

LA PULIZIA DEL FEGATO - INTRODUZIONE

L'uomo ha sette chakra principali. I tre inferiori sono associati alla materialità, i tre superiori sono associati alla spiritualità mentre il quarto (il cuore) costituisce il ponte fra materialità e spiritualità. Il fegato è associato al terzo chakra, esso rappresenta numerosi aspetti della nostra quotidianità, quello più importante è la mente. In effetti dovremmo considerare il fegato come il nostro organo del pensiero. Non è corretto considerare il cervello come la sede dei nostri pensieri quotidiani, è più appropriato attribuire al fegato questa funzione. Il cervello, in realtà, è un organo che usiamo veramente poco, la scienza ufficiale ha calcolato che ne usiamo il 4% - 6% circa. Il rimanente 95% circa resta inutilizzato.

L'uomo è, dunque, dotato di due menti:

- una inferiore che risiede nel fegato
- una superiore che risiede all'interno del cervello

Nella mente inferiore (o mente umana) risiedono i pensieri della nostra quotidianità, la razionalità; un suo cattivo funzionamento si manifesta per esempio con sovraffollamento di pensieri, difficoltà di concentrazione, appesantimento del pensiero dopo mangiato, ecc.

Nella mente superiore (o mente cosmica) risiede la nostra conoscenza superiore comprendendo in essa le facoltà paranormali, la capacità di comunicare con entità che non hanno un corpo fisico, di conoscere le leggi che regolano l'universo, di comunicare con Dio, di compiere "miracoli", ecc.

Nella maggior parte delle persone la mente cosmica è dormiente per cui lasciamola dormire ed occupiamoci della mente umana e della sua casa, cioè il fegato.

Il fegato è un organo importantissimo per la nostra salute fisica e mentale, è responsabile di oltre 500 funzioni, molte delle quali non sono ancora conosciute dalla medicina ufficiale e non potranno essere conosciute fino a quando la medicina non ammetterà l'esistenza dell'anima e non comincerà a ragionare in termini di regole dell'anima per guarire le malattie.



Ecco cosa dice Claudia Rainville a proposito del fegato nel suo libro "Metamedicina – Ogni sintomo un messaggio":

Il fegato è una ghiandola annessa al tubo digerente, preposta a diverse funzioni metaboliche fra cui l'assorbimento dell'ossigeno e degli elementi nutritivi provenienti dal sangue. Regola il livello dello zucchero e degli aminoacidi e collabora alla decomposizione di diverse sostanze e varie tossine. Facilita la produzione di importanti proteine, come l'albumina e i fattori coagulanti, e produce la bile che consente l'eliminazione delle scorie e favorisce la digestione dei grassi. Il fegato rappresenta l'adattamento. I problemi di fegato sono causati da inquietudini, da preoccupazioni (tra l'altro di ordine finanziario) dalla paura di mancare dell'essenziale (lavoro, cibo, un riparo), oppure da un rabbioso rifiuto di adattarsi, accompagnato da un senso di ribellione. Che cosa mi preoccupa? A quale situazione non riesco a sottrarmi?



Rossella Panigatti nel suo libro "I sintomi parlano" (www.isintomiparlano.it) dice:

I disturbi che toccano il fegato e la colecisti, vista la loro collocazione indicano una tensione del Terzo Chakra, negli aspetti della libertà e nel potere di essere se stessi e di esercitare il controllo. Ricordiamo che questo centro energetico è collegato alla personalità e all'attività mentale e quindi anche all'idea che la persona ha di sé.

Ancora la Panigatti in merito al terzo chakra:

Le parti relative a questo chakra sono quelle concernenti la libertà di essere noi stessi, il sentirsi bene con noi stessi e anche la capacità che abbiamo di esercitare sia il nostro potere personale sia il controllo che, ovviamente, non significa cercare di dominare o controllare gli altri, ma soltanto essere pienamente noi stessi. Il concetto di potere qui assume un aspetto diverso da quello normalmente inteso: significa quindi "potere di" e non "potere su".

Questo centro energetico è definito anche Chakra del Plesso Solare: dobbiamo quindi permetterci di essere il sole, senza nasconderci dietro le nuvole. E' chiaro che questo non significa prevaricare gli altri, bensì soltanto essere ciò che realmente siamo. Quando questo chakra è equilibrato ci sentiamo liberi di essere noi stessi, in modo spontaneo e facile, e accettiamo senza sforzo che gli altri facciano altrettanto. Non abbiamo bisogno di controllare tutto né di criticare tutto. Non ci sentiamo invasi o attaccati dagli altri, semplicemente "siamo". Il terzo chakra è anche connesso al livello che chiamiamo personalità ed al corpo mentale, quindi riguarda l'attività mentale, gli aspetti razionali, logici del pensiero. La personalità rappresenta la parte di noi che ha imparato. Veniamo al mondo come puro spirito in un corpo e, man mano che cresciamo, impariamo le regole sociali, facciamo esperienza ed esercitiamo la nostra mente. E' per questo che, a volte, confondiamo ciò che siamo con ciò che sappiamo. La personalità, la mente, crede di essere la sola cosa che esiste ma noi sappiamo che ne è soltanto una parte. Quando la mente non è in armonia, ci porta ad esercitare un controllo eccessivo su tutto: vorremmo avere potere sugli altri, cerchiamo di imporci, siamo inclini a non ascoltare le nostre emozioni ed i nostri sentimenti. Infine, fa in modo che non ascoltiamo quello che siamo profondamente, cioè lo spirito. E' bene allora che la personalità si riallinei con lo Spirito, permettendoci di essere di nuovo interi. Questo chakra rappresenta anche l'idea che abbiamo di noi stessi, come ci "consideriamo" ed il modo in cui vediamo il mondo sia in senso fisico sia in senso metaforico.



Questo è il punto di vista di Michael Odoul nel suo libro "Dimmi dove ti fa male e ti dirò perché":

Anche il fegato [così come la cistifellea] corrisponde alla Primavera e favorisce lo stoccaggio degli elementi nutritivi e regola così l'energia necessaria all'attività generale. Determina anche la capacità di resistenza alla malattia sbloccando l'energia necessaria ai meccanismi di difesa in caso di aggressione della malattia. Infine, svolge un ruolo importante nell'alimentazione, nella decomposizione e nella disintossicazione del sangue. E' qui che si inserisce il suo ruolo in rapporto ai sentimenti, agli affetti. Infatti il sangue che dipende dal cuore trasporta le emozioni. Se questo sangue è "viziato", la qualità delle emozioni è cattiva ed i sentimenti che esse nutrono saranno a loro volta di cattiva qualità. Per la relazione stessa che intrattiene con il sangue (produzione e composizione), gioca inoltre un ruolo importante nel processo immunitario. Drena le tossine, regola la coagulazione del sangue e regolarizza il

metabolismo. Infine, determina la qualità generale dell'energia. Come la cistifellea, presiede al nostro rapporto con il sentimento e con l'affetto, ma questa volta a livello Yin, ossia all'"interno", trasformando le emozioni in sentimenti ed affetti mediante epurazione, filtraggio. Sul piano fisiologico, il Fegato è associato agli stessi elementi della cistifellea. La sua ora solare di massima forza è colloca tra l'1 e le 3 del mattino ed il suo tragitto [quello del meridiano del fegato] prende avvio dalla punta dell'alluce di entrambi i piedi, sul lato esterno, dalla parte opposta a quella del meridiano della Milza-Pancreas.

La pulizia del fegato rientra in una serie di trattamenti per la pulizia degli organi interni che dovrebbero fare tutti e che si stanno diffondendo molto in questi ultimi periodi per una serie di vantaggi ad essi associati come ad esempio

- l'efficacia immediata
- la possibilità di essere praticati facilmente e da soli

La pulizia degli organi interni, in una società come la nostra, diviene un passaggio obbligato lungo il percorso del benessere psico-fisico per diversi motivi.

- Il primo (e senz'altro quello più importante) è che ci nutriamo di cibi di pessima qualità perché di origine industriale e, come ben sappiamo, l'industria non ha come obiettivo il benessere dell'utente ma quello di guadagnare il più possibile (anche a discapito della salute del consumatore). I cibi di produzione industriale (e cioè quelli che compriamo ogni giorno al supermercato) sono zeppi di parassiti ed antiparassitari, detergenti, metalli pensanti, ormoni, antibiotici, coloranti, conservanti, sostanze chimiche di ogni tipo e qualità. Nutrendoci di questi cibi andiamo ad immettere nel nostro corpo tutte queste sostanze che, nel corso degli anni, si accumulano dando luogo a piccole e grandi patologie croniche e non croniche. Uno degli organi in cui maggiormente si accumulano queste sostanze è proprio il fegato. A proposito dell'alimentazione industriale ti invito a leggere l'articolo che di David Bodanis che trovi nella biblioteca di questo sito intitolato "Una fetta di torta".
- In particolare gli antiparassitari ed antibiotici vanno a sostituirsi alle difese immunitarie dell'organismo che lo rendono permeabile a parassiti di tutti i tipi. La dottoressa Hulda Regehr Clark ha trattato in modo esaustivo le patologia provenienti dalle aggressioni che questi parassiti hanno sul corpo umano arrivando alla conclusione che oggi quasi tutti siamo abitati da parassiti di tutti i tipi.

- Gli attacchi che il nostro corpo subisce nella quotidianità (inquinamento acustico, elettromagnetico, dell'aria, dell'acqua, ecc.) indeboliscono il nostro fisico che diventa maggiormente permeabile alle infezioni degli organi interni.
- L'uso smodato di antibiotici (e di medicinali in generale) per contrastare le malattie è un'altra causa della vulnerabilità del corpo in quanto questi composti chimici adempiono ad una funzione che il corpo dovrebbe svolgere in modo automatico e naturale. In questo modo le difese immunitarie vanno in letargo e nel momento in cui non si assumono medicinali il corpo diventa esposto e vulnerabile.
- I parassiti che si installano nel corpo non ci uccidono (perché morirebbero anche loro) ma si nutrono di una nostra energia liberando prodotti di scarto che diventano tossine per l'organismo. Essi sono responsabili di una serie di "dipendenze" alimentari cosicché se all'interno del nostro corpo vive un parassita che ha una predilezione per un certo tipo di farina allora saremo magneticamente attratti da alimenti che contengono quella farina.
- Il fegato è la sede del "senso empatico" (che qualcuno definisce scherzosamente il "senso epatico"). Il senso empatico è la capacità di "sentire" l'energia di un posto, di una persona, di una situazione. Un fegato forte ci rende capaci di sentire le energie rimanendone spettatori, un fegato debole ci rende permeabili a tutti i tipi di energie comprese quelle pesanti e negative.

Per questo motivo e per tanti altri ancora è consigliato fare la pulizia del fegato. Di Seguito elencherò due metodologie simili fra di loro ma differenti in alcuni punti importanti, il metodo di Vianna Stibal e quello della Dottoressa Clark. Ognuna delle metodologie richiede un certo numero di ingredienti che possono essere reperiti in erboristeria. Richiede inoltre un certo numero di giorni di preparazione (da uno a tre), un giorno per espellere dal fegato le tossine, i calcoli e gli eventuali parassiti (o pezzi di parassiti). Durante i giorni di preparazione si possono svolgere le normali attività lavorative, mentre il giorno in cui avviene l'espulsione è necessario rimanere a casa. Ho personalmente provato entrambe le tecniche e sono entrambe efficaci.

.....

LA PULIZIA DEL FEGATO/CISTIFELLEA – METODO VIANNA STIBAL (www.thetahealing.com)



Ingredienti

- Acido orto fosforico (Ortho-Phos) – 300/400 gocce
- Lassativo vegetale
- Succo di mela di alta qualità
- Olio di oliva extra-vergine spremuto a freddo – una tazza
- Una coca cola – una tazza
- Un limone

1. Il primo giorno di pulizia. Alla sera prendi un lassativo a base di erbe.
2. Ogni mattina per i prossimi tre giorni. Metti cento gocce di Ortho-Phos in un litro di succo di mela di alta qualità e bevilo durante la mattinata. Durante questi tre giorni non c'è bisogno di alterare la tua dieta. Se per qualche ragione non puoi bere il succo di mela, metti 135 gocce di Ortho-Phos in un litro di acqua e bevino sempre entro la mattinata. Queste gocce sono la base della pulizia, se non vuoi prenderle, non partecipare a questo programma. Quindi in tutto prenderai per tre volte un litro di succo di mela e 300 gocce durante questi 3 giorni.
3. La sera del quarto giorno. Mangia la cena abbastanza presto. Poi circa un'ora prima di andare a dormire, bevi una tazza di olio di oliva, una di coca cola ed un limone intero spremuto. Usa olio di alta qualità, spremuto a freddo. Mischia questi tre ingredienti insieme e poi manda giù. La coca cola serve ad aiutare a far scendere l'olio. Senza, l'olio è molto difficile da ingoiare. Troverai che la coca cola ed il limone annulleranno quasi del tutto il sapore dell'olio.
4. Immediatamente dopo aver bevuto il miscuglio di olio. Vai a letto, tira in su le ginocchia verso il petto. Sdraiati sul lato destro per mezz'ora. Questo farà in modo che l'olio vada direttamente alla cistifellea ed al fegato. Questi organi non sapranno cosa farsene di tutto quell'olio, così andranno in spasmo e getteranno via i calcoli. Passata la mezz'ora sarai libero di alzarti e fare ciò che vuoi. Prendendo questa miscela d'olio, svuoti il sistema dalla sua vecchia bile. Il sistema che di solito la ricicla, è forzato a farne della nuova, senza le vecchie tossine.
5. La mattina seguente. Prendi un lassativo a base di erbe. Questo aiuterà a scaricare i calcoli dal colon. Anzi, dovresti fare questo passo prima di iniziare il programma. Più pulito è il colon più facilmente passeranno i calcoli.

6. Due giorni dopo lo scarico. Dovresti considerare la possibilità di fare un lavaggio intestinale.
7. La frequenza. Se sei molto malato/a (cancro), considera di fare questa pulizia una volta al mese per due mesi. Tutti i sistemi sono diversi; quindi non ci sono regole assolute. Per prevenzione, ripeti questa pulizia almeno una volta l'anno.
-

PULIZIA FEGATO – METODO CLARK

(www.drclarkinfocenter.com/ita/)



Occorrono due giorni, un giorno per la preparazione (per esempio un sabato) ed un giorno per l'espulsione (la domenica). Durante questi due giorni devi interrompere l'assunzione di tutte le medicine, vitamine, ecc. Segui gli orari indicati di seguito con assoluta precisione, questo è molto importante per garantire la buona riuscita della pulizia. Gli ingredienti sono...

- Sali Epsom - 4 cucchiaini
- Ornitina – 4/8 compresse
- Tintura di mallo di noce nera – 10/20 gocce
- HCL – 2 gocce
- Olio d'oliva di buona qualità - 1/2 tazza
- Pompelmo rosa - 1 grande o 2 piccoli
- Contenitore da 1/2 litro con coperchio

Puoi comprare i Sali Epsom, l'ornitina e la tintura di mallo di noce nera in erboristeria. Se non ne dispongono puoi chiedere all'erborista che te li ordini. (Ti do un consiglio: al momento dell'ordine chiedi il preventivo di spesa perché se non lo fai è possibile che ti ritrovi a dover pagare 40 euro per un barattolone enorme di ornitina così come è successo al sottoscritto). Il pompelmo rosa deve essere lavato due volte con acqua calda prima di essere spremuto.

Il giorno della preparazione

Colazione Non mangiare grassi. Mangia cereali cotti con frutta, succo di frutta, pane e conserve fatte in casa, miele. In questo modo la bile si conserva e preme sul fegato. Questa alta pressione riesce ad eliminare un maggior numero di calcoli.

Pranzo Anche a pranzo non mangiare grassi. Puoi mangiare patate a forno, verdure al vapore condite solo con sale (niente burro e niente latte), ecc.

Ore 14:00 Da questo momento non mangiare più. Se trasgredisci questa regola potresti stare male dopo. Mescola i 4 cucchiaini di sali Epsom in 3 bicchieri d'acqua. In questo modo ottiene 4 porzioni di $\frac{3}{4}$ di tazza ciascuna di Sali sciolti in acqua. Il sapore non è affatto gradevole per cui puoi mettere questa soluzione in frigo perché se è fredda diventa più facile da assumere ma se la preferisci a temperatura ambiente va bene lo stesso.

Ore 18:00 Bevi la prima porzione di $\frac{3}{4}$ tazza di sali Epsom sciolti in acqua. Se vuoi puoi bere qualche bicchiere di acqua dopo per sciacquarti la bocca

Ore 20:00 Bevi la seconda porzione di Sali Epsom ($\frac{3}{4}$ di tazza).

Ore 21:45 Miscela $\frac{1}{2}$ tazza olio d'oliva con $\frac{1}{2}$ tazza o più di succo pompelmo. Aggiungi 10/20 gocce di tintura di noce nera e metti 2 gocce di HCL. Scuoti fortemente finché il composto non diventi acquoso. Ora vai in bagno una o due volte, anche se questo potrà ritardare la bevuta delle dieci; però non ritardare più di 15 minuti, altrimenti verranno espulsi pochi calcoli. Vai in bagno anche se non senti un forte stimolo, sforzati un pò.

Ore 22:00 Bevi la miscela di olio, succo di pompelmo, tinture di noce nera e HCL. Prendi 4 capsule di ornitina con i primi sorsi perché questo ti aiuterà a dormire, se soffri di insonnia prendine 8. Bevi il tutto nell'arco di 5 minuti stando in piedi. Poi sdraiati immediatamente in modo da far uscire i calcoli. Sdraiati sulla schiena con la testa su un cuscino alto. Prima ti sdrai e più calcoli usciranno. Porta l'attenzione a quello che sta succedendo nel tuo fegato. Non muoverti per almeno 20 minuti. Potresti sentire i calcoli che scendono come biglie attraverso i dotti biliari. Non c'è nessun dolore perché le valvole dei dotti biliari sono aperte grazie ai sali Epsom. Addormentati o potresti impedire i calcoli ad uscire.

La mattina dopo Prendi la terza dose di sali Epsom non prima delle ore 06:00. Se hai nausea o indigestione aspetta di sentirti un pò meglio prima di assumere la terza dose di sali. Poi ritorna a letto se ne hai voglia.

Dopo due ore Prendi la quarta ed ultima dose di sali Epsom e, se vuoi, puoi ritornare a letto.

Due ore dopo puoi ricominciare a mangiare iniziando con succo di frutta. Dopo 1/2 ora puoi mangiare un frutto. Dopo un'ora un pasto leggero. Per cena dovresti sentirti completamente bene.



Dal sito della dottoressa Clark:

Non siate delusi se i calcoli che passate non siano grandi come quelli illustrati e se non riuscite a deparassitarvi. Se riuscite ad eliminare solo un paio di dozzine di calcoli piccoli dal vostro fegato, avete compiuto tanto per il vostro fegato e la vostra salute in generale.

Ripulire il fegato dai calcoli biliari migliora enormemente la digestione che è alla base dell'intera salute. Potete aspettarvi di veder sparire le vostre allergie, e la situazione migliorerà sempre di più ad ogni pulizia del fegato che effettuerete. Incredibilmente elimina anche il dolore alle spalle, alla parte superiore del braccio e alla parte alta della schiena. Avrete più energia e un senso di benessere generale. La depurazione dei dotti biliari è il procedimento più potente cui possiate sottoporvi per migliorare la salute del vostro corpo. Ma non lo dovete fare prima del programma antiparassitario e per ottenere risultati migliori dovrebbe seguire la pulizia dei reni. Il lavoro del fegato è di produrre bile, 1 litro al giorno. Il fegato è pieno di canali (tubi biliari) che fanno confluire la bile in un condotto più largo (il dotto biliare comune). La cistifellea è collegata al dotto biliare comune e funge da serbatoio di deposito. Quando si mangiano dei grassi o delle proteine, la cistifellea si svuota dopo circa venti minuti e la bile immagazzinata attraversa il dotto biliare comune e finisce nell'intestino.

Per molte persone, tra cui i bambini, il dotto biliare è ostruito dai calcoli biliari. Alcuni sviluppano allergie oppure l'orticaria, ma in altri non si manifesta alcun sintomo. Quando la cistifellea viene esaminata tramite un esame oppure con i raggi X non appare nulla, perché non sono nella cistifellea. Inoltre, la maggior parte sono troppo piccoli e non calcificati, un requisito per la visibilità con i raggi X. Ci sono circa una decina di tipi di calcoli biliari, molti contengono cristalli di colesterolo. Possono essere neri, rossi, bianchi, verdi o di colore marrone-rossiccio. Quelli verdi hanno questo colore poiché sono ricoperti di bile. Notate nelle foto quanti contengono delle sostanze non identificabili. Sono forse delle rimanenze di parassiti? Notate quanti hanno la forma di un turacciolo con degli incavi longitudinali al di sotto dell'estremità superiore. Possiamo visualizzare i dotti biliari bloccati da queste forme. Altri calcoli sono composti – fatti da calcoli più piccoli - dimostrando che si sono raggruppati

nei dotti biliari dopo l'ultima pulizia del fegato.. Al centro di ogni calcolo si trova un ammasso di batteri, secondo gli scienziati, suggerendo che un pezzo morto di parassita sia il responsabile della formazione iniziale del calcolo. Man mano che i calcoli crescono e divengono più numerosi la pressione posteriore sul fegato fa sì che questo produca meno bile. Si suppone anche che rallenti il flusso del fluido linfatico. Immaginate la situazione se la vostra canna da giardino contenesse delle biglie. Sicuramente fluirà una quantità minor d'acqua che a sua volta diminuirà la capacità della canna di gettare fuori le biglie. Nel caso dei calcoli, molto meno colesterolo lascia il corpo e a quel punto sale il suo livello. I calcoli biliari, essendo porosi possono incamerare tutti i batteri, le cisti, i virus, i parassiti che passano attraverso il fegato. In questo modo si formano dei covi di infezioni che forniscono continuamente al corpo dei nuovi batteri. Nessuna infezione allo stomaco come l'ulcera o il gonfiore intestinale può essere curata definitivamente senza rimuovere questi calcoli biliari dal fegato. Per risultati ottimali, ozonizzate l'olio d'oliva, che ucciderà gli stadi di parassita e virus che vengono rilasciati durante la stessa pulizia.

Mi piace prendere il merito di aver perfezionato questa ricetta, ma sicuramente non posso prendermi il merito di averla inventata. E' stata inventata centinaia, se non migliaia d'anni fa; grazie agli erboristi!

Questa procedura è in contrasto con molte vedute mediche. Si pensa che i calcoli biliari vengono formati nella cistifellea e non nel fegato. Pensano che siano solo poche e non migliaia e che causano dolori solo nella cistifellea. E' facile capire questa veduta: quando si hanno attacchi acuti, certi calcoli sono finiti nella cistifellea, causando una infiammazione. Sono di grandezza e calcificati a sufficienza in modo che possono essere visti dai raggi X. Una volta rimossa la cistifellea, gli attacchi acuti spariscono ma i borsiti e altri dolori e problemi digestivi rimangono.

La verità è evidente. Le persone che hanno rimosso la cistifellea hanno ancora tanti calcoli coperti di bile di color verde e chiunque può sezionare i propri calcoli e confrontare l'interno di cristalli e cerchi di colesterolo con i libri di testo.

Tratto dal libro di Hulda Regehr Clark - " La Cura del Cancro Avanzato" (Macro Edizioni)

.....

OSSERVAZIONI, ACCORGIMENTI E TRUCCHI

Di seguito sono riportati alcuni accorgimenti che sono il frutto delle mie esperienze personale col processo di pulizia del fegato.

L'acido orto fosforico è difficile da reperire in Italia. Non vi è un commercio sufficientemente importante di questo integratore e per questo motivo non sono mai state richieste le necessarie autorizzazioni per commercializzarlo in Italia. Occorre dunque acquistarlo all'estero oppure su internet. Ecco alcuni siti dove puoi acquistarlo

www.theherbfinder.com (Nome del prodotto: Ortho-Phos)

www.oasisadvancedwellness.com/ (Nome del prodotto: Super Phos 30)

www.simplydivinebotanicals.com/ (nome del prodotto: Atri Ortho-Phos)

www.harvesthealth.com/ (nome del prodotto: Atri Ortho-Phos)

www.dreddyclinic.com/ (Nome del prodotto: Super Phos 30)

Quando assumi l'acido orto fosforico mangia meno grassi possibili in modo che sia maggiormente attivo con i grassi che intasano il tuo fegato. Lavati i denti dopo aver assunto il succo di mela contenente l'acido orto-fosforico perché può intaccarli. Fai in modo che durante l'assunzione il succo di mela non tocchi i tuoi denti (usa una cannuccia).

Nel caso in cui tu possa disporre di una centrifuga (che puoi acquistare in qualsiasi negozio di elettrodomestici con una spesa media compresa fra 30 e 60 euro) puoi fare il succo di mela in casa, in questo caso non dovrai ricorrere a succhi confezionati e preparati industrialmente. Tieni conto che per preparare ogni litro di succo di mela occorrono mediamente 8 mele grandi.

Nel programma della Stibal devi assumere i lassativi di origine vegetale per due volte e cioè all'inizio ed alla fine del programma. Personalmente ho trovato più funzionale sostituire la prima assunzione di lassativi con la moderata assunzione di cibi con proprietà lassative durante tutto il corso dei tre giorni di preparazione (prugne secche, loti, fichi freschi, fichi secchi, pane di segale, cibi ricchi di fibre e tanta tanta acqua)

Vianna prescrive di assumere lassativi anche il giorno dell'espulsione dei calcoli proprio per favorire questa espulsione e consiglia di fare un lavaggio intestinale due giorni dopo la pulizia del fegato. Personalmente ho sostituito queste due fasi (assunzione di lassativi e lavaggio intestinale) con una pratica di yoga chiamata shankhaprakshalana. Troverai tutte le informazioni su questa tecnica nell'articolo ad essa dedicato.

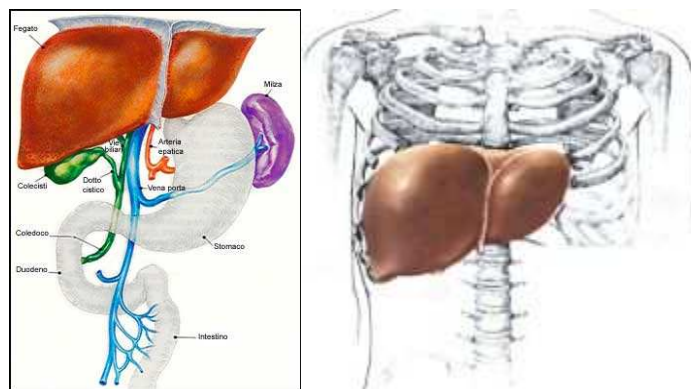
L'evacuazione delle feci contenenti i calcoli sarebbe bene non farla all'interno del WC ma in un contenitore (o anche nel bidet). Questo per vedere bene ciò che le feci contengono, siano essi calcoli o parassiti o pezzi di parassiti. La prima volta che ho fatto questa pulizia non potevo credere ai miei occhi!

Il giorno successivo all'espulsione dei calcoli sarebbe bene rimanere tranquilli a riposare perché sopraggiunge un senso di debolezza e sembra che le difese immunitarie siano abbassate. E' possibile una piccola febbre. Ma è possibile anche una grande febbre. E' il frutto del processo di disintossicazione. Dopo un paio di giorni dalla purificazione si riparte alla grande, la mente è lucida e pulita e la forza (soprattutto quella interiore) è notevolmente aumentata, la digestione migliora, si è più presenti e vitali e ringrazi Dio per averti dato questa formula magica, le spalle sono più rilassate e se avevi dolori al fegato potranno essere scomparsi. Se sono rimasti allora programma subito un'altra pulizia del fegato. Se segui il metodo di Vianna aspetta almeno due mesi, se segui la tecnica della Clark puoi ripeterla dopo 15 giorni.

Una volta terminata la pulizia del fegato ricomincia a mangiare in modo graduale e progressivo, la tua flora batterica intestinale è indebolita reintegrala con dei fermenti lattici che puoi trovare in erboristeria o farmacia. Se ne senti il bisogno integra anche un pò di sali minerali (magnesio, potassio, ecc.). Bevi acqua, acqua, acqua.

L'ecografia al fegato/pancreas/milza è uno strumento da non sottovalutare per capire un po' meglio lo stato degli organi associati al tuo terzo chakra e l'eventuale presenza di calcoli nella cistifellea. La medicina ufficiale possiede strumenti diagnostici eccellenti. Quello che è discutibile sono le sostanze chimiche e le metodiche che vengono adoperate per la cura dei problemi di salute. In merito alle sostanze chimiche usate dalla medicina tieni presente che Madre Natura ci fornisce TUTTO CIO' DÌ CUI ABBIAMO BISOGNO PER CURARCI.

Se conosci qualche tecnica di meditazione, utilizzala per ottimizzare il risultato del processo di pulizia del fegato. C'è differenza fra espellere 50 calcoli ed espellerne 500. Usa le immagini riportate sotto per mettere a fuoco la collocazione del fegato nel tuo corpo e la relazione spaziale con gli altri organi. Immagina che calcoli, impurità, residui tossici, parassiti, ecc. vengono spinti fuori dal tuo fegato e dalla cistifellea e vengano espulsi via dal tuo corpo. Fissa l'attenzione della meditazione sul benessere, sul senso di liberazione e pulizia che si avverte dopo. La meditazione darà il suo contributo a spingere fuori il maggior numero possibile di calcoli.



Occorrono diverse pulizie del fegato per ripristinarne appieno la funzionalità. Personalmente la sto facendo mensilmente ed alterno la tecnica della Clark con quella di Vianna combinando la pulizia del fegato con quella dell'intestino. Una volta che hai il fegato pulito cerca di mantenerlo pulito. Per far questo immetti meno agenti inquinanti all'interno del tuo organismo, nutriti con cibi sani e freschi, evita il più possibile cibi in scatola e cibi industriali elaborati (che sono cibi energeticamente morti). Spendi un po' di tempo in più per la cura della tua alimentazione perché questo tempo non è sprecato, ne guadagni in salute, in energia, in benessere globale.

La televisione è un agente inquinante per la tua mente, forse il principale. Evita rigorosamente di pranzare e cenare davanti ad un televisore che trasmette immagini e notizie di violenze, di morti e di guerre, evita il telegiornale. Se ci tieni al tuo fegato EVITA ASSOLUTAMENTE TUTTO QUESTO. Se proprio devi guardare la televisione mentre mangi allora metti sui cartoni animati (ma quelli non violenti!) oppure su un bel documentario di natura. Se la spegni è meglio.

La rabbia è un altro degli agenti inquinanti che mina alla salute del tuo fegato. Individua tutto ciò che nella tua vita ti fa arrabbiare e lavoraci su. Trasforma questa rabbia perché essa è una potentissima energia di trasformazione. La rabbia ti sta dicendo che ci sono dei cambiamenti da effettuare in un particolare ambito della tua vita. EFFETTUALI! Se ci tieni al tuo fegato effettua quei cambiamenti al più presto possibile. Puoi farlo. L'universo ti manda solo prove che tu sei in grado di superare.

Se il tuo lavoro non ti piace ed e proprio lì che provi rabbia, rabbia, rabbia, semplicemente cambia lavoro (prima che il lavoro cambi te).

E se puoi vai a vivere in campagna.

.....

AVVERTENZE FINALI

Quello che descritto in questo articolo è il frutto delle mie esperienze personali. Esperienze che mi hanno permesso di stare meglio e di risolvere alcuni piccoli e grandi problemi. Non sono un medico per cui non so dirti che valore scientifico hanno le tecniche descritte, so solo che le ho provate su di me ed hanno funzionato. SENTITI RESPONSABILE DELLE TUE SCELTE. Se decidi di fare la pulizia del fegato sentiti completamente responsabile di quello che stai facendo. Se ti senti in dubbio allora non farla. Che tu decida di farla oppure no, non ne avrò alcun vantaggio.

Grazie per aver letto questo articolo. Grazie soprattutto a queste donne (Vianna Stibal, la Clark, Claudia Rainville, Rossella Panigatti) che stanno lavorando alacremente per portare Amore sulla Terra. Se lo ritieni opportuno diffondi questo articolo.

Che la Luce delinei il tuo cammino

Francesco Andrea Buonanno
Cell. 349-4743636
www.checcobuonanno.it