



Sali di Epsom

depurazione del fegato e dei dotti biliari



Eseguire la depurazione nel fine settimana o nei giorni di relax.

Prodotti richiesti

Sali di Epsom : 60 compresse oppure 4 cucchiaini di polvere, 60 grammi, da sciogliere in 750 ml d'acqua (un eventuale eccesso di sale si sedimenta semplicemente sul fondo del contenitore).

Olio d'oliva (125 ml): mezza tazza olio (meglio olio d'oliva leggero)

Succo di pompelmo rosa fresco (2/3 - 3/4 di tazza) oppure succo di limone (1/4 – 1/3 di tazza).

Avvertenze

Cessare: vitamine, depurazione reni, programma antiparassitario, latticini, cibi fritti.

E' importante pranzare, questo permette alla bile di costruire o sviluppare la pressione nel fegato.

Una pressione più elevata comporta l'eliminazione di più calcoli.

1° Giorno:

Ore 14.00 Inizio digiuno

Mescolare i Sali di Epsom in polvere con 4 tazze d'acqua per produrre 4 dosi.

Ore 18.00 Prima dose (da questo momento in poi si consiglia di rimanere in casa fino alla fine del programma): 15 compresse oppure una tazza della soluzione.

Ore 20.00 Seconda dose: 15 compresse oppure una tazza della soluzione.

Ore 22.00

Mescolare mezza tazza d'olio d'oliva e succo di pompelmo/limone e agitare fortemente fino a quando l'emulsione non risulta omogenea quindi berla stando in piedi per 5 minuti

Sdraiarsi immediatamente a pancia in su e con la testa appoggiata su un cuscino alto.

Provate a rimanere immobili anche per 20 minuti.

Aspettatevi un eventuale attacco di diarrea nelle ore notturne e nel mattino seguente.

Avrete modo di osservare **ciò che esce**: i calcoli sono di colore verde. 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 500/1000 pezzi, se vorrete contarli!!

2° Giorno:

Mattino seguente: terza dose al risveglio, 15 compresse oppure una tazza di soluzione, ma dopo le **ore 6.00**

Se si riscontra indigestione o nausea, aspettarne la scomparsa prima di bere i Sali di Epsom.

Potete tornare a letto. Aggiungere 1-3 cucchiaini di Argento colloidale se possibile

Ore 9/10: quarta dose 15 compresse oppure una tazza di soluzione, eventualmente puoi tornare a letto

Iniziare ad alimentarsi con succo di frutta o frutti

1 ora dopo: mangiare il vostro cibo abituale, ma stando leggeri

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

