

A urinoterapia
Não tem contra indicação
Seja noite ou seja dia
Antes de uma refeição
Pode ser também depois
Ate mesmo um copo ou dois
Quem manda é sua consciência
Naquele exato momento
Não precisa acanhamento
Nem amarras de prudência

A saúde é pra doença
Antagônica e relativa
Onde uma marca presença
A outra é fugitiva
Cada ser é obrigado
A estar sempre num estado
Onde uma ou outra é presente
Nos escritos destas folhas
Há uma entre duas escolhas
Ser sadio ou ser doente.

16

Acne, doenças de pele:
Banho de argila com arnica
Também eczema expele
E limpa sua pele fica
Eucalipto e linhaça
O óleo desses se passa
Com argila todo dia
Serve pra asma sair
Nas estrofes a seguir
Trato a hidroterapia
Há na hidroterapia
O escalda-pés alternado
Água quente e água fria
Fique num banco sentado
Com água fria num balde
Noutro a quente (que não escale)
Ponha e tire os pés ,então
Quatro minuto na quente
Na fria um é suficiente
Três vezes pra circulação
Tomar água fresca e pura
Vale como medicina
Existe também a cura
Com a ingestão da urina
É por muitos conhecida
Como a água da vida
Em muitos interiores
Pra fermento e barriga
Seu uso é uma pratica antiga
De muitos agricultores

14

Diagnóstico Geral E a Cura Pelo Naturismo

Autor: Manoel Inácio do Nascimento

Há uma pratica elitista
Na medicina em geral
Inclusive a naturista
É ramo comercial
Interesse nesse tema
Há em função do problema
Dos empregos, hoje em falta
Com bom retorno aos que usam
Muitos no ramo se cruzam com
Com seus produtos em alta.

Não esta fora da política
A questão do naturismo
Em si ela é uma critica
De morte ao capitalismo
O fato de ser negado
O industrializado
Como algo que faz mal
O caráter da renúncia
Implica numa denúncia
Que condena o capital

1

Hipocrates foi incisivo
Disse: quando alguém deseja
Sua saúde é preciso
Ter certeza que ele esteja
Pronto a suprimir as causa
Daí podermos sem pausas
Contribuir para curá-lo
E frisou com elegância
É só nessa circunstância
Que agente pode ajudá-lo.
Pra conquistar a saúde
Tem que haver boa vontade
Que do egoísmo mude
Pra solidariedade
E que também o prazer
Não se reduza a comer
Coisas boas no lugar
Ponha na sua cabeça
E não somente obedeça
Aos vícios do paladar
Se você está ocioso
Tudo o que quer é comer
Só pensa em prato gostoso
Não enxerga outro afazer
Que pra preencher o tempo
Usa como passa tempo
Programações de TV
Se o que mais tempo lhe traga
É Ana Maria Braga
Com receitas de bifê

3

Nada de bom se espera
De um sistema doentio
Porque tudo que ele gera
Não desenvolve sadio
Qual será nossa saída
Pra reconquistar a vida
Se é o desenvolvimento
Que causa o caos social?
Pela vida natural
Tem que surgir movimento
Num sistema naturista
Cada um é o seu doutor
Seu próprio especialista
É de se conhecedor
Conhecendo anatomia
Buscando sua autonomia
Liberta-se do capital
Pro ares manda o chavão:
Que automedicação
É lhe prejudicial
É necessária uma pausa
No vício do consumismo
Que da doença ele é causa
Assim como o egoísmo
Onde você é seu lema
Em ninguém mais vê problema
Pois todos vocês os tem
Só você que fala e pensa
Só você que tem doença
Melhor nem pior ninguém

2

Tome logo uma atitude
Meu amigo e minha amiga
Por que da sua saúde
Ana Braga é inimiga
Pois o seu sedentarismo
Provoca-lhe um consumismo
Que o faz adoecer
Levante suas defesas
Integre-se a natureza
E busca nela o prazer
Somos vítimas de um processo
Em meio ao fogo cruzado
De bomba é feito o progresso
É guerra pra todo o lado
O lucro tem seu suporte
Na fabricação da morte
Com armas, desde as diretas
De destruição em massa
Ate as que estão nas massas
Que fazem as nossas dietas
Há uma massa que alimenta
E outra que é alimentada
Com relação violenta
Entre ambas camuflada
Uma exposta em mercantis
Outras nos trabalhos vis
Uma está pra ser vendida
E a outra pra se vender
Uma precisa comer
E a outra de ser comida

4

A urinoterapia
É porem um meio a mais
Que o seu próprio corpo cria
Para as curas naturais
Do pâncreas sai a insulina
Dos rins, sua prima a urina
Com uma função parecida
Ambas não podem ser ruins
Tanto o pâncreas como os rins
Produzem o liquido da vida
A urinoterapia
Resolve qualquer problema
Pra AIDS tem serventia
Pra ulcera, câncer e eczema
Pra asma e tuberculose
Pneumonia e micoses
Baço, pâncreas, sinusite
Vesícula, fígado, intestino
Tanto o grosso quanto o fino
Cérebro, ouvido e nefrite
A urina é afrodisiaca
Toda vez que você bebe
Sensação paradisíaca
Logo a pessoa percebe
Desde que naquela ação
Tenha dose de paixão
Mas tomar de má vontade,
Como se toma um remédio
Dominado pelo tédio
É uma infelicidade

15

Hemorragia uterina
Mulher de idade ou garota
Pra arrancar toxina
Estresse, febríte e gota
Intestino intoxicado
Ou gasoduto tampado
Corrimento vaginal
Menstruação empacada
Barro e cebola ralada
Compressa lombo ventral
Difteria e enterite
Barro no lombo ventral
Pra estomatite e bronquite
No mesmo lombo é igual
Também pra diabete
Argila no lombo mete
Juntando cebola a ela
Tomé num copo de vidro
Um barrinho diluído
Com suco de berinjela
Pra abscessos se aconselha
No local malva com argila
Babosa com mel de abelha
Acrescenta camomila
Se tiver conjuntivite
Barro morno pra nefrite
Nos rins com cebola enfim
Barro morno no pulmão
Problemas do coração
Barro morno com alecrim

13

A terra é um alimento
Pra vida que dela vem
É um bom medicamento
E mãe de todos também
Vidas nela não se esgotam
É dela que as plantas brotam
Nela todo ser se cria
Seu uso medicinal
Para curar qualquer mal
Chama-se geoterapia
Para a geoterapia
A terra que se aconselha
É o barro de olaria
Que se faz tijolo ou telha
Ou ponha um pouco de força
Arranque o barro de louça
Pise com pó de carvão
E coloque no local
Ponha no lombo ventral
Pro males que seguirão
Pra afta, amigdalite,
Pra asma e pra alergia
Colite, azia e artrite
Pra broncopneumonia,
Febre e ulcera estomacal,
Pra problema menstrual
Urticária e verminose
Pra fígado e pra coração
Suor no pé e na mão
Pra gengivite e artrose

12

Se sua pressão é baixa
Tome alfafa e tome arnica
Canela também se encaixa
Padre Renato é quem indica
Bolsa-de-pastor, bardana
Figo caseiro é bacana
Salsa, salvia, casca de anta
Tem planta que não se acaba
Com pita e serralha braba
A sua pressão levanta
Pra coração: coloral
Cacto ou mandacaru
Se seu coração vai mal
Chá das folhas de chuchu
Guaçatonga, flor-da-noite
Alecrim é de açoite
Oliveira e girassol
Cidreira chapéu-de-couro
Crista-de-galo é um estouro
E anis pra colesterol
Pra ataques de epilepsia
Botar barro na cabeça
A noite por quinze dias
Da coronha não esqueça
Ou da mucunã o pó
Da semente uma grama só
Num litro de água fervida
Salsa parrilha e limão
Cebola, alface, e agrião,
Alfavaca é garantida!

10

Somos um povo doente
Porem hipnotizado
Compulsivo e dependente
Dos produtos do mercado
E consumidor em dias
De suas mercadorias
E por elas se consome
Desregulando a pressão
E trocando o coração
Pelo produtos que come
Tirar dinheiro do bolso
Pra compra refrigerante
E na hora do almoço
Tomar liquido bastante
Comer produto animal
Quem faz isso se da mal
Embora tenha certeza
Que esta pondo em risco a vida
Fuma e se excede em bebida
Enfraquecendo as defesas
Se voce quer viver bem
Deixe produto animal
É bom se lembra também
De ingerir pouco sal
Menos cozido, não quente
Perceba o meio e o ambiente
Deixe o mau humor e o medo
Quem só preza os próprios vícios
E não gosta de exercícios
Vive mal e morre cedo

5

Nosso intestino é comprido
Não cai bem sermos carnívoros
Ele é bem mais parecido
Com o dos animais frugívoros
Leite na alimentação
Só o da amamentação
Um ano, no maximo dois
Mas levedo de cerveja
Sempre que possível seja
Fibras de trigo e de arroz
É difícil a cura então
Sem que haja uma dieta
É só com alimentação
Que a terapia é completa
Frutas, legumes, verduras
Influem muito nas curas
Mais que qualquer tratamento
Hipocrates porém dizia:
Que alimento é terapia
E terapia é alimento
Diz-nos o padre Renato
Que para curar pessoas
No mundo inteiro de fato
Não nos faltam plantas boas
Ele faz as divisões
E especifica as funções
Na cura bioenergética
Pra um chá :uma antibiótica
(Que ele chama pró-biotica)
Uma digestiva e uma diurética

7

A pessoa enfurecida
Com a menor contrariedade
Vive sempre aborrecida
Fúria é sua qualidade
Só se maldiz de penúrias
Sobre enfezamento e fúrias
Há no naturalismo teses
Que dizem que raiva se herda
Do corpo cheio de merda
Pois se enfezar vem de fezes
No naturismo há uma frase
Que é digna de crença
Que o sangue sujo é a base
De toda e qualquer doença
Pois não terão eficácia
Nem remédio de farmácia
Nem do naturismo a cura
A alimentação errada
Com déficit e demasiada
Leva rápido a sepultura
Para a gente ter saúde
Vai enfrentar desafios
O mercado nos ilude
Vendendo como sadios
Frango, carne e açúcar branco
Precisamos lhe ser franco
Para que não adoça
Enlatados, margarina
Bolo e pão de massa fina
É melhor que agente esqueça

6

Sua cura natural
Não pode deixar de ser
Uma opção pessoal
Por um modo de viver
Mas com a vivencia ativa
De interação coletiva
Na ação de todos os dias
Num pacto com a natureza
Vai curar-se com certeza
Com as mais simples terapias
Antibióticas são as plantas:
O confrei e a bananeira
Goiaba e a espinheira santa
Crista de galo e mangueira
Também folha de babosa
Eucalipto e cancerosa
Sete copas, cipó suma
Avelós, penicilina
Tem também terramicina
E de juá: folha e espuma.
Pro sistema digestivo
Em geral ervas amargas
Contra parasitas vivos
Elas dão fortes descargas
Cordão de frade lhe ajuda
Matruz, Artemisia, arruda
Fedegoso, quina e boldo
Marcela, gervão, guiné
Losna e erva Macaé
É como passar um rodo.

8

Água fresca pra alergia,
Calendula também acaba!
Olhos de Santa Luzia,
Chamada traperoabá!
Faça a cura do limão
Coma melão e mamão
Pra levantar as defesas
O chá de cordão de frade
Catuaba meu cumpade
Cipó milhomem é beleza!
Depurativa tem nome
Pata de vaca e bambu
Algodão caseiro, home!
Cavalinha é bom pra tu
Diuréticas em geral
Cipó de escada não é mal
Pé de galinha e picão
Malva também é beleza
Sete sangrias certeza
Cipó-suma e jalapão
Asma: alfazema, agrião
Alho, guaco e hortelã
A alfavaca e o limão
(Suco e folhas de manhã)
Sabugueiro e capim santo
O gengibre e o cardo santo
Eucalipto se aconselha
E para pneumonia:
Laranja três vezes ao dia
Suco com mel de abelha

11

Para os rins: abacateiro
Desta planta não se afaste
De quebra-pedra rasteiro
E quebra-pedra de haste
Chapéu-de-couro é papoco
Lixeira e fibra de coco
Cana do brejo meu filho
carambola e douradinha
Vargem de Jucá, cavalinha
Salsa e cabelo de milho
Mororó, pata-de-vaca
Também cana de macaco
Se a dor de urinar ataca
Ponha no fogão um caco
Ponha no caco semente
De melancia e es quente
depois de torrã-la, pise
Cem sementes para um litro
D'água estando em grito
Vai resolver sua crise
Pra pressão alta: alfavaca
Cana-de-açúcar (calmantes)
Mulungu também aplaca
Araticum e semelhantes
Sabugueiro, mil-em-rama
O chá de alecrim tem fama
Cavalinha é especial
Guaraná em folha é uma
Como pitanga e guaxuma
Pra pressão arterial

9