BAGNO GENITALE UOMO

Il bagno genitale per l'uomo consiste nell'applicazione ritmica di una pezzuola bagnata di acqua fredda sull'estremità del membro in modo che il prepuzio sia stirato e copra completamente il glande.

Questa operazione deve essere fatta stando seduti sul bidet oppure in piedi davanti al lavandino, lasciando scorrere l'acqua fredda e tamponando a intervalli di 2-8 secondi l'estremità del pene.

Si immerge una pezzuola nell'acqua fredda per 2-8 secondi espirando, e poi si tampona per 2-8 secondi la punta del pene inspirando. Entrambe le fasi della respirazione devono essere lente e profonde.

Non è necessario spogliarsi completamente perché non bisogna avere freddo durante l'esecuzione di questa terapia.

La durata va da un minimo di 2 minuti a un massimo di 20.

Questo bagno va fatto lontano dai pasti, quindi o prima, o due, tre ore dopo, in ogni caso non quando lo stomaco sia impegnato nella digestione.

Se si presentano delle reazioni anomale quali emissioni di catarri, sangue o pus, non bisogna allarmarsi ma consultare il medico naturalista che le ha prescritte.