



CUPRINS



MEDICINA NATURALĂ ȘI MEDICINA NATURISTĂ	7
MEDICINA NATURISTĂ ȘI BIOCOMPATIBILITATEA	10
RECOMANDĂRI NATURISTE	15
1. Recomandări cu caracter general	15
2. Recomandări privind dezintoxicarea organismului	17
3. Recomandări privind mediul înconjurător	18
4. Recomandări privind alimentația echilibrată	18
5. Recomandări privind tratamentele naturiste	20
PRINCIPALELE TERAPII NATURISTE ȘI O SCURTĂ DESCRIERE A FIECĂREIA DINTRE ELE	24
DESCRIEREA DETALIATĂ A UNORA DINTRE TERAPIILE ENUMERATE	57
Terapia de dezintoxicare	57
Terapia prin autosugestie	69
Discoterapia	76
Terapia prin alimentație naturală	78
Terapia cu argilă	88

Terapia cu bitter suedez	101
Terapia cu petrol	109
Terapia cu sucuri de legume și ceaiuri	120
Terapia prin regimul alimentar de separare sau disociat	133
Terapia prin regimul alimentar „pe puncte” (pentru slăbire, îngrășare sau menținerea greutateii)	140
Terapia prin posturi alimentare	153
Magnetoterapia	162
Homeopatia	176
Brasicoterapia sau terapia cu varză	187
Terapia cu urină	196
Terapia cu ulei supt	210
Terapia cu alimente concordante	214
Terapia cu apă vie și apă moartă	217
CONCLUZII	225
ANEXA 1. Cauzele primare ale îmbolnăvirilor	230
ANEXA 2. Schema „Sănătate – boală – tratamente”	232
ANEXA 3. Clasificarea metodelor medicale (după aria lor de folosință)	234
ANEXA 4. Clasificarea terapiilor naturiste (după caracterul lor și al suportului pe care se bazează)	235
ANEXA 5. Principalele terapii naturiste multiple	237