

# PULIZIA del FEGATO

## PROGRAMMA DI DEPURAZIONE DELLA DURATA DI 2 GIORNI dopo una preparazione da 7 a 15 giorni

E' meglio eseguire la depurazione del fegato al fine settimana o nei giorni di relax. Se non si ha la possibilità, è opportuno rimandare per qualche giorno. Accertarsi che si utilizzi lo Zapper in concomitanza alla depurazione (2 volte al giorno, mattino e sera)

### Propedeutico – Preliminare: da 7 a 15 giorni di preparazione

Utilizzare lo Zapper giornalmente

Terminare il programma antiparassitario e la depurazione dei reni.

Diminuire o cessare l'assunzione di vitamine non indispensabili.

No ai latticini

No ai cibi fritti

### 1° Giorno: Depurazione fegato

#### PRODOTTI RICHIESTI

- **Sali di Epsom** (4 cucchiaini da sciogliere in ¾ litri di acqua)
- **Olio d'oliva** (125 ml.): mezza tazza (meglio olio d'oliva leggero per una facile assunzione)
- **Succo di pompelmo rosa fresco** (2/3 – 3/4 di tazza) **oppure succo di limone** (1/4 – 1/3 di tazza)

**Cessare:** vitamine, depurazione rene, programma antiparassitario, latticini, cibi fritti.

**Continuare** con lo Zapper.

**Consumare** una colazione e pranzo senza grassi.

Esempio: cereali cotti con frutta, succo di frutta, pane e miele (no a burro o latte), riso, patate cotte al forno o bollite nell'acqua, od altre verdure condite con solo sale.

E' importante pranzare. Questo permette alla bile di costruire e sviluppare la pressione nel fegato. Una pressione più elevata comporta l'eliminazione di più calcoli.

#### **Ore 14.00. Inizio digiuno**

Non si deve mangiare o bere dopo le ore 14.00.

Mescolare i Sali di Epsom con 4 tazze d'acqua. Questo produce 4 dosi. Ogni dose equivale ad una tazza.

#### **Ore 18.00. Prima dose**

Bere la prima dose di Sali di Epsom (1 tazza). Si può anche aggiungere 1/8 cucchiaino di Vitamina C in polvere per migliorare il sapore. Inoltre, per risciacquare la propria bocca, è possibile bere dell'acqua successivamente.

Nota: Da questo momento in poi si consiglia di rimanere in casa fino alla fine del programma

### **Ore 20.00. Seconda dose**

Bere la seconda dose di Sali di Epsom (1 tazza).

L'uso della bottiglia dell'acqua calda sul ventre è molto confortevole durante la notte: aiuta a dare sollievo anche ad eventuali piccoli crampi della pancia.

### **Ore 21.30. Preparazione**

Mescolare mezza tazza di Olio d'oliva e succo di pompelmo (o succo di limone) e agitare fortemente fino a quando la soluzione non diventa acquosa.

Lavarsi i denti prima del passo successivo. Preparatevi in anticipo per andare a letto.

### **Ore 22.00. Spremuta ed olio**

Bere l'olio d'oliva e la spremuta di pompelmo o limone.

Assumere eventualmente 4 capsule di L-ORINITHINE con i primi sorsi.

Bere stando in piedi entro 5 minuti. Sdraiarsi immediatamente a pancia in su e con la testa appoggiata su un cuscino alto. Provate a rimanere immobili per almeno 20 minuti. Potreste tenere la borsa dell'acqua calda appoggiata sulla zona del fegato

Aspettatevi un eventuale attacco di diarrea (dopo l'assunzione dell'olio d'oliva e la spremuta) nelle ore notturne e il mattino seguente. Potreste usare un secchiello riempito per metà di acqua per dare sollievo al movimento intestinale.

Avrete modo di osservare ciò che esce: i **calcoli** sono di colore verde. (solamente la bile del fegato è color verde pisello). Il materiale fecale precipita sul fondo, ma i calcoli galleggiano a causa del loro contenuto di colesterolo. Sarete enormemente sorpresi dalla quantità di calcoli: anche 1-2.000 pezzi, se vorrete contarli !

## **2° Giorno: Mattino seguente**

### **Terza dose**

Al risveglio prendere la terza dose di Sali di Epsom.

Se si riscontra indigestione o nausea, aspettare la sua scomparsa prima di bere i Sali di Epsom. Potreste tornare a letto. Non si deve prendere questa dose prima delle ore 6.00. Potreste aggiungere 1-3 cucchiaino da tè di Argento Colloidale ai Sali di Epsom.

### **2 ore dopo. Quarta dose**

Assumere la quarta (ed ultima) dose di soluzione di Sali.

Potreste tornare a letto.

### **Dopo altre 2 ore**

Iniziare ad alimentarsi con succo di frutta.

### **Mezz'ora dopo**

Mangiare frutta.

### **1 ora dopo**

Potreste mangiare il Vostro cibo abituale, ma stando leggeri.

**Per l'ora di cena vi sentirete normali e meravigliosamente bene.**