieţii. Acesta este un moment nou.

### Boala Poison Ivy

C.M.P.: Te simţi lipsit de apărare şi deschis atacului.

N.M.G.: Sunt puternic şi în siguranţă.

### Poliomielită

C.M.P.: Gelozie paralizantă. Dorinţa de a opri pe cineva.

N.M.G.: Este destul pentru fiecare. Îmi creez starea de bine şi libertatea prin gânduri iubitoare.

### Periodontita

C.M.P.: Mânie (supărare) pe incapacitatea de a lua decizii. Oameni fãrã importanţă.

N.M.G.: Mă aprob şi deciziile mele îmi sunt întotdeauna bune.

### Prostată

C.M.P.: Temeri mentale ce afectează masculinitatea. Cedare. Presiune sexuală şi vină. Credinţă în îmbătrânire.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob. Îmi accept propria putere. Spiritul meu este mereu tânăr.

### Psoriazis

C.M.P.: Teama de a fi rănit. Omori sensul sinelui. Refuzul de a accepta responsabilitatea propriilor sentimente.

N.M.G.: Trăiesc pentru bucuriile vieţii. Merit şi accept tot ce-i mai bun în viaţă. Mă iubesc şi mă aprob.

### Piele

C.M.P.: E afectată individualitatea. Anxietate, teamă. Probleme vechi îngropate.

N.M.G.: Mă simt în siguranţă să fiu eu. Cu iubire mă protejez. Cu gânduri de iubire şi bucurie trecutul este iertat şi uitat. Sunt liber în acest moment.

### Plex solar

C.M.P.: E afectat centrul puterii intuitive. Reacţii intestinale.

N.M.G.: Am încredere în vocea mea interioară. Sunt înţelept, puternic şi tare.

## Boli cu litera R

### Rău de mişcare

C.M.P.: Teamă. Teamă de a nu fi controlat.

N.M.G.: Îmi controlez întotdeauna gândurile. Sunt în siguranţă. Mă iubesc şi mă aprob.

### Rău de mare

C.M.P.: Teamă. Teamă de moarte. Lipsă de control.

N.M.G.: Sunt în siguranţă totală în Univers. Sunt în pace oriunde.

### Rău de maşină

C.M.P.: Teamă. Dependenţă. Te simţi prins în capcană.

N.M.G.: Mă mişc cu uşurinţă prin timp şi spaţiu. Mă înconjoară numai iubire.

### Rabie

C.M.P.: Mânie. Credinta că violenţa este răspunsul.

N.M.G.: Sunt înconjurat şi pătruns de pace şi armonie.

### Rinichi

C.M.P.: Criticism. Dezamăgire, nereuşită. Ruşine. Reacţii ca cele ale unui copil mic.

N.M.G.: În viaţa mea are loc numai acţiunea dreaptă Divină. Extrag numai binele din fiecare experienţă a mea. Este bine să cresc.

### Răni

C.M.P.: Furie faţă de propria persoană. Senzaţia de vinovăţie.

N.M.G.: Îmi eliberez calm toată furia. Mă iubesc, mă accept şi mă apreciez la adevărata mea valoare. Creez numai experienţe de bucurie în lumea mea iubitoare.

### Răceli

C.M.P.: Închistare mentală, slăbire interioară şi exterioară. Dorinţa de izolare: „Lasă-mă-n pace!”

N.M.G.: Sunt în siguranţă în orice moment. Iubirea mă înconjoară şi mă protejează mereu. Sunt în deplină siguranţă şi totul este bine.

### Reumatism

C.M.P.: Lipsă de iubire. Amărăciune cronică. Resentimente. Te simţi victimizat.

N.M.G.: Îmi creez propriile experienţe. Pe măsură ce mă iubesc şi mă aprob, experienţele mele sunt din ce în ce mai bune.

### Rigiditate

C.M.P.: Gândire rigidă.

N.M.G.: E bine să fiu flexibil în mintea mea.

### Respiraţia (probleme)

C.M.P.: Frică şi incapacitatea de a lua viaţa în piept.

N.M.G.: Iubesc viaţa. Este bine să trăieşti. Sunt în siguranţă.

### Reţinere de fluide

C.M.P.: Înţepenit în gândire. Idei îmbâcsite, dureroase.

N.M.G.: Gândurile mele curg liber şi cu uşurinţă.

## Boli cu litera S

### SIDA

C.M.P.: Se simte lipsit de apărare şi fãrã speranţă. Nimănui nu-i pasă. O puternică credinţă că nu este suficient de bun. Negarea eu-lui. Vină sexuală.

N.M.G.: Sunt o expresie Divină, magnifică a vieţii. Mă bucur de sexualitatea mea. Mă bucur de tot ceea ce sunt. Sunt puternic şi capabil. Mă iubesc şi mă apreciez.

### Suprarenale (afecţiuni glandulare)

C.M.P.: Înfrângere. Renunţare. Indiferenţă, ignoranţă faţă de sine. Anxietate.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă aprob din adâncul fiinţei mele. Am grijă de mine şi sunt în siguranţă.

### Solduri (afecţiuni)

C.M.P.: Lipsa de încredere în evoluţie. Frica de a merge înainte în deciziile importante.

N.M.G.: Sunt într-un echilibru perfect. Înaintez în viaţă cu hotărâre şi cu bucuria oricărei vârste.

### Scleroză laterală amiotrofică

C.M.P.: Lipsa bucuriei în a accepta şi recunoaşte propria valoare. Negarea şi refuzul succesului.

N.M.G.: Ştiu că prezint încredere. Viaţa mă iubeşte. Sunt în siguranţă în orice situaţie.

### Probleme ale sângelui

C.M.P.: Pierderea bucuriei, a inspiraţiei, a circulaţiei ideilor.

N.M.G.: Idei şi gânduri noi circulă liber cu bucurie în fiinţa mea.

### Afecţiuni ale sânilor

C.M.P.: Refuz de a hrăni propria fiintă, propriul sine. A pune înainte de toate pe oricine altcineva, sufocându-l. Exagerare a protecţiei.

N.M.G.: Sunt importantă, contez. Acum am grijă de mine şi mă hrănesc cu iubire şi bucurie. Îi las pe toţi ceilalţi liberi să fie aşa cum doresc şi suntem cu totii liberi şi în deplină siguranţă.

### Surditate

C.M.P.: Respingere. Izolare. Încăpăţânare. „Nu mă pisa”. Ce nu vrei să asculţi?

N.M.G.: Ascult Divinitatea şi mă bucur de tot ceea ce sunt capabil să aud. Sunt unul (una) cu totul.

### Scleroză în plăci

C.M.P.: Frică. Rigiditate. Încăpăţânare. Inimă împietrită şi îngreunată. La fel şi mintea.

N.M.G.: Creez o lume plină de iubire şi bucurie prin alegerea de gânduri şi emoţii luminoase şi blânde. Sunt liber şi în siguranţă.

### Spate (curbura lui) (afecţiuni)

C.M.P.: Incapacitatea de a curge în sprijinul vieţii. Frica şi încercarea de a reveni la ideile vechi. Neîncrederea în viaţă. Lipsa încrederii în general. Lipsa curajului şi a responsabilităţii.

N.M.G.: Renunţ la toate fricile. Ştiu ca viaţa mă sprijină întotdeauna şi am încredere în ea. Sunt plin de iubire şi bucurie. Sunt în siguranţă.

### Sindrom premenstrual

C.M.P.: Respingerea proceselor legate de feminitate. Confuzie lăsată să domine. Oferirea puterii unor influente exterioare.

N.M.G.: Acum îmi asum responsabilitatea minţii, corpului şi vieţii mele. Sunt o femeie plină de putere şi minunată. Orice părticică din corpul meu funcţionează perfect. Mă iubesc şi sunt în pace.

### Scabie

C.M.P.: Gândire infectată. Permiţi celorlalţi să-ţi intre sub piele.

N.M.G.: Sunt expresia vie a tot ceea ce există. Sunt plin de iubire şi bucurie. Sunt chiar eu însumi.

### Sciatică

C.M.P.: Delăsător. Mai puţin exigent. Frică legată de bani şi de viitor.

N.M.G.: Mă mişc cu blândeţe, bunătate şi bucurie. Sunt înconjurat numai de bine. Sunt în siguranţă.

### Sclerodermie

C.M.P.: Protejarea eu-lui de viaţa. Neîncrederea eu-lui în necesitatea de a fi aici. Grija faţă de eu.

N.M.G.: Mă destind complet pentru că acum ştiu că sunt în siguranţă. Cred în viaţă şi în mine.

### Senilitate

C.M.P.: Întoarcerea la aşa-numita siguranţă a copilăriei. Atenţie revendicativă şi grijă. O formă de control faţă de tot ce te înconjoară. Evadare.

N.M.G.: Divinitatea mă protejează. Sunt în siguranţă şi pace. Inteligenţa Universului funcţionează în toate aspectele vieţii.

### Sinuzită

C.M.P.: Iritaţie faţă de o anumită persoană. Ceva închistat.

N.M.G.: Declar pace şi armonie în interiorul şi împrejurul meu, pentru totdeauna. Totul este bine.

### Sforăit

C.M.P.: Refuz încăpăţânat de a se desprinde de tiparele vechi.

N.M.G.: Renunţ la toate tiparele vechi. Iubirea şi bucuria se instalează în mintea şi corpul meu. Înaintez spre un viitor nou, proaspăt şi plin de viaţă.

### Splină (afecţiuni)

C.M.P.: Obsesii. Obsedat de lucruri şi situaţii.

N.M.G.: Mă iubesc şi mă accept. Cred în viaţă şi în faptul ca mă ajută. Sunt în siguranţă. Totul este bine.

### Schelet (oase) (afecţiuni ale scheletului osos)

C.M.P.: E afectata structura vieţii.

N.M.G.: Sunt puternic şi sănătos. Sunt bine construit.

### Sterilitate

C.M.P.: Frică şi rezistenţă faţă de procesul vieţii sau inutilitatea exprimării paternităţii/maternităţii.

N.M.G.: Cred în procesul vieţii. Sunt întotdeauna în locul optim, făcând exact ceea ce trebuie la momentul potrivit. Mă iubesc şi mă accept.

### Stomac (gastrită, ulcer)

C.M.P.: Înspăimântare. Teamă de nou. Incapacitatea de a asimila ce e nou. Prea mult.

N.M.G.: Viaţa mă acceptă. Asimilez tot ce e nou ca eveniment din orice zi. Totul este bine.

### Suicid

C.M.P.: Vede viaţa doar în alb şi negru. Refuzul de a vedea şi alt drum.

N.M.G.: Trăiesc în totalitatea posibilităţilor. Aici există întotdeauna un drum nou. Sunt în siguranţă.

### Spasme

C.M.P.: Încordarea gândurilor până la frică.

N.M.G.: Renunţ, mă destind şi înaintez. Sunt în siguranţă.

### Sifilis

C.M.P.: Neacceptarea ta aşa cum eşti.

N.M.G.: Hotărăsc să fiu eu însumi. Mă accept exact aşa cum sunt.

# AVERTISMENT

Terapiile şi reţetele naturiste prezentate în acest volum, au fost culese din medicina tradiţională şi au caracter informativ.

Atunci când ele nu sunt realizate corect, pot surveni efecte contrare sănătăţii. Tratamentul cu ajutorul lor se va face sub supraveghere medicală de specialitate sau sub îndrumarea terapeutului cu experienţă în astfel de proceduri.

Deşi conţinutul a fost atent corectat, nu sunt excluse eventualele greşeli de tipar.

Relaţii suplimentare (informare - documentare) puteţi obţine, în mod gratuit, de la doamna Sanda Ştefan, tel.: 0745.153.875, între orele 10:30 şi 20:30, exceptând zilele de sâmbătă şi duminică.

# Regim de dezintoxicare conceput de Valeriu Popa pentru cancer şi stările precanceroase - 45 de zile -

* Dimineaţa la sculare: terapia cu ulei şi mălai
* Ora 11:00 se înghit 4 linguri de orez crud (înmuiate cu o oră înainte) cu 1/2 litru de apă distilată
* Ora 13:00 se amestecă şi se consumă următoarele:
* 125g. grâu încolţit
* 1/2 kg. mere rase
* 3 linguri ţelină rasă
* 2 linguri rădăcină de pătrunjel rasă
* 4 linguri sfeclă roşie rasă
* 1 lingură miere de salcâm
* Ora 18:00 se consumă aceeaşi salată ca la ora 13:00 înlocuind merele cu pere.
* Înainte de culcare cu o oră, se consumă 30 de seminţe crude de dovleac şi se bea o cană de ceai de cimbrişor.
* Se fac 2 clisme pe zi, una dimineaţa cu 2 litri de ceai de muşeţel şi una seara, cu 2 litri de ceai de rostopască.
* Se pun comprese cu frunze de varză, de seara până dimineaţa, pe zonele afectate.