

Reningskurer

Njurrening

1 liter vatten kokas upp (EJ i mikro, EJ i aluminiumkastrull). Ta kastrullen av plattan.

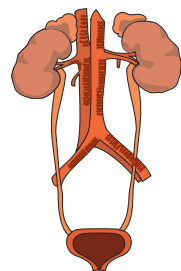
2 tsk persilja (OBS! Obesprutad) läggs i. Låt dra i 8-9 min. SILA DIREKT. Om ni glömmer drycken, så den råkar dra mer än 10 minuter = HÅLL BORT, det börjar bildas garvsyra efter 10 min.

För en person: 1 liter dryck räcker i tre dagar. Ska ej dricka större mängd per dag. Drick helst på morgonen aldrig i samband med kaffe – det förstör verkningen. Drick varm eller ljummen, men värm ej drycken igen, låt den stå framme i rumstemperatur.

Upprepa, så att man gör en kur på 2-4 veckor om man har värk i kroppen. Undvik apelsiner m.fl. Det är okay att dricka denna dryck i längre perioder.

Om man ej hittar obesprutad (KRAV) persilja, så kan man köpa persiljerot på hälsokosten och använda det teet i stället. Det är inte lika viktigt att passa tiden med det och man kan återanvända de torkade rötterna EN gång, men med hälften av vattnet.

Genom Bowmanns kapslar (njurarnas filter) cirkulerar "4 badkar blod"/dag! Vi har ca 5 liter blod. Så, det blir några vändor...!



Slemrening:

1 glas rumstempererat vatten

1 tsk citron (KRAV)

1 knivsudd cayennepeppar (KRAV).

Drick detta på morgonen och EJ i samband med kaffe. Det rensar slem i hela kroppen. OBS! denna kur är lämplig 10-14 dagar EJ längre.

Helkroppsrensning

1 msk kallpressad solrosolja (KRAV)

Håll i munnen ca 15 min. Spotta ut tidigare om det blir jobbigt. OBS! svälj inget.

Spotta ut i toan.

1 tsk bikarbonat + 1 glas vatten.

Borsta nu tänderna med bikarbonat och vatten!

Kuren görs morgon/förmiddag i 10 dagar - EJ längre.

OBS! Är du gravid får du EJ göra denna kur. Den är drivande...