

Leberreinigung / Leberkur nach Dr. Hulda Clark

Sie benötigen:

Abführsalz (Glaubersalz, Bittersalz, FX – Passage Salz)	4 Esslöffel = 50 g
4 Becher a ca. 250ml (zum Mischen des Abführsalzes mit Wasser)	
Olivenöl – Bioqualität	1/2 Tasse
Grapefruitsaft / Pampelmusensaft (frischgepresst und „Bio“)	200ml
Becher mit Deckel für 500ml = 1/2 Liter	
Apfelsaft, frischgepresst, Bioqualität, kein Nektar	mindestens 2 Liter
Biochemie nach Schüßler, Schüßlersalze Nr. 7 = Magnesium phos. D6,	100 Stück
Nr. 10 = Natrium sulf. D6,	100 Stück

Ein Wochenende ist für die meisten die günstigste Zeit für diese Kur.

Vorbereitend (ab 2 bis 4 Tage vor Kurbeginn) viel (1-2 Liter täglich) Naturbelassenen 100% Bio-Apfelsaft trinken, bis einschließlich Samstag.

- 1.Tag (Donnerstag), am Abend **je 8 Tab.** Biochemie Nr. 7 + Nr. 10, im Munde zergehen lassen, 1- 2 Liter Apfelsaft über den Tag verteilt trinken.
- 2.Tag (Freitag), 4 – 5 x täglich **je 8 Tab.** Biochemie Nr. 7 + Nr. 10, im Munde zergehen lassen, 1- 2 Liter Apfelsaft über den Tag verteilt trinken.
- 3.Tag (Samstag), 4 – 5 x täglich **je 8 Tab.** Biochemie Nr. 7 + Nr. 10, im Munde zergehen lassen, 1- 2 Liter Apfelsaft bis 14.00 Uhr trinken.

14.00 Uhr, ab jetzt nicht mehr essen und trinken

18.00 Uhr, das Abführsalz in 800ml Wasser lösen und in 4 Becher a 200ml Abfüllen (eventuell etwas Vitamin C Pulver dazugeben)

1. Dosis Abführsalz trinken

20.00 Uhr 2. Dosis Abführsalz trinken

21.45 Uhr 1/2 Tasse Olivenöl und 200 ml Liter Grapefruitsaft mischen (Becher mit Deckel)

Toilettengang, zur Nachtruhe fertig machen, 3. Becher Abführsalzlösung ans Bett stellen

22.00 Uhr zu Bettgehen, Nachttischlampe an (Deckenlicht aus). **Im Liegen mit erhöhtem Oberkörper die Olivenöl – Grapefruit – Mischung trinken (innerhalb 5 Minuten)**, noch mindestens 20 Minuten mit erhöhtem Oberkörper liegen bleiben.

Auf keinem Fall wieder aufstehen, liegen bleiben, Licht löschen!!!

4.Tag (Sonntag), morgens nach dem Erwachen, **3. Dosis Abführsalz trinken**, Ausnahmen: Verdauungsprobleme oder Übelkeit

2 Stunden später, 4. und letzte Dosis Abführsalz trinken

Nach weiteren 2 Stunden ist die Einnahme von Essen wieder erlaubt. Möglichst mit Fruchtsaft beginnen. Eine halbe Stunde später eine solche Frucht essen. Nach weiteren 30 Minuten normales Essen möglich.

Am Sonntagmorgen gibt es höchstwahrscheinlich kräftigen Stuhlgang, vielleicht sogar Durchfall. Das ist gewollt. Wer will kann, mit einer Taschenlampe, nachsehen und nachzählen was sich alles außer Stuhl im Klobecken befindet.

Nur selten werden alle Ablagerungen mit der ersten Kur entfernt. Diese Kur kann und sollte nach 3 bis 4 Wochen wiederholt werden. Auch eine mehrfache Wiederholung über einige Monate ist denkbar, besonders Allergiker und chronisch Erkrankte sollten das in Erwägung ziehen.

Bitte besprechen Sie die Durchführung einer solchen Kur mit ihrem Arzt oder Heilpraktiker.

Viel Erfolg wünscht Ihnen Heilpraktiker Guido Rettig