



**The Fountain of Youth**  
or  
**The biological Bloodwash**

by  
Benedict Lust Dr. med. & nat.

Motto: Wash and be clean.

# Der Jungbrunnen

## Das Bad der Blutwäsche

von

Dr. med. & nat. Benedict Lust, New York  
unter Mitwirkung von  
C. Parasco, Dr. H. Lindlahr, Dr. M. Ferrin,  
Dr. L. Hartmann u. a.

Übersetzt, bearbeitet und herausgegeben von  
Walter Sommer.

Motto: Wasche dich und sei rein.



Verlag Edition Geheimes Wissen

DIESER DRUCK DIENT AUSSCHLIESSLICH DER  
ESOTERISCHEN FORSCHUNG UND  
WISSENSCHAFTLICHEN  
DOKUMENTATION.

Für Schäden, die durch Nachahmung entstehen, können weder Verlag  
noch Autor haftbar gemacht werden.

© Copyright: Irene Huber, Graz 2022  
Verlag: Edition Geheimes Wissen  
Internet: [www.geheimeswissen.com](http://www.geheimeswissen.com)



Alle Rechte vorbehalten.  
Abdruck und jegliche Wiedergabe durch jedes bekannte, aber auch heute noch unbekannte  
Verfahren, sowie jede Vervielfältigung, Verarbeitung und Verbreitung (wie Fotokopie,  
Mikrofilm oder andere Verfahren unter Verwendung elektronischer Systeme) auch  
auszugsweise als auch die Übersetzung nur mit Genehmigung des Verlages.

ISBN 978-3-903555-45-7

## **Inhaltsverzeichnis.**

|                                              | Seite |
|----------------------------------------------|-------|
| <b>Geleitwort</b>                            | 9     |
| <b>Einführung</b> von B. Mac Fadden          | 11    |
| <b>Das Bad als Index der Zivilisation</b>    | 14    |
| Frauen zivilisierter als Männer              | 15    |
| Badegewohnheiten der Völker                  | 17    |
| Großartigkeit der römischen Bäder            | 18    |
| Erbauung von 170 Badeanstalten in einem Jahr | 19    |
| Gemeinsames Baden der Geschlechter in Rom    | 19    |
| in Europa                                    | 20    |
| <b>Die Japaner und ihre Badegewohnheiten</b> | 22    |
| 800 Badeanstalten für 300000 Menschen        | 23    |
| Erhöhung der Körperwärme im heißen Bad       | 24    |
| Heiße Bäder verhindern Erkältungen           | 25    |
| <b>Die gesundheitliche Wirkung des Bades</b> | 27    |
| Anatomie der Haut                            | 27    |
| Völlige Verstopfung der Poren führt zum Tod  | 28    |
| Die Funktionen der Haut                      | 29    |
| 40 Kilometer Kanäle in der Haut              | 31    |
| Das Netzwerk der Nerven in der Haut          | 31    |
| Das Schönheitsbad                            | 32    |
| Seife ist zu verwerfen                       | 33    |

|                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------|----|
| Das kühle Vollbad                                                        | 34 |
| Das kühle Sitzbad                                                        | 34 |
| Das Seebad                                                               | 35 |
| Das Regenwasserbad                                                       | 35 |
| Hartes Badewasser weich zu machen                                        | 35 |
| Seife, Reinlichkeit und Hautpflege                                       | 36 |
| <br><b>Baden, die große Medizin</b>                                      |    |
| Heiße Bäder bei Menstruationsstörungen, Hämorrhoiden, Gicht, Rheuma usw. | 40 |
| Fußbäder zur Einleitung von Schwitzkuren                                 | 41 |
| Die Überwindung von Erkältungen                                          | 42 |
| Heißes Wasser für Hautkrankheiten                                        | 42 |
| <br><b>Die Geschichte der Wasserheilkunde</b>                            | 44 |
| Sigismund Hahn                                                           | 45 |
| Prießnitz, der Vater der Wasserheilkunde                                 | 46 |
| Pfarrer Kneipp                                                           | 46 |
| Winternitz                                                               | 47 |
| Die Beeinflussung des Blutes durch heißes Wasser                         | 48 |
| Austauschwirkung des Wassers                                             | 49 |
| Wasser im Gegensatz zu Arzneien und Drogen                               | 51 |
| Wie gewöhnt sich die Natur an die Gifte                                  | 53 |
| <br><b>Die innerliche Anwendung des Wassers</b>                          | 55 |
| Wirkung des warmen Wassers im Verdauungskanal                            | 55 |
| Wirkung des kalten Wassers im Verdauungskanal                            | 56 |
| Das Darmbad und die Reinigung der inneren Schleimhäute                   | 57 |
| Darmträgheit                                                             | 59 |
| Die Technik des Darmbades                                                | 59 |

|                                                   |     |
|---------------------------------------------------|-----|
| <b>Nervenstärkende Sitzbäder</b>                  | 64  |
| Das natürliche Bad nach A. Just                   | 66  |
| Das Reibesitzbad nach Kuhne                       | 67  |
| <b>Neuartige Heißwasseranwendungen</b>            | 69  |
| Die Wirkung des neutralen Bades nach M. Ferrin    | 69  |
| Die Grundlage des neutralen Bades                 | 70  |
| Woher der Dreck?                                  | 72  |
| Die Gifte sind fort                               | 73  |
| Wasser treibt die Gifte aus                       | 74  |
| Das Dauerbad für Rheumatiker                      | 76  |
| <b>Das neue Bad der Blutwäsche</b>                | 77  |
| Die Entdeckung von C. Parasco                     | 77  |
| Eine Badeart aus Griechenland                     | 79  |
| Die Probe                                         | 80  |
| Die heilkräftige Wirkung des Bades der Blutwäsche | 81  |
| Der bemerkenswerte Erfolg von Dr. Warsaw          | 85  |
| Ein Beitrag zur Theorie der Langlebigkeit         | 86  |
| Die Sehnsucht nach der Quelle der Jugend erfüllt  | 88  |
| <b>Die Technik des Bades der Blutwäsche</b>       | 91  |
| von C. Parasco und Dr. B. Lust                    | 91  |
| Bilder                                            | 96  |
| <b>Behandlungserfolge in Amerika</b>              | 101 |
| Die Versuche und Erfolge von Dr. Lust             | 101 |
| Versuche von Dr. Warsaw                           | 103 |
| Eine kritische Studie von Dr. Lindlahr            | 106 |
| Erfahrungen von Dr. Lindlahr                      | 108 |
| Theoretisches von Dr. L. Hartmann                 | 113 |

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| <b>Die biologische Begründung</b>     |     |
| von Walter Sommer                     | 126 |
| <b>Heilungserfolge in Deutschland</b> | 142 |
| Erfolge durch Selbstbehandlung        | 142 |
| Heilerfolge im Kurhaus Güthenke       | 145 |
| Heilerfolge im Vogelstockerhof        | 148 |
| Heilerfolge im Kurhaus Martens        | 151 |



## **Geleitwort zur ersten Auflage.**

Angespornt von dem durchschlagenden Erfolg seines Ernährungsbuches, widmet der Unterzeichnete dem deutschen Volk ein weiteres Werk. Soll unser Volk genesen und die Kraft aufbringen, dem Ansturm der zersetzenden Elemente standzuhalten, so muss von innen heraus eine Erneuerung der gesamten Lebensgrundlagen sich Bahn brechen. Dies aber kann nur geschehen, wenn die letzten Reste der noch verbliebenen Lebenskräfte im Volk der Gesundung entgegengeführt und gesund erhalten werden. Den Weg dazu weist dies Buch, wenn seine Lehren in logischer Verbindung mit den Gesetzen der natürlichen Ernährung zur zweckmäßigen Anwendung kommen.

Rendsburg, im September 1925.

Walter Sommer.

## **Geleitwort zur zweiten Auflage.**

Nachdem die erste Auflage dieses Buches den Heilung und Hilfe suchenden Kranken in Deutschland mit guten, durchgreifenden Erfolgen die neue Heilweise des Bades der Blutwäsche ermöglichte, sollen in der zweiten Auflage einige Ergänzungen und Erfahrungen hinzugefügt werden, in welchen gezeigt wird, dass auch in Deutschland das Bad der Blutwäsche seine Wirkung nicht verfehlte.

Außer diesen Erweiterungen der deutschen Erfahrungen sind noch einige andere Änderungen und Ergänzungen Vorgenommen worden, die u. a. das Reibesitzbad und das Lendenbad in ihrer Wirkungsweise und ihren Anwendungsformen erläutern.

Möge auch die zweite Auflage dem deutschen Volk zu seiner Gesundung reichen Segen bringen.

Hamburg, im September 1929.

Walter Sommer.



## **Einführung**

*Von Bernarr Mac Fadden.*

(Bernarr Mac Fadden ist der bekannte Herausgeber und Hauptschriftleiter von »Physikal Culture«, der führenden Zeitschrift über alles Sportwesen in den USA.)

Einer jeden aufblühenden und vergehenden Generation des Menschengeschlechtes ist es vorbehalten, einige besonders wichtige Entdeckungen zu machen, welche in ausgesprochener Weise die Gesundheit und Langlebigkeit der Menschen günstig beeinflussen. Sie mögen in einer besseren Erkenntnis der Nahrungsmittelkunde bestehen, oder sie rücken feststehende Tatsachen der Gesundheitspflege in den Vordergrund, durch welche die Funktionen der körperlichen Organe besser entwickelt werden. Sie können aber auch die Form einer wirklich hervorragenden, biologisch-medizinischen Entdeckung haben, durch welche das ganze Gesundheitswesen auf eine neue Grundlage gestellt wird.

Es scheint, als ob kürzlich ein solcher Beitrag zum wissenschaftlichen Fortschritt der Heilkunde gemacht worden ist, der zu einer Änderung der gesamten Wasserkur führen wird und verspricht, die Behandlungsweise fast aller Krankheiten, besonders aber der chronischen, auf ganz neue Grundlagen zu bringen.

Diese neuartige Behandlungsweise hat man ganz richtig als »*Das Bad der Blutwäsche*« bezeichnet. Es ist sofort von allen führenden Heilanstalten des Landes und einer großen Anzahl von Privatleuten erprobt, und es sind mit ihm überraschende und durchschlagende Erfolge erzielt worden.

Dieses später beschriebene langandauernde, heiße Brause-Bad, durchgeführt mit einer Heißwasserbrause, wäscht tatsäch-

lich die Gifte und festsitzenden Stoffwechsel-Rückstände aus dem Körper. Es erleichtert akute und sehr schmerzhaft Zustände in einer fast ans wunderbare grenzenden Weise. Es ruft eine wohltätige Entspannung der Nerven hervor, wodurch sich gesunder, erfrischender Schlaf und schnelle Erholung von Müdigkeit und Überarbeitung einstellt. Es werden so die Zustände überwunden, die den Lebensvorgängen im Körper hinderlich sind und zur Bildung gefährlicher Stoffwechselrückstände führen.

Diese neue Form der Heißwasseranwendung bewirkt einen Ausgleich in der Blutbahn und verhindert übergroßen Blutdruck. Sie hilft dem Körper, die richtigen Mengen reichen, nährkräftigen Blutes zu bilden und führt dadurch eine normale Tätigkeit des Herzens und aller anderen inneren Organe herbei. Sie regt in ganz ungewöhnlicher Weise eine kräftige Hauttätigkeit an und hilft dadurch diesem wichtigen Organ, die Stoffwechselrückstände und Selbstgifte auszuschcheiden, welche andernfalls sich im Körper ansammeln und die normale Lebenstätigkeit behindern. Sie sorgt auch für Reinigung des Menschen von allen Hauterkrankungen, die durch die Zurückhaltung giftiger Stoffwechselrückstände hervorgerufen waren.

Dr. Benedict Lust, durch dessen Unternehmungsgeist diese ganze Entdeckung erst der Öffentlichkeit zugänglich gemacht wurde, hat in kurzer Zeit schon große, umfassende Erfahrungen in der Anwendung dieser neuen Heiß-Wassermethode gesammelt.

Die Einzelheiten der Erfahrungen des Herrn Dr. Lust und seiner Schüler sind in dem folgenden Bändchen verzeichnet. Ich habe die ganzen Entwicklungen mit großem Interesse verfolgt und glaube bestimmt, dass es die bedeutendste Erweiterung der natürlichen Heilmethoden ist seit der Zeit, da V. Prießnitz, der heilungssuchende Bauer in Gräfenberg, zum ersten Mal den Gedanken der Krankenheilung durch Wasserkuren erprobte. Hieraus entwickelte dann Pfarrer Kneipp zum Heil der Menschheit sein wunderbares Heilsystem, das unzählige Menschenleben vor einem frühzeitigen Tode bewahrt hat.