



241025

Använd de enklaste botemedlen

Naturen kommer att behöva en del hjälp för att få saker och ting i ordning. Den hjälpen kan man finna i de enklaste botemedlen, särskilt genom att använda de botemedel som naturen själv tillhandahåller – ren luft, tillsammans med den värdefulla kunskapen om hur man ska andas, rent vatten, med kunskap om hur man använder det, mycket solljus i alla rum i huset om möjligt, tillsammans med en förståelse för fördelarna med att använda detta. Alla dessa har kraftfulla effekter. Och den patient som vet hur man ska äta och klä sig på ett hälsosamt sätt, kan leva bekvämt, fridfullt och friskt och kommer inte att förmås att ta mediciner, som i stället för att hjälpa naturen förlamar dess krafter. Om de som är sjuka och som lider bara ville göra så gott de förstår när det gäller att uthålligt leva enligt hälsoreformens principer, då skulle de i nio fall av tio återhämta sig från sina sjukdomar. — Medical Ministry, p. 223, 224 (Manuscript 22, 1887)

Översättning: S. Gundler