



Liliann Kristinn Elmborg


3 NAJLEPSZE KURACJE

na
jelita
wątrobę
nerki

Lepsze trawienie 

Ładniejsza sylwetka 

Wzmocniona odporność 

Organizm oczyszczony z pasożytów i toksyn 

Zamawianie produktów:
Medi-Flowery ApS Sp z o.o.
Tel. 506 807 654
www.medi-flowery.com



WYWIADY

Janusza Zagórskiego z Lilianną Elmborg
można obejrzyć w Niezależnej Telewizji na youtube:



Oczyszczające kuracje



Zapper mity i fakty

SPIS TREŚCI

Piękno jest odzwierciedleniem twojego wnętrza	2
Efekty oczyszczania	4
Zadbaj o florę... jelitową.....	4
Program oczyszczania	5
Zalecana kontynuacja	6
Kuracje na oczyszczenie jelit (usuwanie pasożytów i złogów).....	7
Zestaw nr 1 podstawowy na oczyszczenie jelit	7
Zestaw nr 1a wzmocniony na oczyszczenie jelit	9
Zestaw nr 2 rozszerzony na oczyszczenie jelit	11
Zestaw nr 3 dla dzieci na oczyszczenie jelit	14
Okłady na wątrobę z Płynu ziołowego	16
Kuracja na oczyszczenie wątroby	17
Kuracja na oczyszczenie nerek i odkwaszenie organizmu	21
Aparat Medikzap	25
Intrygujące wyniki badań	26
Wszyscy mogą – nie wszyscy powinni	27
Ciepłe okłady z Płynu ziołowego na wątrobę, nerki, śledzionę, trzustkę, oskrzela, zatoki i stawy	28
Informacje o produktach firmy Medi-Flowers	30
Aneks	33
Wywiad z autorką – <i>Kuracje mojego życia</i>	33
Recenzja książki <i>Skuteczne kuracje oczyszczające</i> – przedruk z miesięcznika <i>Nieznany Świat</i>	38
Smaczne zakończenie	40

Wywiady z autorką można obejrzeć w NTV pod poniższymi adresami:

Oczyszczające kuracje – Liliann Elmborg

<https://www.youtube.com/watch?v=9srzPS6Zy8A>

Zapper mity i fakty – Liliann Elmborg

<https://www.youtube.com/watch?v=DmAX6ntz0m0>

Piękno jest odzwierciedleniem twojego wnętrza

Stara prawda mówi, że piękno pochodzi ze środka: wygląd zewnętrzny, stan cery, sylwetka, kondycja fizyczna i dobre samopoczucie w ogromnym stopniu zależne są od sprawnych organów wewnętrznych. Możesz utrzymać tę sprawność przez ich systematyczne oczyszczanie.

Natura dała Ci najdoskonalszą pompę (serce), najlepsze na świecie filtry (wątrobę, nerki i skórę), elastyczne i aktywne przewody do transportu pożywienia oraz odpadów (jelita). Wszystkie te organy ściśle współpracują ze sobą. Warto więc o nie dbać, by sprawnie działały jak najdłużej.

W celu uzyskania optymalnego dla zdrowia efektu wskazane jest przeprowadzenie trzech następujących kuracji:

- 1. Kuracja na oczyszczenie jelit.**
- 2. Kuracja na oczyszczenie wątroby.**
- 3. Kuracja na oczyszczenie nerek.**

Kuracje należy przeprowadzić w podanej kolejności:

- I. Pierwsze oczyszczanie jelit.**
- II. Oczyszczanie wątroby.**
- III. Drugie oczyszczanie jelit.**
- IV. Oczyszczanie nerek.**
- V. Trzecie oczyszczanie jelit.**

CZY WIESZ, ŻE:

- 1. Nieoczyszczone jelita to nie tylko problemy z trawieniem i wydalaniem, lecz także przyczyna otyłości i wzdęć. Ponadto złogi powodują niedożywienie innych organów wewnętrznych, w tym serca i mózgu, oraz ogólne poczucie zmęczenia.**
- 2. Nieoczyszczona wątroba, to nie tylko problemy z trawieniem i systemem obronnym organizmu, lecz także zaburzenia krążenia, zanieczyszczenie krwi, dolegliwości zatok, podatność na stres i agresję, zły stan cery mogący prowadzić do trądziku czy egzemy, osłabione ścięgna i paznokcie, różne dolegliwości związane z oczami (np. nadmierne łzawienie, kurza ślepotą, suchość oczu i zaburzenia wzroku).**
- 3. Nieoczyszczone nerki to nie tylko problemy z oddawaniem moczu i równowagą kwasowo-zasadową, lecz także niekorzystny wpływ**

na ciśnienie krwi, zatrzymywanie płynów ustrojowych, gromadzenie szkodliwych produktów przemiany materii. Według tradycyjnej medycyny chińskiej nerki mają związek ze słuchem, z prawidłowym funkcjonowaniem stawów, z jakością kości, szpiku, zębów i włosów.

Dopóki zdrowie dopisuje, twój organizm jest w stanie zwalczać pasożyty i trucizny w stadium tak wczesnym, że nie zdążą one wyrządzić większych szkód. Niemniej ich obecność stanowi stałe zagrożenie, gdyż mogą one prowadzić do poważnych chorób w takim momencie, gdy twój organizm będzie osłabiony na skutek niewłaściwej diety, nieodpowiedniego stylu życia, obciążenia chemią i złogami czy stresu.

Opisane w tej książce kuracje pomogą ci na dłużej zachować piękno płynące ze środka.

ZRÓB TO, ŻEBY:

- poprawić perystaltykę jelit,
- pozbyć się pasożytów i złogów,
- uregulować ciśnienie krwi,
- obniżyć poziom cholesterolu,
- wzmocnić system immunologiczny,
- uzyskać świeży wygląd cery,
- wymodelować sylwetkę,
- podwyższyć poziom energii
(uwaga Panowie: podnosi również...
poziom energii seksualnej).

W trakcie zabiegów należy pić co najmniej 1½ litra płynów dziennie. Ponieważ każdy organizm może reagować indywidualnie na kuracje oczyszczające, czas potrzebny na odzyskanie pełni sił witalnych może być dla każdego inny. Jeśli podczas przeprowadzania którejkolwiek z kuracji odczujesz dyskomfort lub zmęczenie, możesz zalecane dawki zmniejszyć o połowę lub wydłużyć przerwy między kolejnymi zabiegami.

Żadnej kuracji ziołowej nie można stosować dłużej niż w zaleceniach, a pomiędzy poszczególnymi kuracjami należy zachować wskazane przerwy.

Przed rozpoczęciem podanych niżej zabiegów polecam stosowanie aparatu Medikzap przez okres 3 tygodni. Nie jest to bezwzględnie konieczne, ale warto pamiętać, że aparat ten wzmacnia organizm, pomaga zniszczyć szkodliwe bakterie, pasożyty i grzyby (np. Candida albicans) oraz jest doskonałym uzupełnieniem kuracji oczyszczających w czasie ich przeprowadzania.

Efekty oczyszczania

- 1. Kuracja na jelita** przynosi w rezultacie: poprawę perystaltyki jelit, pozbycie się szkodliwych bakterii, pasożytów i grzybów (np. *Candida albicans*) oraz usunięcie złożeń. Prowadzi to do lepszego wchłaniania witamin i minerałów, przyspieszenia przemiany materii, poprawy sylwetki i podwyższenia poziomu energii.
- 2. Kuracja na wątrobę** pozwala pozbyć się kamieni żółciowych w wątrobie i pęcherzyku żółciowym. Wpływa korzystnie na obniżenie poziomu cholesterolu, neutralizację toksyn, poprawę metabolizmu i filtracji (m.in. krwi) i usprawnienie trawienia. Ponadto dzięki niej uzyskuje się wzmocnienie systemu immunologicznego, poprawienie wyglądu cery, wyszczuplenie sylwetki.
- 3. Kuracja na nerki** pomaga: uwolnić organizm od złożeń i kamieni, przywrócić równowagę kwasowo-zasadową, przyspieszyć wydalanie szkodliwych produktów przemiany materii. Ponadto reguluje ciśnienie tętnicze krwi i poziom płynów ustrojowych oraz wpływa korzystnie na układ kostny.

Zadbaj o florę... jelitową

Kuracje na oczyszczenie jelit przywracają sprawność funkcjonowania układu trawiennego. Są one tak dobrane, by nie szkodzić naturalnej florie jelitowej. Podczas przeprowadzania poniższych zabiegów nie jest wskazane przyjmowanie **błonnika** w formie suplementów diety. Niektóre produkty mogą drażnić błonę jelitową oraz niepotrzebnie usuwać z niej śluz. Żaden błonnik używany w celu „zeskrobywania złożeń” nie jest w stanie odróżnić złych bakterii jelitowych od pożytecznych, a bez tych ostatnich problemy mogą być jeszcze większe... nie tylko z jelitami.

Na marginesie nadmienię, że tak popularnego testu na „szczelność jelit” (tzw. testu buraczanego) nie można traktować jako wskaźnika szczelności czy nieszczelności jelit ani sprawności ich funkcjonowania. Czerwonawe zabarwienie moczu i/lub stolca po zjedzeniu buraków wynika wyłącznie z obecności w burakach glikozydu betaniny; jest to barwnik, którego organizmy niektórych ludzi nie są w stanie rozłożyć. Występowanie tego zabarwienia jest zupełnie naturalne i nie świadczy o żadnych stanach chorobowych, a na pewno nie o perforacji czy nieszczelności jelit.

Do oczyszczenia jelit są do wyboru trzy różne zestawy o różnym bogactwie składników: nr 1, nr 1a i nr 2. Im więcej składników w zestawie, tym kuracja bardziej efektywna.

Program oczyszczania

I. Pierwsze oczyszczanie jelit.

II. Oczyszczanie wątroby.

III. Drugie oczyszczanie jelit.

IV. Oczyszczanie nerek.

V. Trzecie oczyszczanie jelit.

Etapy kuracji	Aparat Medikzap – polecam stosowanie, ale można ten etap pominąć i od razu przejść do ziołowej kuracji oczyszczającej (etapy I do V).		Medikzap – stosowanie na poszczególnych etapach
I	JELITA pierwsze oczyszczenie jelit	Pierwsze oczyszczenie jelit (17 dni).	Aparat Medikzap można stosować
II	WĄTROBA 2 lub 3 oczyszczania wątroby	Kuracja na oczyszczenie wątroby trwa 2 dni . Przerwę (2½ miesiąca) między pierwszym a drugim oczyszczeniem jelit można wykorzystać na kilkakrotne oczyszczenie wątroby. Oczyszczenie wątroby rozpocząć dopiero po 2 tygodniach po zakończeniu oczyszczenia jelit. Kolejne oczyszczenie wątroby co 2–5 tygodni. Zalecana 2-tygodniowa przerwa przed drugim oczyszczeniem jelit.	Aparat Medikzap nie stosować tylko podczas oczyszczania wątroby i 4 dni po jej oczyszczeniu.
III	JELITA drugie oczyszczenie	Drugie oczyszczenie jelit (17 dni).	Aparat Medikzap można stosować
IV	NERKI oczyszczenie nerek	Przerwę (2½ miesiąca) między drugim a trzecim oczyszczeniem jelit można wykorzystać na oczyszczenie nerek (9 tygodni). Kurację tę należy rozpocząć bezpośrednio po drugim oczyszczeniu jelit.	Aparat Medikzap można stosować
V	JELITA trzecie oczyszczenie	Trzecie oczyszczenie jelit (17 dni).	Aparat Medikzap można stosować

Po zakończeniu pięciu powyższych etapów programu oczyszczania, polecam powtarzanie kuracji oczyszczającej wątrobę tyle razy, aż w trzech następujących po sobie kuracjach nie pojawią się w stolcu żadne kamienie żółciowe w formie zielonych kuleczek.

Po takim oczyszczeniu wskazane jest przeprowadzać profilaktycznie oczyszczanie wątroby opisane w następnym rozdziale „Zalecana kontynuacja” (str. 6).

Zalecana kontynuacja

W celu utrzymania organizmu w optymalnej kondycji i zapobieganiu odkładania się nowych złogów należy powtarzać poszczególne etapy kuracji z następującą częstotliwością:

1. **Oczyszczanie jelit** (kuracja 17-dniowa) – co pół roku. W zależności od potrzeb można to robić częściej.
2. **Oczyszczanie wątroby** (kuracja 2-dniowa) – powtarzać co najmniej raz na pół roku.
3. **Oczyszczanie nerek** (kuracja 9-tygodniowa) – przeprowadzać przynajmniej raz na pół roku.

Kontynuowanie stosowania aparatu Medikzap – najlepiej codziennie, a minimum dwa razy w tygodniu.



Kuracje na oczyszczenie jelit (usuwanie pasożytów i złogów)

ZESTAW NR 1 PODSTAWOWY NA OCZYSZCZENIE JELIT

Poniższej kuracji nie należy łączyć z żadnymi innymi kuracjami ziołowymi, z antybiotykami i szczepionkami.

Oczyszczania nie można przeprowadzać, gdy organizm jest osłabiony przeziębieniem lub gripą. Oczyszczania organizmu nie mogą przeprowadzać kobiety w ciąży i matki karmiące.



Podczas oczyszczania można stosować aparat Medikzap, co wzmacnia efekty zabiegu. Nie jest to jednak bezwzględnie konieczne.

Wskazane jest picie około 1½ litra płynów dziennie.

SKŁADNIKI:

- Ekstrakt z zielonego orzecha
- Ekstrakt z piołunu
- Ekstrakt z goździków

Oczyszczanie jelit trwa 17 dni. Efekty oczyszczania mogą trwać do 3 tygodni po zakończeniu zabiegu.

DAWKI:

- Ekstrakt z zielonego orzecha – 5 ml rano na czczo i 5 ml wieczorem, przed udaniem się na spoczynek
- Ekstrakt z piołunu – 10 kropli 2 razy dziennie przed jedzeniem (rano i wieczorem)
- Ekstrakt z goździków – 7 kropli 3 razy dziennie przed jedzeniem

Ekstrakty rozcieńczyć w małej ilości wody (2–4 łyżki stołowe).

Ekstrakty można przechowywać w temperaturze pokojowej, ale podczas oczyszczania jelit dobrze jest wstawić je do lodówki. Nie w celu przedłuże-

nia ich trwałości, ale dlatego, że schłodzony ekstrakt zwiększa skuteczność oczyszczania. Wodę do rozcieńczania ekstraktów także należy przechowywać w lodówce.

OPIS:

Rano na czczo: do szklanki wlać 2–4 łyżki zimnej wody i dodać następujące ekstrakty: 5 ml ekstraktu z orzecha, 7 kropli ekstraktu z goździków i 10 kropli ekstraktu z piołunu. Zamieszać i wypić. Po przyjęciu mieszanki odczekać 15 min przed przyjęciem jakiegokolwiek napoju lub pożywienia.

W południe: do szklanki wlać 2 łyżki zimnej wody i dodać 7 kropli ekstraktu z goździków, zamieszać i wypić. Posiłek można przyjąć nie wcześniej niż po 15 min.

Wieczorem: do szklanki wlać 2–4 łyżki zimnej wody i dodać 7 kropli ekstraktu z goździków oraz 10 kropli ekstraktu z piołunu. Zamieszać i wypić. Nie jeść co najmniej 15 min po przyjęciu mieszanki.

Przed snem: na pusty żołądek, tzn. minimum 1½ godz. po posiłku, wypić 5 ml ekstraktu z orzecha rozcieńczonego w małej ilości wody.

Dzień kuracji	Ekstrakt z goździków	Ekstrakt z piołunu	Ekstrakt z zielonego orzecha
1–17	7 kropli rano 7 w południe 7 wieczorem	10 kropli rano 10 wieczorem	5 ml rano 5 ml wieczorem

Oczyszczanie jelit przeprowadzamy w cyklu 3 razy po 17 dni z przerwami trwającymi 2½ miesiąca. Przerwy te można wykorzystać na oczyszczenie wątroby lub nerek.

Po zakończeniu cyklu oczyszczania jelit wskazane jest powtarzanie w odstępach półrocznych jednego 17-dniowego zabiegu oczyszczania jelit. W zależności od potrzeb zabieg można przeprowadzać częściej.

Oczyszczanie jelit – 17 dni (pierwszy raz)	Przerwa 2½ miesiąca	Oczyszczanie jelit – 17 dni (drugi raz)	Przerwa 2½ miesiąca	Oczyszczanie jelit – 17 dni (trzeci raz)	Po zakończeniu cyklu oczyszczania jelit (3 razy po 17 dni) wskazane jest powtarzanie w odstępach półrocznych jednego 17-dniowego zabiegu oczyszczania jelit
--	---------------------	---	---------------------	--	---

Podczas oczyszczania jelit może pojawić się luźny stolec, gazy jelitowe lub zaparcia. W razie wystąpienia tego rodzaju objawów należy przejść na lekką dietę (np. unikać potraw tłustych, smażonych i ciężkostrawnych). W czasie przeprowadzania zabiegu może wystąpić przejściowe uczucie zmęczenia, co jest reakcją zupełnie naturalną. Tempo zmian zachodzących w organizmie zależy od stopnia jego zanieczyszczenia i podatności na działanie zabiegu.

ZESTAW NR 1A WZMOCNIONY NA OCZYSZCZENIE JELIT

SKŁADNIKI:

- Ekstrakt z zielonego orzecha
- Ekstrakt z piołunu
- Ekstrakt z goździków
- Ekstrakt ziołowy Antiquus



Oczyszczanie jelit trwa 17 dni.

DAWKI:

- Ekstrakt z zielonego orzecha – 5 ml rano na czczo i 5 ml wieczorem, przed udaniem się na spoczynek
- Ekstrakt z piołunu – 10 kropli 2 razy dziennie przed jedzeniem (rano i wieczorem)
- Ekstrakt z goździków – 7 kropli 3 razy dziennie przed jedzeniem
- Ekstrakt ziołowy Antiquus – 5 ml rano na czczo i 5 ml wieczorem po kolacji

Ekstrakty rozcieńczyć w małej ilości wody (2–4 łyżki stołowe). Efekty oczyszczania mogą trwać do 3 tygodni po zakończeniu zabiegu.

Ekstrakty można przechowywać w temperaturze pokojowej, ale podczas oczyszczania jelit dobrze jest wstawić je do lodówki. Nie w celu przedłużenia ich trwałości, ale dlatego, że schłodzony ekstrakt zwiększa skuteczność oczyszczania. Wodę do rozcieńczania ekstraktów także należy przechowywać w lodówce.

Podczas oczyszczania można stosować aparat Medikzap, co wzmacnia efekty zabiegu. Nie jest to jednak bezwzględnie konieczne.

Wskazane jest picie około 1½ litra płynów dziennie.

OPIS:

Rano na czczo: do szklanki wlać 2–4 łyżki zimnej wody i dodać następujące ekstrakty: 5 ml ekstraktu z orzecha, 5 ml ekstraktu Antiquus, 7 kropli ekstraktu z goździków i 10 kropli ekstraktu z piołunu. Zamieszać i wypić. Po przyjęciu mieszanki odczekać 15 min przed przyjęciem jakiegokolwiek napoju lub pożywienia.

W południe: do szklanki wlać 2 łyżki zimnej wody i dodać 7 kropli ekstraktu z goździków, zamieszać i wypić. Posiłek można przyjąć nie wcześniej niż po 15 min.

Wieczorem: do szklanki wlać 2–4 łyżki zimnej wody i dodać 7 kropli ekstraktu z goździków oraz 10 kropli ekstraktu z piołunu. Zamieszać i wypić. Nie jeść co najmniej 15 min po przyjęciu mieszanki.

Po kolacji: wypić 5 ml ekstraktu Antiquus rozcieńczonego w 2–4 łyżkach wody.

Przed snem: na pusty żołądek, tzn. 1½ godz. po ostatnim posiłku, wypić 5 ml ekstraktu z orzecha rozcieńczonego w małej ilości wody.

Dzień kuracji	Ekstrakt z goździków	Ekstrakt z piołunu	Ekstrakt z zielonego orzecha	Antiquus ekstrakt ziołowy
1–17	7 kropli rano 7 w południe 7 wieczorem	10 kropli rano 10 wieczorem	5 ml rano 5 ml wieczorem	5 ml rano 5 ml wieczorem

Oczyszczanie jelit przeprowadzamy w cyklu 3 razy po 17 dni z przerwami trwającymi 2½ miesiąca. Przerwy te można wykorzystać na oczyszczenie wątroby lub nerek.

Po zakończeniu cyklu oczyszczania jelit wskazane jest powtarzanie w odstępach półrocznych jednego 17-dniowego zabiegu oczyszczania jelit. W zależności od potrzeb zabieg można przeprowadzać częściej.

Oczyszczanie jelit – 17 dni (pierwszy raz)	Przerwa 2½ miesiąca	Oczyszczanie jelit – 17 dni (drugi raz)	Przerwa 2½ miesiąca	Oczyszczanie jelit – 17 dni (trzeci raz)	Po zakończeniu cyklu oczyszczania jelit (3 razy po 17 dni) wskazane jest powtarzanie w odstępach półrocznych jednego 17-dniowego zabiegu oczyszczania jelit.
--	---------------------	---	---------------------	--	--

Podczas oczyszczania jelit może pojawić się luźny stolec, gazy jelitowe lub zaparcia. W razie wystąpienia tego rodzaju objawów należy przejść na lekką dietę (np. unikać potraw tłustych, smażonych i ciężkostrawnych).

W czasie przeprowadzania zabiegu może wystąpić przejściowe uczucie zmęczenia, co jest reakcją zupełnie naturalną. Tempo zmian zachodzących w organizmie zależy od stopnia jego zanieczyszczenia i podatności na działanie zabiegu.

ZESTAW NR 2 ROZSZERZONY NA OCZYSZCZENIE JELIT

SKŁADNIKI:

- Ekstrakt z zielonego orzecha
- Ekstrakt z piołunu
- Ekstrakt z goździków
- Ekstrakt ziołowy Antiquus
- Olejek oregano (nierozcieńczany oliwą z oliwek)
- Ornityna – 2 kapsułki po 250 mg (lub 1 kapsułka 500 mg),
- „Płyn ziołowy do okładów” firmy Medi-Flowery,



Uwaga: Ciepłych okładów na wątrobę nie należy stosować podczas menstruacji. Oczyszczanie można rozpocząć zaraz po jej zakończeniu.

Oczyszczanie jelit trwa 17 dni.

DAWKI:

- Ekstrakt z zielonego orzecha – 5 ml rano na czczo i 5 ml wieczorem, przed udaniem się na spoczynek
- Ekstrakt z piołunu – 10 kropli 2 razy dziennie przed jedzeniem (rano i wieczorem)
- Ekstrakt z goździków – 7 kropli 3 razy dziennie przed jedzeniem
- Ekstrakt ziołowy Antiquus – 5 ml rano na czczo i 5 ml wieczorem po kolacji
- Olejek oregano – 2 krople wdroplić do szklanki z zimną wodą i pić 2 razy dziennie bezpośrednio przed jedzeniem. Olejek oregano można ewentualnie zakropić do pustej kapsułki. Olejku nie należy zakraplać bezpośrednio na język, gdyż jest piekący.
- Ornityna (aminokwas) – 2 kapsułki po 250 mg (lub 1 kapsułka 500 mg) raz dziennie na wieczór przed snem.

Ekstrakty rozcieńczyć w małej ilości wody (2–4 łyżki stołowe). Efekty oczyszczania mogą trwać do 3 tygodni po zakończeniu zabiegu.

Ekstrakty można przechowywać w temperaturze pokojowej, ale podczas oczyszczania jelit dobrze jest wstawić je do lodówki. Nie w celu przedłużenia ich trwałości, ale dlatego, że schłodzony ekstrakt zwiększa skuteczność oczyszczania. Woda do rozcieńczania ekstraktów powinna być także przechowywana w lodówce.

Okłady z „Płynu ziołowego do okładów”, każdy trwający 20 min, przeprowa-

dzić w 4, 5, 6 oraz 10, 11 i 12 dniu kuracji. Okład na wątrobę należy wykonać według przepisu zamieszczonego na str. 16.

Podczas oczyszczania można stosować aparat Medikzap, co wzmacnia skuteczność zabiegu. Nie jest to jednak bezwzględnie konieczne.

Wskazane jest picie około 1½ litra płynów dziennie.

OPIS:

Rano na czczo: do szklanki wlać 2–4 łyżki zimnej wody i dodać następujące ekstrakty: 5 ml ekstraktu z orzecha, 5 ml ekstraktu Antiquus, 7 kropli ekstraktu z goździków i 10 kropli ekstraktu z piołunu. Zamieszać i wypić. Po 15 min do szklanki zimnej wody (250 ml) wkroplić 2 krople Olejku oregano. Zamieszać i wypić. Po wypiciu olejku można zaraz spożyć posiłek.

Uwaga: Nie zakraplać Olejku oregano bezpośrednio na język, gdyż jest piekący.

W południe: do szklanki wlać 2 łyżki zimnej wody i dodać 7 kropli ekstraktu z goździków, zamieszać i wypić. Posiłek można przyjąć nie wcześniej niż po 15 min.

Wieczorem: do szklanki wlać 2–4 łyżki zimnej wody i dodać 7 kropli ekstraktu z goździków i 10 kropli ekstraktu z piołunu. Zamieszać i wypić. Po 15 min do szklanki zimnej wody wkroplić 2 krople olejku oregano. Zamieszać i wypić. Po wypiciu olejku można zaraz spożyć posiłek.

Po kolacji: wypić 5 ml ekstraktu Antiquus rozcieńczonego w 2 łyżkach wody.

Przed snem: na pusty żołądek, tzn. 1½ godz. po ostatnim posiłku, wypić 5 ml ekstraktu z orzecha rozcieńczonego w małej ilości wody. Po kilkunastu minutach połknąć 2 kapsułki Ornityny 250 mg (lub 1 szt. 500 mg), popijając wodą.

Dzień kuracji	Ekstrakt z goździków	Ekstrakt z piołunu	Ekstrakt z zielonego orzecha	Antiquus ekstrakt ziołowy	Olejek oregano	Ornityna	Okłady na wątrobę z „Płynu ziołowego do okładów” 20 min.
1–17	7 kropli rano 7 w południe 7 wieczorem	10 kropli rano 10 wieczorem	5 ml rano 5 ml wieczorem	5 ml rano 5 ml wieczorem	2 krople rano 2 wieczorem	2 kapsułki przed spaniem	„Płyn ziołowy” 4 dzień 5 6 10 11 12

Oczyszczanie jelit przeprowadzamy w cyklu 3 razy po 17 dni z przerwami trwającymi 2½ miesiąca. Przerwy te można wykorzystać na oczyszczenie wątroby lub nerek. Po zakończeniu cyklu oczyszczania jelit wskazane jest powtarzanie w odstępach półrocznych jednego 17-dniowego zabiegu oczyszczenia jelit. W zależności od potrzeb zabieg można przeprowadzać częściej.

Oczyszczanie jelit – 17 dni (pierwszy raz)	Przerwa 2½ miesiąca	Oczyszczanie jelit – 17 dni (drugi raz)	Przerwa 2½ miesiąca	Oczyszczanie jelit – 17 dni (trzeci raz)	Po zakończeniu cyklu oczyszczania jelit (3 razy po 17 dni) wska- zane jest powtarzanie w odstępach półrocznych jednego 17-dniowego zabiegu oczyszczania jelit.
--	------------------------	---	------------------------	--	---

Podczas oczyszczania jelit może pojawić się luźny stolec, gazy jelitowe lub zaparcia. W razie wystąpienia tego rodzaju objawów należy przejść na lekką dietę (np. unikać potraw tłustych, smażonych i ciężkostrawnych).

W czasie przeprowadzania zabiegu może wystąpić przejściowe uczucie zmęczenia, co jest reakcją zupełnie naturalną. Tempo zmian zachodzących w organizmie zależy od stopnia jego zanieczyszczenia i podatności na działanie zabiegu.



ZESTAW NR 3 DLA DZIECI NA OCZYSZCZENIE JELIT

Oczyszczanie jelit można stosować dopiero po ukończeniu przez dziecko 6 roku życia, ale należy dopasować je także do wagi dziecka.

Do 20 kg nie stosować oczyszczania
20–25 kg – 1/4 dawki jak dla osoby dorosłej
26–35 kg – 1/2 dawki jak dla osoby dorosłej
36–45 kg – 3/4 dawki jak dla osoby dorosłej



SKŁADNIKI:

- Ekstrakt z zielonego orzecha – rano na czczo i wieczorem przed snem
- Ekstrakt z piołunu – 2 razy dziennie przed jedzeniem
- Ekstrakt z goździków – 3 razy dziennie przed jedzeniem
- Ekstrakt ziołowy Antiquus – rano na czczo i wieczorem po kolacji
- „Płyn ziołowy do okładów” firmy Medi-Flowers

Oczyszczanie jelit trwa 17 dni.

Do okładów na wątrobę stosujemy „Płyn ziołowy do okładów” firmy Medi-Flowers. Dla dzieci między 6 a 11 rokiem życia czas trwania okładu wynosi do 10 min, a dla dzieci powyżej 12 roku życia 20 min i stosuje się go w 4, 5, 6 oraz 10, 11 i 12 dniu kuracji. Proszę zwrócić uwagę, że w tym wypadku czas okładu zależy wyłącznie od wieku dziecka, a nie jego wagi. Okład na wątrobę wykonać według przepisu zamieszczonego na str. 16.

OPIS:

Rano na czczo: do szklanki wlać 2 łyżki zimnej wody lub soku (można rozcieńczyć w większej ilości napoju) i dodać: Ekstrakt z zielonego orzecha, ekstrakt Antiquus, ekstrakt z goździków i ekstrakt z piołunu.

W południe przed posiłkiem: do szklanki wlać 2 łyżki zimnej wody lub soku i dodać ekstrakt z goździków. Zamieszać i wypić.

Wieczorem przed posiłkiem: do szklanki wlać 2 łyżki zimnej wody lub soku i dodać ekstrakt z goździków i ekstrakt z piołunu. Zamieszać i wypić.

Po kolacji: wypić ekstrakt Antiquus rozcieńczony w 2 łyżkach wody lub soku.

Przed snem: na pusty żołądek, tzn. 1½ godz. po ostatnim posiłku, wypić Ekstrakt z zielonego orzecha rozcieńczony w małej ilości wody lub soku. Jeśli dziecko jest głodne, można mu podać mały posiłek lub owoc.

Dawki dla dzieci o wadze 20–25 kg

Dzień kuracji	Ekstrakt z goździków	Ekstrakt z piołunu	Ekstrakt z zielonego orzecha	Antiquus ekstrakt ziołowy	Okłady na wątrobę z „Płynu ziołowego” 10 min.
1–17	2 krople rano 2 w południe 2 wieczorem	3 krople rano 3 wieczorem	22 krople rano 22 wieczorem	22 krople rano 22 wieczorem	4 dzień 5 6 10 11 12

Dawki dla dzieci o wadze 26–35 kg

Dzień kuracji	Ekstrakt z goździków	Ekstrakt z piołunu	Ekstrakt z zielonego orzecha	Antiquus ekstrakt ziołowy	Okłady na wątrobę z „Płynu ziołowego” 6–11 lat 10 min, powyżej 12 lat 20 min.
1–17	3 krople rano 3 w południe 3 wieczorem	5 kropli rano 5 wieczorem	45 kropli rano 45 wieczorem	45 kropli rano 45 wieczorem	4 dzień 5 6 10 11 12

Dawki dla dzieci o wadze 36–45 kg

Dzień kuracji	Ekstrakt z goździków	Ekstrakt z piołunu	Ekstrakt z zielonego orzecha	Antiquus ekstrakt ziołowy	Okłady na wątrobę z „Płynu ziołowego” 6–11 lat 10 min, powyżej 12 lat 20 min.
1–17	5 kropli rano 5 w południe 5 wieczorem	7 kropli rano 7 wieczorem	67 kropli rano 67 wieczorem	67 kropli rano 67 wieczorem	4 dzień 5 6 10 11 12

Dawki dla dzieci o wadze powyżej 46 kg

Dzień kuracji	Ekstrakt z goździków	Ekstrakt z piołunu	Ekstrakt z zielonego orzecha	Antiquus ekstrakt ziołowy	Okłady na wątrobę z „Płynu ziołowego” 20 min.
1–17	7 kropli rano 7 w południe 7 wieczorem	10 kropli rano 10 wieczorem	5 ml rano 5 ml wieczorem	5 ml rano 5 ml wieczorem	4 dzień 5 6 10 11 12

Oczyszczanie jelit przeprowadzamy w cyklu 3 razy po 17 dni z przerwami trwającymi 2½ miesiąca.

Po zakończeniu cyklu oczyszczania jelit wskazane jest powtarzanie w odstępach półrocznych jednego 17-dniowego zabiegu oczyszczania jelit. W zależności od potrzeb zabieg można przeprowadzać częściej.

Oczyszczanie jelit – 17 dni (pierwszy raz)	Przerwa 2½ miesiąca	Oczyszczanie jelit – 17 dni (drugi raz)	Przerwa 2½ miesiąca	Oczyszczanie jelit – 17 dni (trzeci raz)	Po zakończeniu cyklu oczyszczania jelit (3 razy po 17 dni) wskazane jest powtarzanie w odstępach półrocznych jednego 17-dniowego oczyszczenia jelit.
--	---------------------------	---	---------------------------	--	--

Okłady na wątrobę z Płynu ziołowego

Do zabiegu należy użyć:

- „Płynu ziołowego do okładów” firmy Medi-Flowers
- termoformy z ciepłą wodą (nie stosować poduszki elektrycznej)
- folii plastikowej
- ręcznika i koca

Wykonanie okładu

Niewielką ilość „Płynu ziołowego do okładów” wetrzeć w okolicy wątroby, tzn. w okolicy prawej części brzucha pod dolnym żebrem. Okryć nasmarowane miejsce cienką plastikową folią, na którą następnie położymy ręcznik i przyłożymy ciepły termoform. Całość przykryć kocem.

Okład należy pozostawić na ciele przez 20 min (dzieci od 4 do 11 roku życia przez 10 min). Po zakończonym zabiegu nie trzeba zmywać skóry.

Zabieg należy przeprowadzić w następującym cyklu: 4 dni okładów i 2 dni przerwy. Korzystne byłoby pięciokrotne powtórzenie cyklu. Po pięciu cyklach zrobić minimum 2-tygodniową przerwę, zanim powtórzymy zabieg lub przejdziemy do okładów na inne organy wewnętrzne.

Podczas okładów wskazane jest picie około 1½ litra płynów dziennie.

Uwaga: Kobietom ciężarnym i podczas menstruacji nie wolno przeprowadzać tego zabiegu. W przypadku pojawienia się miesiączki zabieg należy przerwać, a po jej zakończeniu zacząć cykl od początku.

Okładów nie mogą stosować osoby, u których stwierdzono torbiele lub guzy na wątrobie.

Kuracja na oczyszczenie wątroby

Kuracja trwa 2 dni.

Nie wolno przekraczać czasu trwania kuracji ani zwiększać podanych dawek. Przerwy między kolejnymi kuracjami oczyszczania wątroby powinny wynosić od 2 do 5 tygodni.

Przed pierwszym oczyszczeniem wątroby wskazane jest oczyszczenie jelit.

Oczyszczania wątroby nie mogą przeprowadzać:

1. Osoby przeziębione lub chore na gripę.
2. Osoby, u których stwierdzono torbiele lub guzy na wątrobie
3. Kobiety w okresie miesiączkowania lub w ciąży oraz matki karmiące.
4. Dzieci poniżej 12 roku życia. Osoby w wieku 12–18 lat powinny przyjmować $\frac{3}{4}$ porcji przeznaczonej dla dorosłych.

Osoby cierpiące na niewydolność krążenia, choroby nerek czy problemy z sercem powinny przed rozpoczęciem kuracji skonsultować się z lekarzem specjalistą.

Uwaga palacze: Nikotyna osłabia efekty kuracji, dlatego warto wstrzymać się od palenia w czasie jej trwania (2 dni).

Oczyszczanie wątroby należy powtarzać wielokrotnie, aż w trzech następujących po sobie kuracjach nie będzie kamieni żółciowych (zielonych kuleczek).

Samooczyszczanie wątroby trwa do 5 tygodni po zakończeniu 2-dniowej kuracji. W tym okresie u niektórych osób mogą pojawić się: ogólne zmęczenie, ból gardła, objawy podobne do kataru lub kaszel. U chorych na egzemę lub łuszczycę możliwe jest przejściowe nasilenie się objawów. Zdarzają się również przypadki dyskomfortu psychicznego, wahania nastrojów, nadwrażliwość emocjonalna itp.

Co najmniej przez 2 tygodnie od zakończenia kuracji nie wolno przeprowadzać głódówki ani żadnych innych kuracji, aby nie osłabiać toczącego się procesu oczyszczania wątroby.

Składniki:

- sól gorzka (siarczan magnezu, *Magnesium Sulfuricum*)
- 1–2 czerwone grejpfruty – potrzebna ilość soku 1/2 szklanki (125 ml)
- Ornityna – 10 kapsułek 250 mg lub 5 kapsułek 500 mg. Do kuracji potrzeba 2500 mg czystej Ornityny bez żadnych domieszek, np. skrobi ziemniaczanej itp.
- oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia – pół szklanki (125 ml)

- słomka do picia
- półlitrowy słoik z pokrywką

Ilość soli gorzkiej potrzebnej do kuracji zależy od wagi ciała:

- 70 g dla osób o wadze poniżej 70 kg
- 80 g dla osób o wadze 70-80 kg
- 90 g dla osób o wadze powyżej 80 kg

Oczyszczanie wątroby należy tak zaplanować, aby cały drugi dzień mógł być dniem odpoczynku.

W trakcie 2 dni oczyszczania wątroby nie należy zażywać żadnych leków, o ile nie jest to bezwzględnie konieczne. Dzień przed rozpoczęciem kuracji należy przerwać zażywanie wszelkich mieszanek ziołowych oraz zaprzestać stosowania aparatu typu zipper.

Pierwszego dnia kuracji można przeprowadzić rano płukanie jelita grubego (lewatywę), ale nie jest to bezwzględnie konieczne.

Pierwszy dzień oczyszczania – posiłki nie powinny zawierać tłuszczu i produktów mlecznych, by nie obciążać wątroby. Polecane produkty to: kasza, chleb, miód, dżem, gotowane jarzyny, pieczone ziemniaki. Oprócz tego należy wypić minimum 1 litr wody. Ostatni posiłek w tym dniu należy spożyć najpóźniej o godz. 12.00. Do godz. 15.00 wolno przyjmować płyny.

Godzina 15.00: rozpuścić sól gorzką w 3 szklankach przegotowanej zimnej wody (razem 750 ml). Z tej ilości powstaną 4 porcje roztworu do picia po 3/4 szklanki (180 ml). Roztwór można schłodzić w lodówce i pić zimny.

Godzina 18.00: wypić pierwszą porcję rozpuszczonej soli gorzkiej, tj. 3/4 szklanki (180 ml). Po wypiciu można wypłukać usta czystą wodą.

Godzina 20.00: wypić drugą porcję (180 ml) rozpuszczonej soli. Przejść się po mieszkaniu lub krótko pogimnastykować, aby przyspieszyć oczyszczenie jelit pod wpływem działania roztworu soli.

Godzina 21.45: wlać 1/2 szklanki (125 ml) oliwy z oliwek do słoiczka z pokrywką. Wycisnąć grejpferty. Otrzymany sok precedzić, tak by uzyskać 1/2 szklanki czystego soku. Sok wlać do oliwy z oliwek, zamknąć słoik i dokładnie wstrząsnąć.

Godzina 22.00: ponownie wstrząsnąć oliwę z sokiem grejpfertowym. Połknąć 10 kapsułek Ornityny 250 mg (lub 5 kapsułek Ornityny 500 mg) i mały mi łykami – najlepiej przez słomkę – popić zażyte kapsułki. Resztę roztworu

ze słoika wypić w ten sam sposób w ciągu 5 do 15 min. Następnie położyć się na plecach z głową ułożoną wysoko na poduszce. Leżeć spokojnie, nie obciążając mięśni brzucha przez 20 min. Od tego zależy powodzenie całej kuracji. Czasami można wyczuć przesuwanie się kamieni w drogach żółciowych. Jest to zjawisko normalne i nie stanowi powodu do niepokoju.

Podczas procesu oczyszczania nie odczuwa się żadnego bólu, ponieważ sól gorzka rozszerza drogi żółciowe. Po 20 min relaksu można zmieniać pozycję, układając się swobodnie do snu. Polecam jednak, aby głowa i tułów pozostały ułożone wysoko na poduszce.

Następnego dnia rano: nie wcześniej niż o godz. 6.00 i nie później niż o godz. 9.00 wypić 3/4 szklanki (180 ml) rozpuszczonej soli (to już 3 porcja).

Dwie godziny później: wypić ostatnią, czwartą porcję rozpuszczonej soli.

Po 2 godz. od wypicia ostatniej porcji soli należy – w celu uzupełnienia cukru w organizmie – wypić 1–2 szklanki świeżego soku z pomarańczy i marchwi w proporcji 1:1 lub czystego soku z winogron.

Po upływie co najmniej godziny można zjeść nieco winogron, bananów lub jedno awokado. Dla uzupełnienia flory bakteryjnej w jelitach dobrze jest wypić trochę jogurtu naturalnego, kwaśnego mleka lub soku z kiszzonej kapusty. Po następnych dwóch godzinach można zacząć normalnie się odżywiać, unikając jednak początkowo tłustych potraw.

Możliwe reakcje na oczyszczanie

Od momentu wypicia pierwszej porcji soli gorzkiej i przez pozostały czas kuracji normalnym zjawiskiem jest luźny stolec. Drugiego dnia należy obserwować, czy w kale znajdują się różnej wielkości i kształtu zielone „kuleczki”. Ich obecność świadczy o pozbywaniu się przez organizm kamieni wątrobowych, bowiem jedynie żółć wątrobowa ma taki właśnie zielonkawy kolor.

Kuracja oczyszcza także drogi żółciowe z zalegającego w nich cholesterolu. Widać to wyraźnie, bo wyplukany cholesterol unosi się na wodzie w toalecie w postaci kożucha. Luźny stolec może się utrzymywać przez następne 2–3 dni. Po zakończeniu kuracji pierwszy poranny moczu może być mętny. Jest to zupełnie normalne, ponieważ organizm pozbywa się zanieczyszczeń.

Bezpośrednio po oczyszczeniu wątroby i przez kolejne 3 tygodnie polecam picie srebra koloidalnego, które wspomaga proces oczyszczania organizmu.

Godzina	Oczyszczanie wątroby
Pierwszy dzień	
07-12	Tylko lekkie posiłki i płyny. Należy unikać potraw tłustych, mięsa i wyrobów mlecznych.
12-15	Tylko płyny
15-18	Całkowity post
18	Wypić pierwszą porcję rozpuszczonej soli gorzkiej
20	Wypić drugą porcję rozpuszczonej soli gorzkiej
22	Wypić oliwę z oliwek z dodatkiem soku grejpfrutowego. Zażyć Ornitynę. Udać się na spoczynek.
Drugi dzień	
07	Wypić trzecią porcję rozpuszczonej soli gorzkiej
09	Wypić czwartą (ostatnią) porcję rozpuszczonej soli gorzkiej
11	Wypić 1-2 szklanki świeżego soku z pomarańczy i marchwi w proporcji 1:1 lub soku z winogron. Odпочywać.
12-13	Można zjeść trochę winogron, bananów, jabłek lub jedno awokado. Dobrze jest także wypić trochę jogurtu naturalnego, kwaśnego mleka lub soku z kiszanej kapusty, aby uzupełnić florę bakteryjną w jelitach.
15	Można zacząć przyjmować normalne pożywienie, unikając jednak początkowo tłuszczów.

Kuracja na oczyszczenie nerek i odkwaszenie organizmu

Kuracja trwa 9 tygodni. Przeprowadza się ją raz lub dwa razy w roku. Oczyszczenie utrzymuje się do 3 tygodni po zakończeniu zabiegu.

W przypadku silnego zanieczyszczenia nerek wskazane jest jednak powtórzenie zabiegu już po 6 tygodniach od zakończenia pierwszej kuracji.

Podczas oczyszczania można stosować aparat Medikzap, co wzmacnia skuteczność zabiegu. Nie jest to jednak bezwzględnie konieczne.

Nie należy łączyć tego oczyszczania z żadnymi innymi ziołami. Nie wolno przekraczać czasu oczyszczania podanego w poniższym schemacie ani zwiększać zalecanych dawek dziennych.

Oczyszczania organizmu nie mogą przeprowadzać kobiety w ciąży i matki karmiące.

Oczyszczania nie można przeprowadzać, gdy organizm jest osłabiony na skutek przeziębienia lub grypy.

Osoby z niewydolnością krążenia, niewydolnością nerek i problemami z sercem oraz innymi chorobami powinny przed rozpoczęciem oczyszczania skonsultować się z lekarzem specjalistą.

Osoby po 60 roku życia powinny rozpocząć oczyszczanie od 1/2 dawki. Jeśli samopoczucie podczas oczyszczania będzie dobre, można dawkę stopniowo zwiększać aż do pełnej.

Dzieci mogą przeprowadzać oczyszczanie od 16 roku życia (zastosować połowę porcji).

Należy pamiętać, że oczyszczanie organizmu nie zastępuje leczenia prowadzonego przez lekarza i że nie wolno przerywać przyjmowania zaordynowanych przez niego lekarstw.

Składniki:

- soda oczyszczona (wodorowęglan sodu, *Natrii hydrocarbonas*)
- korzeń hortensji (*Hydrangea arborescens*)
- korzeń sadzca (*Eupatorium purpureum*)
- korzeń prawoślazu (*Althaea officinalis*)
- liść mięty pieprzowej (*Folium Menthae piperitae*)
- Nefris – ekstrakt ziołowy (zawiera m.in. ziele nawłoci)
- magnez (pidolan/tlenek magnezu) – kapsułki
- natka świeżej pietruszki naciowej (cenne składniki odżywcze zawiera natka o szerokich liściach)
- korzeń pietruszki
- napój imbirowo-cytrynowy
- czysta wódka 40%.



OPIS KURACJI

Przed rozpoczęciem oczyszczania (również po jego zakończeniu) wskazane jest sprawdzenie odczynu pH moczu za pomocą papierka wskaźnikowego pH. Wartość pH pierwszego porannego moczu powinna być lekko zasadowa (pH 7,2 do 7,5). Jeżeli wartość jest niższa, to mówimy o zakwaszeniu organizmu, co powinno być dla nas sygnałem, że nasze nerki nie funkcjonują optymalnie i są mniej podatne na działanie kuracji. W takim przypadku należy rozpocząć od odkwaszania. Przy zasadowym odczynie (pH 7 lub wyżej) odkwaszanie można pominąć i przejść od razu do oczyszczania nerek.

Odkwaszanie organizmu

Przez pierwsze 3 tygodnie pić codziennie rano na czczo sodę oczyszczoną. Sodę oczyszczoną pije się z czystą wódką lub wodą. Woda użyta do roztworu nie może mieć temperatury wyższej niż pokojowa. Soda rozpuszczona w wodzie o wyższej temperaturze traci część swojej energii.

Do 20 ml (1½ łyżki stołowej) 40% czystej wódki dodać 2 krople soku z cytryny i pół łyżeczki sody oczyszczonej, zmieszać i wypić.

Wódkę można zastąpić 30 ml wody. Wiąże się z tym jednak spowolnienie procesu odkwaszania.

Po 3-tygodniowym zabiegu odkwaszania rozpocząć kurację ziołową.

OCZYSZCZANIE NEREK

Kuracja ziołowa: sporządzić trzy wywary ziołowe i napój imbirowo-cytrynowy według podanych poniżej przepisów. Pić codziennie przez 6 tygodni.

Wywar z korzenia hortensji, sadzca i prawoślazu: wieczorem wsypać do szklanki po pół łyżeczki każdego z wymienionych ziół. Zalać 250 ml zimnej wody i zostawić na noc. Następnego rana zagotować i gotować na wolnym ogniu przez ok. 15 min. Odcedzić. Po ostygnięciu dodać 15 kropli **ekstraktu ziołowego Nefris**. Zawartość szklanki należy przyjąć przed południem, popijając małymi porcjami tak, by cały proces zajął około jednej godziny.

Wywar z mięty: jedną łyżkę stołową suchych ziół zalać szklanką wrzątku (250 ml) i zaparzać przez 5 min. Odcedzić. Taką porcję pić dwa razy dziennie (rano i wieczorem). Jednocześnie z wieczorną porcją naparu należy przyjąć podaną na opakowaniu dawkę **magnezu**.

Wywar z natki pietruszki: 10 czubatych łyżek siekanej natki pietruszki (około 55 g) na 1 litr wody. Natkę wrzucić na gotującą wodę i gotować na wolnym ogniu pod przykryciem przez 15 min. Odcedzić. Wywar podzielić

na 5 porcji po około 180 ml każda i po przestudzeniu zamrozić. Każdego wieczoru wyjąć jedną porcję z zamrażalnika i przestawić do lodówki. Następnego dnia wyjąć wywar z lodówki i od razu wypić. W miarę potrzeby przygotowywać następne porcje wywaru.

Napój imbirowo-cytrynowy: każdego dnia wypijać dodatkowo 1 litr tego napoju (opis przygotowania napoju na końcu tego rozdziału).

Raz w tygodniu należy spożyć rozgotowane do miękkości dwa **korzenie pietruszki** średniej wielkości rozgniecione z 2 łyżkami stołowymi oliwy z oliwek i 2 łyżkami stołowymi posiekanej natki pietruszki. Powtarzać przyjmowanie tego purée co tydzień do końca trwania kuracji. Zalecam rozpoczęcie kuracji w poniedziałek, aby dzień spożywania tego przecieru wypadł w piątek.

Od 4 tygodnia kuracji ziołowej należy ponownie rozpocząć przyjmowanie **sody oczyszczonej** z wodką lub wodą według przepisu podanego wyżej i kontynuować przez ostatnie 3 tygodnie oczyszczania. Osoby, u których odczyn pH pierwszego porannego moczu był lekko zasadowy (pH 7 lub wyżej), nie muszą pić sody oczyszczonej.

Oprócz płynów wymienionych w kuracji należy podczas jej trwania pić dodatkowo co najmniej pół litra wody lub innych napojów dziennie.

1–3 tydzień kuracji odkwaszającej	Soda oczyszczona
1–3 tydzień kuracji ziołowej	Codziennie: wywar z mięty, wywar z korzeni hortensji, sadzca, prawoślazu, Nefris ekstrakt ziołowy, wywar z natki pietruszki, napój imbirowo-cytrynowy, magnez (pidolan/tlenek magnezu) Raz w tygodniu: zjadać przecier z korzenia pietruszki.
4–6 tydzień kuracji ziołowej	Codziennie: soda oczyszczona, wywar z mięty, wywar z korzeni hortensji, sadzca, prawoślazu, Nefris ekstrakt ziołowy, wywar z natki pietruszki, napój imbirowo-cytrynowy, magnez (pidolan/tlenek magnezu) Raz w tygodniu: zjadać przecier z korzenia pietruszki

NAPÓJ IMBIROWO-CYTRYNOWY

Składniki:

- ok. 120–140 g świeżego imbiru
- 5 cytryn
- 2 łyżki stołowe syropu klonowego (nie używać miodu)
- woda mineralna gazowana (osoby, które nie lubią wody gazowanej, mogą użyć niegazowanej)



Imbir obrać ze skórki i utrzeć na tarce o małych otworach. Cytryny umyć i sparzyć wrzątkiem. Żółtą skórkę zetrzeć na tarce, a z cytryn wycisnąć sok. Połączyć razem utarty imbir, skórkę z cytryn, sok z cytryn i syrop klonowy. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać. Przełożyć do gazy lub na gęste sitko i ocedzić sok. Miąższ wyrzucić. Do sporządzania soku nie należy używać sokowirówki, by zachować cenne olejki eteryczne. Odcisnięty sok przechowywać w lodówce nie dłużej niż 4 dni.

Do szklanki (250 ml) gazowanej wody mineralnej wlać 17 ml (jedną głęboką łyżkę stołową) soku imbirowo-cytrynowego. Przed rozcieńczeniem sok dobrze wymieszać. Wypijać codziennie cztery szklanki tak przygotowanego napoju.



Aparat Medikzap

Aparat Medikzap – zapper jest nowoczesnym aparatem elektronicznym, który przez emisję odpowiednio dobranych impulsów elektrycznych stymuluje i mobilizuje układ odpornościowy oraz zwiększa witalność, przywracając organizmowi naturalną równowagę i energię.

Programy aparatu Medikzap są dobrane tak, by wzmacniać poszczególne organy i przywracać im energię.

Program pierwszy – obszar pierwszy: układ kostny, mięśnie, system immunologiczny, układ krwionośny.

Program drugi: mózg, serce, wątroba, nerki, nadnercza, piersi, płuca, śledziona, tarczyca, jelito grube, macica, prostata, białe i czerwone krwinki, centralny układ nerwowy.

Program trzeci: jelito cienkie, jajniki, pęcherz moczowy, przewody moczowe, gruczoły limfatyczne, trzustka, pęcherzyk żółciowy, miednica, żołądek, skóra, włosy, paznokcie, błona maziowa, krtań, zatoki, narządy słuchu i wzroku. W obszarze tym mieści się również centrum równowagi hormonalnej i kwasowo-zasadowej.

Program czwarty jest programem ogólnie wzmacniającym i mobilizującym cały organizm.



Intrygujące wyniki badań

Medikzap firmy Medi-Flowers jest prawdopodobnie jedynym na świecie aparatem bakterio- i grzybobójczym, którego skuteczność została potwierdzona badaniami laboratoryjnymi.

Badania przeprowadzone w lubelskim laboratorium mikrobiologicznym dowiodły, że Medikzap skutecznie niszczy drożdżaka *Candida albicans*, wywołującego między innymi grzybicę narządów płciowych, owrzodzenie jamy ustnej, zapalenie języka, zmiany grzybicze w pachwinach i między palcami.

Wykazały ponadto, że aparat Medikzap skutecznie niszczy gronkowca złocistego (*Staphylococcus aureus*), który jest przyczyną wielu stanów chorobowych w organizmie człowieka.

Badania dowiodły również, że Medikzap nie niszczy pożytecznych bakterii w jamie ustnej, których zadaniem jest ochrona przed próchnicą zębów i stanami zapalnymi.

Zbadany dla porównania zapper skonstruowany według schematu z książki *Kuracja życia* autorstwa dr Huldy Clark okazał się nieskuteczny w zwalczaniu grzyba *Candida albicans* i gronkowca złocistego, a przy tym w znacznym stopniu wpłynął na zmniejszenie ilości pożytecznych bakterii.

Certyfikaty – raporty badań aparatu Medikzap z akredytowanego laboratorium TÜV w Holandii.

1. Test Report IEC 60601-1:2006. Ogólne wymagania bezpieczeństwa
2. TEST REPORT CONCERNING THE COMPLIANCE OF A MEDIKZAP, BRAND MEDI-FLOWERY APS, MODEL TA, IN ACCORDANCE WITH THE STANDARD: EN 60601-1-2:2007
Ogólne wymagania bezpieczeństwa – Kompatybilność elektromagnetyczna – Wymagania i badania.

Prace naukowe

Na Międzynarodowym Sympozjum Naukowym w Nałęczowie, pod patronatem Akademii Medycznej w Lublinie, przedstawione zostały dwie prace naukowe:

1. E. Puacz, L. K. Elmborg: *Studies on the Effect of Medikzap and NE 555 Devices Used in Natural Medicine on the Candida albicans Fungus Cells*, Polish Journal of Environmental Studies 1517-1519, 2006.
„Działanie prądów wytwarzanych przez aparaty Medikzap i NE 555 stosowanych w medycynie naturalnej na komórki grzyba z rodzaju *Candida albicans*”.
2. E. Puacz, L. K. Elmborg: *Evaluation Study on the Effect of Three Electric Currents on the Candida albicans Fungus Cells*, Polish Journal of Environmental Studies 1514-1516, 2006.
„Badania nad oddziaływaniem trzech rodzajów prądów elektrycznych na komórki *Candida albicans*”.

Wszyscy mogą – nie wszyscy powinni

Nie należy stosować podanych kuracji w następujących przypadkach:

1. Jeśli z jakiegokolwiek powodu nie wolno przyjmować więcej niż 1 litr płynu dziennie.
2. Jeśli w trakcie pojawiają się objawy przeziębienia, kurację należy przerwać i zacząć od początku po wyleczeniu.
3. W czasie ciąży i karmienia piersią. Zabiegi oczyszczające można rozpocząć najwcześniej 3 miesiące po porodzie, a w przypadku matek karmiących dopiero po 3 miesiącach od zakończenia karmienia.
4. W chorobie wrzodowej żołądka i/lub dwunastnicy kuracje można stosować dopiero po całkowitym wyleczeniu.
5. W trakcie leczenia antybiotykami.
6. Po każdym szczepieniu (np. przeciw grypie, tężcowi itp.). Kurację można rozpocząć dopiero po czterech tygodniach.
7. Po każdym zabiegu chirurgicznym (kurację ziołową można stosować dopiero po 3 miesiącach).
8. Jeśli jest się w trakcie zabiegów chemioterapii czy radioterapii. Wszelkie kuracje ziołowe należy zakończyć co najmniej na tydzień przed rozpoczęciem chemioterapii. Żadnej z omówionych tu kuracji nie można rozpocząć wcześniej niż 2 tygodnie po zakończeniu chemioterapii.
9. Jeśli przyjmuje się leki cytostatyczne.
10. W połączeniu z innymi kuracjami ziołowymi i homeopatycznymi, urynoterapią czy głodówką. Każdą z opisanych kuracji oczyszczających należy przeprowadzać osobno.

Podczas kuracji oczyszczających nie należy stosować octu jabłkowego, błonnika w postaci mieszanki babki płesznik i babki jajowatej ani zwiększonych dawek witaminy C. Nie pić wody z dodatkiem soli, nawet ze szczyptą.

Podane w książce kuracje nie zastępują leczenia zaordynowanego przez lekarza. Przy niewydolności krążenia lub nerek oraz przy problemach z sercem należy przed rozpoczęciem każdej kuracji czy używaniem aparatu Medikzap skonsultować się z lekarzem specjalistą.

Osoby po 60 roku życia powinny rozpoczynać kuracje od 1/2 dawki. Jeśli samopoczucie podczas kuracji na to pozwoli, dawkę stopniowo zwiększać aż do pełnej.

Chcę podkreślić, że jeśli się mieszka lub często przebywa w pomieszczeniach

zagrzybionych, przeprowadzanie kuracji oczyszczających organizm może mieć mniejszy efekt. Zarodniki grzybów i pleśni są bowiem silniejsze od najskuteczniejszych kuracji.

Ciepłe okłady z Płynu ziołowego na wątrobę, nerki, śledzionę, trzustkę, oskrzela, zatoki i stawy

Ciepłe okłady działają korzystnie przy zaburzeniach przyswajania i wydalania, oczyszczają i wzmacniają układ immunologiczny. Przywracają spokój wewnętrzny i dodają energii.

Produkty do zabiegów:

- „Płyn ziołowy do okładów” firmy Medi-Flowers,
- folia plastikowa,
- ściereczka bawełniana,
- termofor (nie stosować poduszki elektrycznej),
- „Indiański sekret” glinka kosmetyczna (niekoniecznie).

Płyn ziołowy do okładów firmy Medi-Flowers jest przydatny do zabiegów wspomagających funkcjonowanie wątroby, nerek, trzustki i śledziony. Pomocny przy zabiegach oczyszczających zatoki i oskrzela (rozrzedzają zalegającą wydzielinę i ułatwiają jej odkrztuszenie).

WYKONANIE OKŁADU NA WĄTROBĘ, NERKI, ŚLEDZIONĘ LUB TRZUSTKĘ

Niewielką ilość Płynu ziołowego do okładów wetrzeć w skórę w okolicy wybranego narządu. Nasmarowane miejsce okryć folią plastikową i cienką ściereczką bawełnianą. Na okład przyłożyć ciepły termofor na 20 min (dzieci od 4 do 11 roku życia przez 10 min). Całość przykryć kocem. Po zakończonym zabiegu nie trzeba zmywać skóry. Zabiegi należy przeprowadzać w następującym cyklu: 4 dni okładów i 2 dni przerwy. Dla pełnej skuteczności działania, cykl należy powtórzyć pięciokrotnie. Po pięciu cyklach zrobić minimum 2 tygodniową przerwę nim powtórzymy zabieg lub przejdziemy do okładów na inne narządy wewnętrzne. **Ciepłe okłady na oskrzela** – postępować jak wyżej z tą różnicą, że płyn należy wetrzeć zarówno w górną część klatki piersiowej jak i górną część pleców (na wysokości oskrzeli). Termofor przyłożyć wyłącznie na posmarowaną część pleców.

Podczas trwania zabiegów wskazane jest picie około 6-8 szklanek płynów dziennie.

W jednym pięciodobnym cyklu można przeprowadzać ciepłe okłady wyłącznie jednego narządu wewnętrznego. Np. wykonując ciepłe okłady na wątrobę nie należy jednocześnie przeprowadzać ciepłych okładów na nerki itp. Między dwoma zabiegami na narządy wewnętrzne należy zrobić co najmniej dwutygodniową przerwę. Natomiast okład na jeden z narządów (wątrobę, nerki, śledzionę, trzustkę lub oskrzela) można łączyć z ciepłymi okładami na zatoki i/lub stawy. Nie stosować ciepłych okładów na nerki podczas ziołowego oczyszczania nerek.

Uwaga: żadnego z podanych wyżej zabiegów nie wolno przeprowadzać kobietom ciężarnym i podczas menstruacji. Przy pierwszych objawach miesiączkowania należy zabiegi przerwać, a po zakończonej menstruacji podjąć przerwany cykl.

Ciepłe okłady na zatoki – niewielką ilość płynu wetrzeć w okolice zatok szczękowych i/lub czołowych. Na posmarowane miejsca przyłożyć plastikowe woreczki z ciepłą wodą. Zabieg nie powinien trwać dłużej jak 10 min.

Dla wzmocnienia efektu opisanych powyżej zabiegów na miejsca nasmarowane Płynem ziołowym można nałożyć warstwę **glinki kosmetycznej „Indiański sekret”**. Okłady z glinki wolno stosować wyłącznie w pierwszym i czwartym dniu cyklu.

Glinkę na okład przygotowujemy mieszając na gęstą masę trzy małe łyżeczki proszku (lub więcej) z niewielką ilością przegotowanej i lekko podstudzonej wody. Nakładana masa powinna być jak najcieplejsza, ale nie gorąca. Na warstwę glinki nakładamy folię plastikową i ciepły termoфор. Okład pozostawić na skórze przez około 20 min (dzieci 5-10 min). Następnie spłukać letnią wodą.

Glinka kosmetyczna „Indiański sekret” jest naturalnym produktem pochodzenia wulkanicznego. Działa głęboko oczyszczająco, usuwa zalegające w porach toksyny, wygładza, ujędźnia i odmładza skórę. Łagodzi podrażnienia i przyspiesza ich gojenie. Swoje skuteczne działanie produkt ten zawdzięcza ujemnemu ładunkowi elektrycznemu i zawartości ponad 50 minerałów.

Informacje o produktach firmy Medi-Flowers

Ekstrakt z zielonego orzecha – suplement diety. Wzmacnia organizm i reguluje pracę układu pokarmowego. Ma działanie przeciwbakteryjne i przeciw pasożytnicze. Stosuje się go w niezżytach żołądka i jelit, nadmiernej fermentacji jelitowej i wzdęciach. Zewnętrznie znajduje zastosowanie przy trądzikowych schorzeniach skóry.

W medycynie ludowej polecany także przy biegunkach oraz przeciw pasożytom, między innymi glistom jelitowym.



Ekstrakt z goździków – suplement diety. Wzmacnia organizm i reguluje pracę układu pokarmowego. Zapobiega wzdęciom i gazom, skurczom żołądkowym i jelitowym oraz przykreemu zapachowi z jamy ustnej.

Medycyna ludowa uważa goździki za naturalny środek przeciworobaczy.



Ekstrakt z piołunu – suplement diety. Wzmacnia organizm i reguluje pracę układu pokarmowego. Przyspiesza przemianę materii i ułatwia trawienie.

Polecany przez zielarzy na pobudzenie funkcji wydalniczych oraz jako środek odkażający i przeciworobaczy. Zewnętrznie do zwalczania pasożytów skóry (wszy, świerzbowce).



Antiquus – suplement diety. Ekstrakt ziołowy na bazie rozmarynu, lawendy, tymianku, melisy, mięty, pokrzywy, bzu czarnego. Sporządzony według receptury z 1364 r. Wzmacnia organizm i reguluje pracę układu pokarmowego. Ma działanie przeciwbakteryjne i przeciw pasożytnicze. Wspomaga przemianę materii i pozbywanie się związków toksycznych z organizmu. Wzmacnia system immunologiczny między innymi przy przeziębieniach, kaszlu, zatruciach pokarmowych, chorobach przewlekłych i bólach reumatycznych. Dodaje energii i działa ogólnie regenerująco.

Zewnętrznie stosuje się do dogłębnego oczyszczania skóry, zwłaszcza przy tendencjach do trądziku.



Olejek oregano ekologiczny– suplement diety. 100% olejek oregano, nierozcieńczany w oliwie z oliwek. Wyciąg z lebiodki pospolitej. Wzmacnia, uspokaja organizm i reguluje pracę układu pokarmowego. Ma silne właściwości bakteriobójcze, wiąże toksyczne produkty przemiany materii, wzmacnia wytwarzanie żółci oraz ilość wydalanego moczu, działa przeciwskurczowo i uspokajająco.

Olejek oregano jest środkiem od tysięcy lat znanym i uznanym przez medycynę naturalną. Już Hipokrates, jeden z najsłynniejszych lekarzy starożytnej Grecji, uważał go niemal za panaceum na wszystkie dolegliwości: niestrawność, katar i kaszel, bóle zębów, reumatyzm, infekcje układu moczowego. Znane jest też jego działanie przeciwgrzybiczne.



Nefris – suplement diety. Ekstrakt ziołowy na bazie ziela nawłoci, tymianku, mięty, pokrzywy, imbiru. Zawiera naturalne substancje czynne wzmacniające organizm. Działa wspomagająco na układ moczowy i przewód pokarmowy. Znajduje zastosowanie jako środek odtruwający dzięki zdolności wiązania oraz unieczynnienia toksyn i szkodliwych metabolitów. Uszczelnia drobne naczynia krwionośne.



Ekstrakt z rdestu ostrokończystego (rdestu japońskiego)

– Resveratrol – suplement diety. Rdest ostrokończysty jest jednym z najbogatszych źródeł naturalnego resveratrolu, który jest bodaj najsilniejszym znanym antyutleniaczem. Uznawany za prawdziwy eliksir zdrowia przedłużający życie. Przypisuje mu się ponadto istotną rolę w:

- ochronie przed zagrożeniami wirusowymi i bakteryjnymi,
- łagodzeniu stanów zapalnych,
- regulacji pracy układu pokarmowego i poprawie przemiany materii (szczególnie u osób otyłych),
- zapobieganiu procesom starzenia się i osłabienia organizmu,
- poprawie zdolności uczenia się, zapobieganiu kłopotom z koncentracją i pamięcią. Niektórzy badacze przypisują mu nawet zdolność zapobiegania chorobie Alzheimera,
- wywieraniu korzystnego wpływu na stan naczyń krwionośnych i cery.



L-Ornityna – środek spożywczy specjalnego przeznaczenia żywieniowego, szczególnie dla osób przy zwiększonym lub intensywnym wysiłku fizycznym. Produkt dostarcza składnika o działaniu regulującym metabolizm węglowodanów, tłuszczów i białka oraz ma działanie regenerująco-budulcowe.

Ornityna przyspiesza procesy odtruwania. Wspomaga pracę jednego z najistotniejszych filtrów organizmu – wątroby, co jest szczególnie ważne przy niezdrowym trybie życia.



Magnez+300 – suplement diety, zawiera w każdej kapsułce 300 mg najwyższej jakości magnezu o wysokiej biodostępności w postaci L-pidolanu i tlenku magnezu. Jak wykazały badania, związki te, pod względem przyswajalności przez organizm, przewyższają nawet powszechnie znane chelaty i są niemal 2,5 razy łatwiej absorbowane niż nieorganiczny chlorek magnezu.

Magnez pomaga w utrzymaniu zdrowych kości i zębów oraz przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania mięśni, w tym mięśnia sercowego. Niezbędny dla prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego.

Magnez ułatwia przemianę materii. Jest pomocny w przyswajaniu wapnia, zapobiegając jednocześnie odkładaniu się tego pierwiastka w nieodpowiednich miejscach organizmu. Stąd jego ogromny wpływ na stan i funkcjonowanie kości.

Produkt może być stosowany także przez wegan.



Płyn ziołowy do okładów. Sporządzony na bazie oleju arganowego i ekstraktu z ziół. Wspomaga funkcjonowanie wątroby, nerek, trzustki i śledziony. Pomocny przy zabiegach oczyszczających oskrzela i zatoki w przypadku przeziębienia lub grypy.

Znajduje również zastosowanie przy wszelkiego rodzaju bólach stawowych i mięśniowych, także przy nadwyrężeniach i stłuczeniach. Łagodzi objawy reumatyzmu.



Aneks

Wywiad z autorką

Kuracje mojego życia

Wywiad Andrzeja Zalewskiego z autorką książki *Skuteczne kuracje oczyszczające* Liliann Elmborg

Andrzej Zalewski: Jesteś autorką trzech książek o oczyszczaniu organizmu, o możliwości zapobiegania pewnym schorzeniom przez wzmocnienie układu immunologicznego.

Liliann Elmborg: Napisałam je z kilku powodów, a najważniejszym z nich jest nakłonienie moich czytelników do autentycznego zadbania o zdrowie. Poza tym nie mogę się nadziwić, że ludzie dbający o zewnętrzną czystość, zdają się w ogóle nie myśleć, o oczyszczeniu organizmu od środka. A przecież codziennie jesteśmy narażeni na działanie różnych szkodliwych substancji chemicznych, zarazków i pasożytów, z którymi nasze organizmy nie są w stanie się uporać.

Jeśli stosujemy w ogóle jakąkolwiek dietę to najczęściej wyszczuplającą i głównie z próżności, zafascynowani często fałszywą możliwością błyskawicznego odchudzenia się. Niewielu tylko z nas decyduje się na wysprzątanie organizmu ze złogów, usunięcie szkodliwych odpadów przemiany materii i ułatwienie mu prawidłowego funkcjonowania.

AZ: A jakie są twoje własne doświadczenia?

LE: Całe lata walki o zdrowie, o codzienną „normalność”. To moje przeżycia, moja choroba spowodowały, że zainteresowałam się medycyną naturalną, a ściślej – ziołolecznictwem i wpływem prądów na organizm człowieka. Eksperymentowałam też z nowymi kuracjami, których opisy zawarłam w swoich książkach.

AZ: Wydaje mi się, że twoja książka jest nie tylko ciekawą lekturą, lecz także doskonałym przewodnikiem, wademekum, które każdy zainteresowany tym tematem powinien mieć pod ręką.

LE: Starałam się, by zawierała ona nie tylko bogaty zbiór potrzebnych i skutecznych kuracji, lecz także by była jasna w odbiorze i przydatna na co dzień. Tekst powinien być jak szybka – przejrzysty. Słowa nie mogą być jak krzaki, przez

które trzeba się przedzierać, żeby dotrzeć do istoty rzeczy. Najistotniejsze jest to, aby ludzie zrozumieli, jak bardzo mogą pomóc sobie sami przez oczyszczenie organizmu. To naprawdę nie jest trudne. Wymaga tylko cierpliwości.

Z powodu coraz większego wpływu chemii na nasze otoczenie, głównie pożywienie, wszystkie nasze wewnętrzne filtry są coraz bardziej obciążane, ale my w bardzo wielu przypadkach nawet tego nie odczuwamy, dopóki zupełnie nie odmówią nam posłuszeństwa. Dopiero, gdy bardzo boli robimy analizy i badania, które mogą niczego nie wykazać, albo wykazują, że jest już za późno. Dlatego należy zwracać zawsze baczną uwagę na różnorodne objawy, które mogą wskazywać na obecność niepożądanych i dokuczliwych „współlokatorów” lub złożeń w naszych organach wewnętrznych. Takimi objawami mogą być: zmęczenie, depresja, lęki nocne, cienie pod oczami, uporczywe bóle głowy, moczenie nocne, choroby przewodu pokarmowego, przeróżne alergie etc., a nawet zgrzytanie zębami przez sen, tak pozornie niegroźne i tylko nieco uciążliwe.

Czy zdajesz sobie sprawę, że samo tylko oczyszczenie jelit nie tylko wspomaga i przyspiesza funkcjonowanie układu trawiennego, ale także ułatwia dostarczanie składników niezbędnych do funkcjonowania innych organów wewnętrznych, ułatwiając im walkę z różnymi zagrożeniami? Dodatkowym bonusem jest, że zabieg taki poprawia sylwetkę i cerę i może pomóc w usunięciu objawów zmęczenia i stresu.

AZ: Czy uważasz, że ludzie mogliby w ogóle obejść się bez lekarstw?

LE: Absolutnie nie. Nie neguję ogromnej roli i zasług medycyny. Szkoda tylko, że medycyna konwencjonalna w wielu przypadkach bezkrytycznie odrzuca starą mądrość ludową, doświadczenia całych pokoleń. I jeszcze to, że przy wielu chorobach nie szuka się i nie leczy ich przyczyn, lecz jedynie łagodzi objawy.

AZ: Nieco podobnie było w przypadku twojej choroby. Wielokrotnie zaleczanej, ale nigdy niewyleczonej. Odbiło się to mocno na twoim życiu osobistym. Skończyłaś w Polsce Akademię Muzyczną, kariera pianistki koncertowej stała przed tobą otworem i wtedy zaczęły się problemy. Ostre objawy astmy, alergii i reumatyzmu. Przez długi czas byłaś przykuta do wózka inwalidzkiego właściwie bez nadziei na jakąkolwiek poprawę. Ale nie poddałaś się i znalazłaś własną ścieżkę do zdrowia. Naprawdę skuteczną.

LE: Moje życie przez wiele lat było prawdziwym piekłem. Ale czasem cierpie-

nia i niepowodzenia motywują. Przeszłam wiele nieudanych prób leczenia zarówno zabiegami medycyny konwencjonalnej, jak i alternatywnej. Wtedy zaczęłam szukać ratunku w studiowaniu starych przepisów ziołoleczniczych i wszystkie je sprawdzałam na sobie. Po latach prób i błędów, których przecież nie można uniknąć (a na błędach człowiek uczy się najlepiej), znalazłam wreszcie właściwy i skuteczny program oczyszczania organizmu. Moja własną – jak mówisz – „ścieżkę do zdrowia”.

Myślę jednak, że i one nie do końca by mi pomogły, gdybym nie zaczęła jednocześnie stosować specjalnego aparatu, który emitując prądy elektryczne napełnia organizm energią.

AZ: Wreszcie udało ci się wyjść z pozornie beznadziejnej sytuacji...

LE: Walczyłam, bo chciałam żyć normalnie. A teraz moimi doświadczeniami, tą z trudem zdobywaną wiedzą chcę się dzielić z innymi. Nie tylko z tymi, którzy znajdują się w podobnej sytuacji, ale także z tymi, którzy są zdrowi i chcą zachować zdrowie jak najdłużej.

AZ: Co jest dla ciebie największą motywacją dzisiaj?

LE: Wykradanie naturze tajemnic i dzielenie się nimi z innymi. Moją życiową pasją jest szukanie naturalnych kuracji wspomagających układ odpornościowy.

AZ: Ale to „wykradanie tajemnic” dotyczy także zabiegów upiększających. W twojej książce obok kuracji oczyszczających znalazły się także przepisy kosmetyczne: kąpiele, okłady, masaże itd.

LE: Myślę, że każdy chce wyglądać dobrze i młodo. To nie tylko próżność. Atrakcyjny wygląd poprawia nastrój, dodaje chęci do życia. To ważne, bo pomaga w zmaganiach z własną słabością, motywuje do dogłębnego zajęcia się własnym organizmem. Wiesz, istnieje tu sprzężenie zwrotne: kuracje oczyszczające pomagają „od środka” zachować zdrowie, młodzieńczą energię, szczupłą sylwetkę i ładną cerę, ale trzeba czasu, aby rezultaty były widoczne. Zabiegi kosmetyczne poprawiają natomiast wygląd zewnętrzny. Ich efekty są szybciej widoczne, ale krótkotrwałe. To zjawisko synergii: jeśli chcemy dobrze wyglądać i zachować ten dobry wygląd możliwie najdłużej, to konieczne jest połączenie kuracji.

AZ: Czy podobne zjawisko synergii zachodzi przy łączeniu kuracji ziołowych z użyciem wspomnianego przez ciebie aparatu elektrycznego?

LE: Trochę tak. Ten aparat nazywa się Medikzap. Same kuracje ziołowe są skuteczne, ale aparat ten wzmacnia ich działanie, mobilizując system immunologiczny i przywracając naturalną równowagę energetyczną organizmu.

Już Edgar Cayce (1877–1945), największy mistyk i wizjoner amerykański, mówił o wpływie elektryczności na organizm człowieka. Według niego „u podstaw życia leży najprostsza forma wibracji elektrycznej”. To ona decyduje o prawidłowym funkcjonowaniu całego naszego organizmu. Działanie systemu trawiennego i nerwowego, myślenie i odruchy, percepcja otaczającego nas świata oparte są na impulsach elektrycznych. Niewielu z nas zdaje sobie sprawę, że zbyt mała ilość energii elektrycznej w naszych organizmach może doprowadzić do zachwiania równowagi pracy poszczególnych narządów i ich wzajemnego współdziałania, co w efekcie prowadzi do choroby. Dlatego dobrze jest czasem użyć takiego aparatu, który może podładować nasze wewnętrzne baterie.

AZ: Na rynku jest wiele urządzeń tego typu, popularnie zwanych zapperami, które podobno zwalczają pasożyty i grzyby.

LE: Tak, ale ja mówię o bardzo konkretnym aparacie Medikzap. Oprócz wspomnianych już funkcji wzmacniających urządzenie to skutecznie sobie radzi w zwalczaniu pasożytów, co zostało potwierdzone badaniami przeprowadzonymi w lubelskim laboratorium mikrobiologii. Jest to jedyny znany mi aparat na rynku, który przeszedł takie próby. Nawet mnie zaskoczyły tak pozytywne rezultaty tych testów.

AZ: Czy to znaczy, że skuteczność takich aparatów może być różna?

LE: Oczywiście. Dwa aparaty emitujące prąd jednokierunkowy pulsujący: Medikzap i zapper o tradycyjnej konstrukcji, poddano badaniom na skuteczność w zwalczaniu drożdżaka *Candida albicans*, który może powodować grzybicę jelit, narządów płciowych, owrzodzenie jamy ustnej, zapalenie języka i zmiany grzybicze skóry. Badanie wykazało skuteczność obu aparatów, z jedną wszak istotną różnicą: grzyb poddany działaniu aparatu Medikzap został zabity skutecznie, natomiast komórki *Candida albicans*, na które oddziaływano drugim z badanych aparatów, zachowały – mimo zahamowania ich rozwoju – zdolność rozrodczą i po 30 dniach ich liczba była taka sama jak w chwili rozpoczęcia badań. Wyglądało to tak, jak gdyby hodowli nie poddano żadnym zabiegom.

Podobne wyniki uzyskano w badaniach nad skutecznością obu wymienionych aparatów w zwalczaniu gronkowca złocistego (*Staphylococcus aureus*),

przyczyny wielu stanów chorobowych. Również w tym przypadku Medikzap bezpowrotnie zniszczył bakterie.

AZ: Czy zipper może także szkodzić pożytecznym bakteriom?

LE: Niestety, niektóre zippery mogą. Pozwól, że znów przywołam wspomniane wyżej badania. Dla celów porównawczych przeprowadzono badania nad wpływem aparatu Medikzap i zippera o tradycyjnej konstrukcji na pożyteczną florę bakteryjną w jamie ustnej człowieka. Badania laboratoryjne nie wykazały zmian w ilości i rodzajach pożytecznych bakterii u osoby poddanej oddziaływaniu aparatu Medikzap. Natomiast zipper o tradycyjnej konstrukcji w widocznym stopniu wpłynął na zmniejszenie ilości pożytecznych bakterii, stanowiących naturalną ochronę przed chorobotwórczymi mikroorganizmami. Jeśli po użyciu zippera zaczynają puchnąć i krwawić dziąsła, powinno to być sygnałem ostrzegawczym. Takie objawy nie są normalne i na pewno nie należą do procesu oczyszczania organizmu.

Szkód powstałych z tego powodu nie da się łatwo ani szybko naprawić. Tylko naiwni wierzą, że wystarczy połknąć tabletkę lub zjeść trochę jogurtu, aby przywrócić normalny stan równowagi. Widzisz więc, że niektóre zippery mogą szkodzić, a nawet być niebezpieczne.

AZ: W jakim sensie niebezpieczne?

LE: Ponieważ w reklamach są antidotum na wszystko i niektórzy ludzie w to wierzą.

AZ: Czy na zakończenie masz jakieś przesłanie dla Czytelników?

LE: Uważam, że główna zasada medycyny: „Po pierwsze nie szkodzić”, powinna obowiązywać wszystkich zajmujących się kwestią ludzkiego zdrowia. Chciałabym, by moja praca inspirowała do dalszych poszukiwań. Najważniejsze jest bowiem, by wsłuchać się w swój organizm, pozwolić intuicji dojść do głosu. Zaufać samemu sobie i naturze.

Każda nowa próba jest zawsze podróżą w nieznanne. Obojętne, czy jest to próba powrotu do zdrowia, czy odzyskania sił, czy zachowania energii i młodszej werwy. Chciałabym by w tej podróży przydała się moja książka. Nie jako jedynie słuszna, ale jako przewodnik, który pomaga wybrać właściwy kierunek.

Recenzja książki Liliann Elmborg *Skuteczne kuracje oczyszczające*

– przedruk z miesięcznika „Nieznany Świat” (2013, lipiec)

Dbaj o siebie, dbaj o swoje zdrowie – zalecenia te towarzyszą nam od dzieciństwa. Tak mówią rodzice, przyjaciele, lekarze. Rzadko jednak w ślad za radami idą konkretne wskazówki, jak to robić. W najlepszym przypadku ktoś jeszcze dorzuci: Nie pal..., Nie pij..., Nie denerwuj się, a w bardziej drastycznych sytuacjach ordynują nam kolejne tabletki.

W książce *Skuteczne kuracje oczyszczające* Liliann Elmborg opisuje przyczyny niektórych chorób, sposoby zapobiegania im oraz przygotowania organizmu do ich zwalczania. Znajdziemy tu m.in. **szczegółowe przepisy wielu kuracji oczyszczających, energetyzujących, a nawet upiększających**. Dowiadujemy się również, jak te kuracje prowadzić i jakie mogą być reakcje na nie naszego organizmu.

Często można spotkać się z pytaniem, czy oczyszczanie organizmu w ogóle jest potrzebne. Za odpowiedź niech posłuży informacja, że **w samym jelicie grubym gromadzą się śłogi o wadze do siedmiu kilogramów (!)**. Zanieczyszczenia kumulują się również w wątrobie, nerkach i innych narządach, tworząc trujące związki, które mogą być przyczyną groźnych dla życia chorób.

Ponadto w przewodzie pokarmowym zagnieżdżają się różnego rodzaju pasożyty. Nic dziwnego, że w obliczu tego rodzaju zagrożeń lekarze i terapeutki bywają bezradni.

Taką właśnie diagnozę usłyszała przed laty Liliann Elmborg leczona w wielu klinikach i przez licznych „uzdrowiaczy”. Pozostawiona sama sobie nie poddała się i – po wnikliwym studiowaniu tajników medycyny naturalnej oraz wpływu oddziaływania na organizm prądu o bardzo małym natężeniu - znalazła wreszcie skuteczne kuracje oczyszczające, które pomogły jej odzyskać zdrowie. Wiedzę tą dzieli się z czytelnikami w swojej najnowszej książce, która stanowi bardzo cenne źródło informacji dla wszystkich zmagających się z podobnymi przypadłościami.

Jest jednak jeszcze jeden nader istotny element tej edycji. Okazuje się ona bowiem bodaj pierwszą (a na pewno jedną z bardzo nielicznych) pozycją na rynku, która zamieszcza naukową dokumentację skutecznego działania przeciw pasożytniczemu aparatu typu zapper. Urządzeniem o jakim mowa, jest Medikzap firmy Medi-Flowery – i tylko on – bo, jak pisze sama autorka, *Jeśli jakaś firma reklamuje i sprzedaje zappery, twierdząc, że mają (...) właści-*

wości wiruso- i bakteriobójcze oraz lecznicze, powinna potwierdzić skuteczność ich oddziaływania badaniami laboratoryjnymi, a nie powoływać się na książkowe teorie sprzed kilkunastu lat, choćby nawet ich autorami były uznane autorytety.

Skuteczne kuracje oczyszczające to bardzo cenne vademecum, wskazujące drogę do skutecznych i oryginalnych kuracji. Książka okazuje się nie tylko pożyteczną, a jednocześnie – to istotne – ciekawą literaturą, ale też ważnym instrumentem motywującym i zachęcającym do pracy nad sobą.



Kontakt z autorką w języku polskim
email: LiliannElmborg@gmail.com

Autorka nie jest lekarzem i podawane przez nią przepisy i zalecenia nie stanowią i nie zastępują w żadnym przypadku porady lekarskiej. Podane w książce produkty są suplementami diety i żaden z nich nie stanowi substytutu zróżnicowanej diety.

Żadna z omówionych w tej książce kuracji nie zastępuje leczenia prowadzonego przez lekarza. W żadnym przypadku nie wolno przerwać przyjmowania lekarstw zaordynowanych przez lekarza specjalistę.

Copyright © by Liliann Kristinn Elmborg

Wszystkie prawa do powielania i publikowania treści książki są zastrzeżone.
Żaden fragment tej książki nie może być reprodukowany w jakiegokolwiek formie bez pisemnej zgody autorki.

Projekt: Krystyna Szczepaniak
Zdjęcia: Bella Laurina Elmborg

Smaczne zakończenie

Powitaj zdrowie chlebem (wikingów) i solą (himalajską).
Jeśli myślisz, że nie można upiec dobrego chleba bez mąki, bez zakwasu lub drożdży, to wypróbuj poniższy przepis, a przekonasz się, jaki pyszny i zdrowy wypiek uzyskasz.

Chleb wikingów

Składniki:

- 100 g pestek dyni
- 100 g ziaren słonecznika
- 100 g migdałów
- 100 g orzechów włoskich
- 100 g siemienia lnianego
- 100 g nasion sezamu
- 100 g orzeszków piniowych (zamiast orzeszków piniowych można użyć 100 g maku)
- 100 g suszonej żurawiny
- 6 całych jaj
- 100 ml oliwy z oliwek
- 2 małe łyżeczki soli (najlepiej soli himalajskiej)



Wszystkie składniki połączyć i wymieszać. Włożyć do formy wysmarowanej masłem. Forma powinna mieć pojemność około 1,5 litra. Chleb nie rośnie, więc forma może być wypełniona po brzegi. Piec przez 1 godzinę w piekarniku nagrzanym do 160 stopni .

Uwaga: nasion, orzechów i migdałów używać w całości, nie rozdrabniać.

Chleb przechowywać w plastikowym opakowaniu w temperaturze pokojowej do jednego tygodnia. Po upieczeniu chleb można również zamrozić.



Polecam moją książkę *Skuteczne kuracje oczyszczające* wszystkim zainteresowanym pogłębieniem wiedzy na temat oczyszczania organizmu, zdrowego stylu życia i odżywiania oraz metod naturalnej pielęgnacji ciała.

Liliann Elmborg

DLA KOBIET

Jeśli jesteś zbyt puszysta, jeśli widzisz w lustrze zmęczoną twarz, jeśli wydajesz się sobie mało atrakcyjna i nieseksowna, to...

DLA MĘŻCZYŹN

Jeśli jesteś w tali szerszy niż w barach, jeśli nie lubisz patrzeć na siebie przy goleniu, jeśli wszystko cię nuży i na nic nie masz ochoty, to...

...WYSTARCZY przeprowadzić te kuracje, a zaskoczą samych siebie i innych wspaniałymi rezultatami.

Oczy odzyskają młodzieńczy blask, oczarujecie wszystkich świeżością i dobrym humorem, będziecie promieniować pozytywną energią i seksapilem.



Liliann Kristinn Elmborg

W swoim dorobku ma takie książki jak: *Do zdrowia bez tabletek*, *Sekrety kuracji oczyszczających*, *Skuteczne kuracje oczyszczające*, opisujące metody oczyszczania, które jej samej pozwoliły wyjść z ciężkiej, długotrwałej choroby i odstawić do lamusa wózek inwalidzki, do którego przez wiele lat była przykuta.

W niniejszej publikacji autorka przedstawia 3 kuracje nie tylko skutecznie oczyszczające ze złogów i regenerujące organizm, ale także działające wzmacniająco, odmładzająco, formujące sylwetkę i dodające energii. Kuracje te są adresowane do wszystkich chcących zachować zdrowie i sprawność.

ISBN 978-83-60170-79-3



9 788360 170793



purana

www.purana.com.pl