



Homo Vegetus

El presente documento ha sido elaborado por el equipo de Homo Vegetus,

<http://www.homovegetus.cl>

Decálogo para la Sintonía con las Leyes Naturales

Manuel Lazaeta Acharán

Artículo por Alejandro Ayala

1. Respirar aire puro.
2. Comer exclusivamente productos naturales.
3. Ser sobrios constantemente.
4. Beber únicamente agua natural.
5. Tener suma limpieza en todo.
6. Dominar las pasiones, procurando la mayor castidad.
7. No estar jamás ociosos.
8. Descansar y dormir sólo lo necesario.
9. Vestir sencillamente y con holgura, y
10. Cultivar todas las virtudes, procurando siempre estar alegres.

Artículo Biográfico

Manuel Lazaeta Acharán, chileno, nacido en Santiago el 17 de Junio de 1881, es considerado el padre del naturismo en América Latina. Su libro "La Medicina Natural al Alcance de Todos" ha sido traducido al inglés, italiano, ruso y portugués, entre otros idiomas, y es considerado en el ambiente naturista como "El Evangelio de la Salud". Su clínica naturista "Hogar de Vida Natural" es la más antigua y modelo en el continente americano.

El principal mensaje de su doctrina fue siempre que el hombre es parte integrante de la naturaleza; gracias a ella nace, vive y se desarrolla; la Naturaleza, como fuerza vital, es la fuente que provee a nuestra existencia desde su principio y de cuantos bienes necesita para desarrollarse y conservar la salud

Gracias a su legado, el naturismo y vegetarianismo ha llegado a gran cantidad de personas en todo el mundo, contribuyendo a mejorar su calidad de vida. En latinoamérica, se considera a Chile como la cuna del naturismo y vegetarianismo, y la influencia de su trabajo es ampliamente reconocida.

En septiembre de 1959, con motivo de su fallecimiento, un periodista uruguayo resumió en pocas palabras la personalidad de don Manuel Lezaeta, refiriéndose a él como: "hombre de ciencia y de conciencia, distinguido y talentoso, cuya obra de bien y de amor a la humanidad no podrá olvidarse jamás".

Fuentes:

Dr. Germán Alberti; www.germanalberti.com

Duchesne, Claudette; "La Medicina Natural".