

## Detaljne upute za čišćenje jetre na prirodan način prema dr.Clark

Written by alga

Thursday, 13 June 2013 22:04 - Last Updated Sunday, 14 July 2013 20:02

---

Autor: Svetlana Pasarić

Detaljne upute za čišćenje jetre na prirodan način prema dr.Clark

Normalan rad jetre je presudan za održavanje dobrog zdravlja. Nepravilan rad jetre je skriveni uzrok mnogih bolesti. Jedan od najčešćih uzroka nepravilnog rada jetre je svima poznati kamenac. Drugi uzrok su paraziti, koji često napadaju jetru.

Očistiti jetru od kamenca je vrlo lako. Postoji prirodni način čišćenja jetre uz pomoć maslinovog ulja i soka grejpa koji je razradila dr. Hulda Clark. Dr. Clark preporučuje da čišćenje jetre radite uz antiparazitni program

Za čišćenje jetre trebat će vam 2 dana. Čišćenje jetre najbolje uspijeva ako ga radite uz antiparazitni program dr.Clark.

Za čišćenje jetre trebat će Vam:

gorka sol 4 velike žlice  
maslinovo ulje 1/2 šalice (1.5 dl), uzmite svijetlo ulje - lakše ga je popiti  
svježi crveni grejp 1 veliki ili 2 mala, dovoljno da se iscijedi 2 dl soka

Za čišćenje jetre odaberite dva slobodna dana. Na dan čišćenja jetre nemojte uzimati nikakve lijekove, vitamine i kapsule.

Vrijeme je ovdje vrlo važan faktor za uspjeh. Nemojte kasniti ili uraniti više od 10-15 minuta.

Plan čišćenja jetre

jutro

Pojedite nemasni doručak: voće, žitarice, kruh, med. Nemojte uzimati ništa masno: ulje, maslac, sir, vrhnje ili mlijeko.

podne

Pojedite nemasni ručak: pečeni ili skuhani na pari krumpir i drugo povrće (sa soli, ali bez ulja), kruh, voće. Kao i uz doručak, nemojte jesti ništa masno. Napite se vode, jer poslije 14.00 više ne smijete ništa piti.

14.00

Nemojte jesti niti piti poslije 14.00 sati. Ako prekršite ovo pravilo, kasnije vam može biti loše.

poslje 14.00

Pomiješajte 4 velike žlice gorke soli sa 6 dl vode. To će te podijeliti na 4 dijela. Gorku sol možete staviti u frižider, tako da ju možete lakše popiti.

## Detaljne upute za čišćenje jetre na prirodan način prema dr.Clark

Written by alga

Thursday, 13 June 2013 22:04 - Last Updated Sunday, 14 July 2013 20:02

---

18.00

Popite četvrtinu gorke soli. Nakon toga možete isprati usta ili popiti nekoliko gutljaja vode. Maslinovo ulje i grejp stavite na stol tako da se ugriju na sobnu temperaturu.

20.00 Popite još jednu četvrtinu gorke soli.

21.30 Završite sve aktivnosti i spremite se za krevet.

21.45 Pripremite napitak za čišćenje jetre:

- Iscijedite grejp. Izvadite pulpu i koštice. Trebate dobiti barem 1/2 šalice soka - do 3/4 šalice je najbolje.

- Ulijte pola šalice maslinovog ulja u posudu sa poklopcem. Dodajte sok grejpa.

- Čvrsto zatvorite posudu i mućkajte dok smjesa ne postane vodenasta (samo svježi grejp će to učiniti).

Ako treba, posjetite kupaonu jednom ili više puta čak iako zakasnite na vaše piće u 22:00 sati. Nemojte kasniti više od 15 minuta.

22.00

Sada trebate popiti napitak koji ste pripremili (maslinovo ulje i grejp). Napitak trebate popiti stojeći, u 5 minuta (15 min. za slabe i starije osobe).

Nakon što ste popili napitak, odmah legnite. Ako tako ne napravite možete spriječiti kamenacda izađe. Legnite ravno na leđa sa uzdignutom glavom na jastuku, ili lijevi bok.

Pokušajte biti potpuno mirni barem 20 minuta. Mislite na to, što se sada dešava u vašoj jetri. Možda će te osjetiti kamenackako putuje kroz vaše kanaliće poput špekula. Nećete osjetiti nikakvu bol, jer zahvaljujući gorcoj soli, kanali su otvoreni.

Pokušajte zaspati. Tokom noći ležite što više na lijevom boku. Nemojte se dizati iz kreveta.

Slijedeće jutro

(poslije 6.00)

Nakon dizanja (ne prije 6.00) popijte treću dozu gorke soli. Ako osjetite mučninu, čekajte da ona prođe i onda popijte gorcu sol.

Otiđite natrag u krevet.

2 sata kasnije

Popijte zadnju dozu gorke soli (3/4 šalice). Vratite se natrag u krevet.

2 sata kasnije

Možete jesti. Počnite sa voćnim sokom. Pola sata kasnije pojedite nešto voća. Sat vremena nakon toga možete jesti laganu hranu. Do večere trebali bi se osjećati oporavljeno.

Čestitamo! Izvadili ste kamence bez operacije.

Tokom ovog dana će te vjerojatno puno puta otići na WC. Uzmite lampu i potražite zelene kamence u školjci. To je pravi kamenac, a ne ostaci hrane, jer žuč iz jetre je zelena, poput graška. Izmet će potonuti, a kamenci će plutati zato što se u njima nalazi kolesterol.

## Detaljne upute za čišćenje jetre na prirodan način prema dr.Clark

Written by alga

Thursday, 13 June 2013 22:04 - Last Updated Sunday, 14 July 2013 20:02

---

Ponekad su prohodi puni kolesterola, koji se još nijeformirao u okrugle kamenčiće. Ostaci kristala kolesterola zelene boje će isto plutati u vodi.

Obično je jetra prepuna kamenca, pa preporučamo da ponovite čišćenje za 2 tjedna.

Koliko je čišćenje jetre sigurno?

Čišćenje jetre je apsolutno sigurno. Tisuće ljudi diljem svijeta čistili su jetru na takav način. Nitko od njih nije otišao u bolnicu i nije se žalio na bolove.

Kako se pripremiti za čišćenje jetre?

Kod većine ljudi, u jetri se nalaze paraziti. Oni će spriječiti da očistite svoju jetru od kamenca. Preporučamo, da se prije čišćenja jetre riješite parazita. To možete učiniti uz pomoć antiparazitnog programa.

Čistite svoju jetru 2 puta godišnje.

Koje se bolesti mogu izliječiti čišćenjem jetre?

Čišćenjem jetre ćete se riješiti kamenca i poboljšati rad jetre, koja štiti cijeli vaš organizam. Skoro uvijek sa čišćenjem jetre nestaju alergije.

U kombinaciji sa antiparazit programom, čišćenje jetre pomaže u liječenju

- alergija
- psihičkih bolesti
- srčanih bolesti
- raka
- artritisa
- hepatitisa
- dijabetesa
- i mnogih drugih bolesti

Izvor: Alternativa za vas