

*Iscriviti alla newsletter su [www.etadellacquario.it](http://www.etadellacquario.it) per essere sempre aggiornato su novità, promozioni ed eventi. Riceverai in omaggio un racconto in eBook tratto dal nostro catalogo.*

Titolo originale: *Thus Speaketh the Stomach and the Tragedy of Nutrition* (1915 ca)

Traduzione di Sara Clamor

Immagine in copertina: © Adobe Stock/rh2010

© 2023 Edizioni L'Età dell'Acquario  
Edizioni L'Età dell'Acquario è un marchio Lindau s.r.l.

Lindau s.r.l.  
via G. Savonarola 6 - 10128 Torino

Prima edizione: giugno 2023  
ISBN 978-88-3336-417-9

Arnold Ehret

# COSÌ PARLA LO STOMACO

*Seguito da*

LA TRAGEDIA  
DELLA NUTRIZIONE



Edizioni  
*L'Età dell'Acquario*

Il filosofo Immanuel Kant e altri pensatori contemporanei si sono spinti a investigare criticamente il processo stesso del pensiero. La scuola più moderna e materialista può se non altro arrogarsi il merito di averci ricordato che il comune atto del pensiero richiede un normale organo a esso predisposto, che possieda ben organizzate convoluzioni cerebrali. Il materialismo instrada nuovamente le menti filosofiche sul terreno terrestre. Le sue speculazioni non prendono le mosse da quel che sta dietro né dall'astratto, dal soprasensibile e metafisico – inserisce invece il bisturi del pensiero, figurativamente e nella realtà, negli organi dell'animo, e apre le porte a una filosofia della vita – a cominciare dall'atomo di materia e dalla cellula delle sostanze viventi. Le convoluzioni cerebrali, e la qualità della sostanza nervosa, sembra diventino il principio su cui individuare una base materiale, per arrivare a una «critica della ragione pura» priva di tendenze sofistiche, e afferrare infine il senso della vita spirituale e fisica – il processo del pensiero, dunque, in quanto percezione, logica e giudizio. La cellula,

a questo punto, è apparsa davvero qualcosa di tangibile e visibile, quale unità specificatamente organizzata della sostanza vivente e operatore in grado di coordinare le funzioni corporee e mentali. L'anatomia di questi microorganismi è nota, ma la qualità delle loro funzioni e le cause della loro vitalità ancora restano oscure. Si dimentica che tutto dipende dal nutrimento derivante dal sangue vivo, e che, se vogliamo risolvere il mistero della vita, il punto di partenza fondamentale di qualunque pensiero – del pensiero in sé stesso – deve essere individuato nello stomaco, il centro di formazione del sangue. Bisogna scendere giù fino al centro di gravità dell'organismo – ovvero allo stomaco – per capire, alleviare, trovare rimedio alla pesantezza e a quanto rappresenta un impedimento alle corrette funzioni dell'organismo, che prende il nome di «malattia». Bisogna guardare al lavoro e al fondamento dei propri organi centrali se si vuole individuare la causa dell'accelerata o attenuata capacità funzionale di tutte le parti che compongono il sistema nel suo complesso, ciascuna delle quali viene nutrita dallo stomaco per mezzo del sangue.

Jean-Jacques Rousseau dettava i suoi scritti rimanendo sdraiato. Friedrich Schiller teneva i piedi immersi in acqua fredda mentre scriveva. Lo svenimento è spesso l'esito finale di una condizione in cui manca sangue al cervello, la cui causa risiede in uno stomaco appesantito. Pitagora ha dovuto digiunare per quaranta giorni per riuscire a comprendere la saggezza dell'Egitto. Non tanto, dunque, perché al digiuno si debba imputare un basso irroramento sangui-

gno del cervello, come in genere si crede, ma esattamente per l'opposta ragione. Il cervello umano elabora i pensieri migliori e le percezioni più chiare molto meglio quando si resta in posizione supina, come faceva Rousseau, o mentre si tengono i piedi al fresco – il metodo adottato da Schiller –, nelle situazioni, cioè, in cui risulta ben irrorato di sangue. Se attraverso il digiuno – come dimostra Pitagora – lo stomaco viene portato a un perfetto stato di pulizia dal momento che viene garantita la digestione del cibo, non si produrrà nessuna interferenza rispetto al regolare nutrimento sanguigno del cervello a fronte della presenza di auto-tossine. Per purificare il sangue bisogna, in conclusione, partire proprio dallo stomaco. A un grado superiore di salute si può accedere partendo dal centro della formazione del sangue, così da ottenere una percezione della «ragione del sangue puro» a priori secondo la quale la malattia in generale non è altro che un campo minato interno al corpo di cui non siamo coscienti, che può sfociare successivamente in infiammazioni ed eruzioni cutanee per via di cause secondarie e incidentali come il freddo, l'infezione ecc. Dobbiamo perciò eliminare eventuali feci non evacuate, ritenute dal muco appiccicoso nelle pieghe dell'intestino, sempre e comunque nocive, e allo stesso tempo favorire la corretta digestione e la produzione del sangue.

Non solo la vita, ma la cultura nel suo significato più alto ci viene dallo stomaco. Quest'organo, tuttavia, per via delle false credenze di culti fin troppo materialisti, come quelli dedicati a Bacco e a Lucullo – se seguiamo la lezione

di Nietzsche –, è diventato il padre di tutte le miserie, il segreto focolaio di tutte le malattie. Qui un deposito latente di materia morente, che consiste in prodotti di scarto non eliminati, ha un'azione negativa sul cervello e interviene nella corruzione del sangue; in qualsiasi particolare caso di malattia, oltre a esserne la causa diretta che deriva dall'oscuro e recondito rivestimento dello stomaco, ora come ora offusca il quadro clinico di ciascun sintomo di una natura eliminativa. Come si può provare, una gran quantità di disturbi nascosti e patologici risultano depositati nei tessuti, costituendo la causa principale di malessere; un esempio è la corruzione cronica del sangue – che proviene dall'occulto e oscuro fattore ignoto, la misteriosa X – nel corso di tutti i decorsi acuti e cronici della malattia.

Se oggi, in una certa maniera, ho la possibilità di presentarvi uno stomaco parlante, lo faccio per tre ordini di ragioni.

Primo, perché questa piuttosto antiquata forma d'espressione appare consona a proporre opinioni e convinzioni personali. Secondo, perché le funzioni di un organo – un processo della Natura!, una forza, una volontà, il senso e le deliberate intenzioni di funzioni del corpo umano in parte inconscie –, specialmente quando impersonate e con facoltà di parola, risultano in grado di divenire accessibili alla generale intelligenza delle persone. Terzo, perché la dieta e con essa lo stomaco – come pure la formazione del sangue – sono le prime due cose implicate nella seguente domanda: «Cosa e come dobbiamo mangiare e bere al fine di star bene

e restare in salute?». Forse anche la scienza potrà trovare qualche stimolo in quest'idea.

Basandomi su un vasto materiale fattuale e su alcuni esperimenti effettuati sul mio proprio corpo – come finora non è stato fatto da nessun altro –, tenterò di presentarvi lo stomaco quale luogo di raccolta di quella materia patologica che normalmente viene indicata con i termini di «occlusione», «autotossine», «disposizione morbosa» o «predisposizione», in assenza della quale non può darsi l'azione di una causa secondaria di malattia. Ho fatto esperimenti per prendermi un'infreddatura, per buscarmi un'infezione malarica ecc. con risultati negativi; ma ho rapidamente recuperato attraverso la rimozione della prima causa generale di disturbo dallo stomaco – che consiste nella completa occlusione –, ricorrendo al digiuno e andando a intervenire sulla mia propria dieta. Per individuare una base comune alla malattia, in via sperimentale, mi sono spinto fino al limite di mettere a rischio la mia stessa vita. In uno stato di riconosciuta salute avrei intenzionalmente mangiato fino ad ammalarmi, in una certa misura, per poi mangiare fino a ristabilirmi del tutto e radicalmente – con mia personale soddisfazione. Per quanto ne so, prima d'allora non era stato tentato mai. Se la scienza non dà credito a questi miei esperimenti potrebbe comunque dare un'occhiata, con il sorriso, a quanto segue. Io stesso credo di dovermi mettere al servizio del malato, della vitale efficienza della specie umana, della promozione del vigore delle persone e dell'umanità tutta.

E ora lasciamo lo stomaco parlare nel ruolo di protagonista della «tragedia dell'umana nutrizione».

Così parla lo stomaco:

«Da un punto di vista storico-genetico, io sono, innanzitutto, una primitiva cellula intestinale; una piccola e vuota sacca con un'apertura boccale, essendo questa l'ultima, comune unità di base di tutti i vertebrati multicellulari, come afferma Haeckel. Nell'intera scala degli organismi viventi animali, su fino a includere gli esseri umani, mi colloco in mezzo, nel centro di gravità. A me, lo stomaco, pertiene questo spazio collocato centralmente; io sono il singolo modulo di costruzione, l'impianto di lavoro organizzato per il trattamento della materia grezza e, al tempo stesso, il principale costruttore. I miei ordini vengono diffusi dal cervello, il capocantiere, come inconsci istinti provenienti dall'architetto del mondo. A me solo pertiene in massima parte – in compagnia del mio assistente, il flusso sanguigno – il materiale da costruzione del corpo nel suo complesso, la formazione e il mantenimento degli organi oltre che la fornitura del materiale di riparazione. Io sono il centro materiale primario di crescita, che alimenta e muove l'intero organismo. Anche il principale amministratore, il cervello, dipende dal flusso di nutrimento che viene da me, e cioè dal sangue. Sono sempre stato e sempre rimarrò il primo e l'assoluto governatore dello stato cellulare degli esseri umani e animali. A me appartiene il principio dell'essere e della