

## **Очищение организма, рекомендованные тибетской и народной медициной.\***

О необходимости очищения организма говорили древние врачи, например, Гиппократ и Авиценна, русский врач современности П.М. Куренков был борцом за чистоту кишечника. При раскопках древних цивилизаций, шумер например, было найдено приспособление для клистирования кишечника, похожее на кружку *Эсмарха* - резиновая ёмкость, напоминающая грелку с длинной отводной резиновой трубкой с наконечником.

При переедании, при спешном плохом пережёвывании пищи, при злоупотреблении животными продуктами, при нерегулярном приёме пищи и смешивании белковой и углеводной пищи в желудке начинается процесс брожения вместо переваривания, пища превращается в гниющую разлагающуюся массу, а желудок напоминает сточную яму. Поверхность его размягчается, утончается, слизистая желудка воспаляется, что приводит к гастриту, затем к язве и опухоли. В толстой кишке скапливаются большие завалы разлагающихся отходов непереваренной пищи, а мощная всасывающая система толстого отдела кишечника поставляет в организм поток отравляющих веществ трупного содержания. Это вызывает воспалительные процессы и боли. Обезболивающие препараты, как правило, оказываются бессильными. Так **смерть** идёт из **кишечника**.

Наполовину переваренная, начавшая гнить и бродить пища поступает из желудка в тонкий кишечник, потом в толстый, подвергая его огромному напряжению и выводит из строя весь желудочно-кишечный тракт. Непереваренные, нерасщеплённые на отдельные молекулы продукты, не могут пройти через поры кишечника в кровь, оседают на слизистой кишечника, разлагаются, отравляют организм, превращаются в каловые камни, накапливаясь в складках-карманах толстой кишки и постепенно могут сделать кишечник непроходимым, вызвать воспаление всего кишечника, привести к смерти.

Куренков уверял, что длительность жизни человека зависит от степени деформированности толстой кишки. В толстой кишке имеется множество нервных окончаний связанных с внутренними органами и частями тела. Чтобы устранить патологию в каком-то органе, следует промыть от наскоившихся отходов нервные рецепторы этих органов в толстой кишке. При любом нарушении здоровья, будь то повышение температуры или кровяного давления, боли в животе, в сердце, головные боли, затруднённом дыхании, депрессии, нервозности и т. д., начинать лечение следует с очистки кишечника, а не с глотания таблеток.

Мы сами отравляем себя, боясь расстаться с «мешком навоза», яды которого, циркулируя с кровью по всему телу, приводят к заболеваниям: язвы желудка и двенадцатипёрстной кишки, камни в почках и печени, аллергии, кожные заболевания, цирроз печени, хронический артрит, анемии, псориаз, хронические дизентерии, раковые опухоли, запоры, невриты, хронические инфекции мужских и женских половых органов и мочевого пузыря, аппендицит, геморрой, варикозное расширение вен, тромбофлебит, бесплодие, нервные и психические расстройства.

Очистка семиступенчатая и только в такой последовательности.

**1. Промывание кишечника.** Делать промывание 3 дня утром и вечером.

Утром готовить раствор - на 2 литра охлаждённой до температуры тела кипячёной воды отжать сок одного лимона. Наконечник трубки кружки Эсмарха окунуть в растительное масло и ввести в задний проход. Положение – на локтях и коленях. Живот расслабить, дышать ртом. Подольше сдерживать дефекацию (позывы),

для лучшего омывания стенок кишечника сделать с десяток круговых вращательных движений животом или массаж живота движением по часовой стрелке (справа налево).

Три недели можно утром выпивать стакан воды, в которую отжали сок одного лимона. Лимон залечивает ранки слизистой желудка при гастрите и восстанавливает флору.

Вечером клизма с таким раствором – в 2 литра воды отжать сок целой головки чеснока. Выпивать стакан воды, в который мелко нарезать зубчик чеснока, не жевать, чтобы не было запаха чеснока изо рта. Лимонная кислота растворяет каловые камни, а чеснок убивает бактерии.

Если здоровый человек делает промывания **впервые**, а кишечник очень забит отходами, то придётся промывания делать неделями: одну неделю - каждый день, вторую неделю – через день, третью неделю - через 2 дня, 4-ю неделю - через 3 дня. Пятую неделю - один раз. Затем кишечник промывается один раз в неделю. Очень больным людям приходится, чтобы очиститься и вылечиться, промывать кишечник каждый день до 6 месяцев. А после выздоровления желателен промывать кишечник пожизненно раз в неделю.

Кишечник имеет длину 12-16 метров, это химический комбинат, который перерабатывая пищу, производит стройматериалы для непрерывного построения тканей нашего тела. Промывание подкислённой водой лимоном очищает кишечник и возвращает кишке природную микрофлору и угнетает гнилостные микроорганизмы, которые процветают при залежах кала в толстой кишке. Но ни в коем случае не применять искусственную лимонную кислоту, недопустимо применение мочи, минеральной воды, настоя трав, слабительных, Рапы (вода минеральных (соляных) озёр). Слабительные и минеральная вода иссушают стенку кишечника, Рапа имеет щелочную реакцию, что делает толстую кишку мёртвой, ослабевает иммунную защиту организма, провоцирует заболевание крови. Микрофлора вымывается минеральной водой, а подкислённая вода наоборот поддерживает микрофлору кишечника. При промывании зашлакованного кишечника солёной водой клапаны ж.-к. тракта человека не могут открыться и очистка просто ничего не даёт.

Позиция официальной медицины в этом вопросе совершенно необъяснима, нелогична, противоречива.

В процессе промывания могут возникнуть боли. Это естественно. До очищения каловые массы подпирали и сдвигали внутренние органы, теперь же желудок, печень и другие органы брюшной полости начинают занимать свои естественные места. Эти движения вызывают болезненные ощущения, их надо перетерпеть.

При гастрите, язве желудка и 12-перстной кишки обязательно промывать кишечник клизмами. Клизмы не тревожат желудок, омываться водой будет только участок толстой кишки длиной в 40 см., но и этого достаточно, чтобы омерзительная масса, залегающая выше, пришла в движение и вышла из тела.

При геморрое врачи часто предлагают операцию. Прямая кишка - это зона двойного клапана, наглухо закрывающего выход из кишечника в окружающую среду. Двойной контроль обеспечивают круговые и поперечнополосатые мышцы. При переполненном кишечнике каловыми массами возникает напряжение и повышенное давление в венах прямой кишки, что мешает венам этого отдела возвращать кровь к сердцу. Обратные клапаны вен перестают выполнять свою функцию, как это бывает при варикозном расширении вен в ногах. Возникает застой крови, образуются «шишки» и кровавые пузыри из растянутых вен. Они даже вываливаются из заднего прохода. Выход только один- хорошо промыть кишечник и поддерживать его правильное функционирование.

Болезни органов дыхания: бронхит, астма, учащённое дыхание спровоцированы также забитым каловыми камнями кишечником. Органы дыхания расположены в грудной полости и отделены от брюшной мощной мышечной перегородкой-

диафрагмой, которая обеспечивает акт дыхания. Когда она опускается, то растягивается, лёгкие вдыхают воздух. Когда диафрагма поднимается, лёгкие сжимаются-происходит выдох. Переполненный кишечник сдвигает со своих мест органы брюшной полости, диафрагма не может опускаться и растягивать лёгкие.

**2. Борьба с дисбактериозом.** Внедряясь в слизистую оболочку желудка и кишечника, бактерии питаются нашей кровью и отравляют нас продуктами своей жизнедеятельности, вызывают боли в желудке, кишечнике, запоры, поносы, метеоризмы (вздутие газами). Чтобы уничтожить бактерии, надо в течение *недели-двух* утром натощак и без хлеба съедать за час до завтрака *зубок чеснока*, и ещё зубок-спустя 2 часа после ужина. Будет жжение и боли, надо перетерпеть, продолжать приём чеснока- прекрасного природного антибиотика.

**3. Очистка суставов.** *5 гр. лаврового листа* кипятить в течение *5 минут в 300 мл воды* в открытой посуде, чтобы улетучились раздражающие почки эфирные масла. Затем отвар в термосе настаивать 3-4 часа, первые 20 минут не закрывать термос. Затем отвар слить и принимать маленькими глотками в течение 12 часов. Большая доза может спровоцировать кровотечение в желудке, почках, матке. Так готовить и пить отвар 3 дня. В первый год очистку проводить ежеквартально, а потом раз в год.

**4. Очистка печени.** При **циррозе** печени и при **желчнокаменной болезни** следует очищать кишечник и печень. Из всей энергии, которую вырабатывает человек, 50% затрачивается на зрение, 40 %-на обезвреживание шлаков, поступающих с кровью из толстого кишечника, и только 10 % направляется на жизнеобеспечение организма. В основном усилия на очищение крови ложатся на печень. Ни один вид не может жить в создаваемых им отходах. Печень вынуждена обезвреживать поступающие в организм алкоголь, пестициды, гербициды, нитраты, лекарства, а также огромное количество токсинов, поступающих из каловых запасов в толстой кишке. Переполненный каловыми камнями кишечник, увеличиваясь в размере, сдвигает печень, «выживает» её из своей «квартиры».

Печень очищает кровь от билирубина- трупов эритроцитов, которые отжили свой 120-дневный срок. Билирубин выкристаллизовывается в печени в камни. После хирургического удаления камней в желчном пузыре остаётся зашлакованность организма, раньше о загрязнении сигнализировал желчный пузырь, а после операции он отсутствует. В печени начинает ещё больше накапливаться билирубиновых камней. Надо очищать печень обязательно после операции, а лучше не допускать операции.

#### **Большая чистка печени.**

Желательно неделю перед очищением печени соблюдать вегетарианскую диету, а потом 3 дня голодать, делать клизмы утром и вечером, много пить воды и живой яблочный сок. Живой сок получается, если его выжать перед употреблением из свежих яблок. Такой сок сохраняет целебные свойства, даёт хорошее чувство утоления голода и запас сил. Можно для утоления голода пить бульон, или тёплую воду с мёдом.

На третий день голода и очищения кишечника клизмами начать в 19 часов очищение печени. В это время в соответствии с суточным биоритмом печень начинает расслабляться, весь запас энергии человека готов послужить её оздоровлению.

Очищение печени надо непременно проводить после очищения кишечника, чтобы шлаки из печени свободно вышли, а не стали причиной отравления кишечника.

Приготовить *200 гр. оливкового масла* и *200 гр. свежесжатого лимонного сока*. Лечь в постель на спину, на область печени положить горячую грелку. Каждые 15 минут выпивать по 3 столовые ложки масла и сразу следом 3 столовые ложки лимонного сока, 15 минут греть печень грелкой.

Масло обеспечивает облегчённый выход камней, ткани разложившейся печени, билирубиновых и холестеринаных пробок. Лимонный сок предотвращает тошноту, очищает печень. Заменять эти продукты недопустимо. Нельзя нарушать интервалы (15 мин.) приёма и количества масла и сока, ибо тогда некоторые камни могут остаться в желчном пузыре и вызвать боли через несколько дней.

Выброс камней начинается утром и продолжается сутки и более. Головная боль, тошнота, боль в глазах- симптомы отравления выброшенной из печени желчью. Чтобы облегчить выброс камней, следует делать клизмы, начиная уже в 23 - 23:30, всего 8-10 клизм за сутки после процедуры очищения печени.

При **раке печени** очистку проводить еженедельно раза 3-4. Здоровым людям в первый год проводить очистку печени раз в квартал в целях профилактики, потом – один раз в год.

#### **Малая чистка печени.**

Малую чистку печени рекомендуется проводить регулярно - как минимум один раз в год (период: конец февраля – начало апреля) в профилактических целях.

Утром выжать сок одного лимона и разбавить тёплой (кипячёной ) водой до 2/3 стакана. Можно подсластить одной чайной ложкой мёда (для тех, кому слишком кисло). Выпить мелкими глотками натощак за 20 мин. до завтрака. Так делать 7 дней подряд. После недельного перерыва можно повторить. Хорошие результаты даёт 3-х разовая серия.

**5. Очистка почек.** 7 дней питаться только *арбузами с чёрным хлебом*. В течение недели ежедневно в 3 часа ночи, когда согласно биоритму наступает время активной деятельности почек, садиться в горячую ванну и прямо в ней съесть весь арбуз с чёрным хлебом. Ванна расслабляет почки и стимулирует выход песка и камней. Мочиться надо прямо в ванну. Часто песок выходит сразу. Иногда требуется повторить процедуру через 2-3 недели. У женщин песок выходит безболезненно, у мужчин ощущается резкая боль в мочеиспускательном канале.

Если арбузов нет, то 6 дней на фоне вегетарианского питания и очистки кишечника заваривать и пить травяной чай: 50 гр. *зверобоя, душицы, шалфея, Melissa, спорыша, полевого хвоща* в равной пропорции. На седьмой день за 30 минут до еды приготовить 100-150 мл травяного настоя, добавить в него 5 капель *пихтового масла*, хорошо размешать и выпить через соломинку, чтобы пихтовое масло не разрушало эмаль зубов. Эту смесь пить 3 раза в день 5 дней подряд. Песок будет выходить с бурными масляными пятнами в моче. Камни могут раствориться и выйти с мочой.

**6. Очистка лимфы.** Лимфа это жидкая внутренняя среда организма, из неё клетки тела получают питательные вещества и кислород, выделяя взамен продукты своего обмена- углекислоту, мочевины, мочевую кислоту, но главная задача лимфы- защита от инфекций.

Три дня питаться только соками фруктов по рецепту и талой водой. С утра выпить столовую ложку глауберовой соли, растворённую в 100 гр. талой воды. *Талая вода* готовится так: воду из-под крана довести до кипения, остудить и поставить в морозилку, потом разморозить. Через полчаса принять горячий душ, или парную, или сауну, чтобы ускорить потоотделение. Через каждые 30 минут пить по 100 гр. заранее приготовленный очистительно- питающий сок из 900 гр. сок *апельсина*, 900 гр. сок *грейпфрута*, 200 гр. сок *лимона*, 2 литра *талой воды*. Заранее купить 1 кг лимонов, 3,5 кг. грейпфрутов и столько же апельсинов. Разделить на три порции и ежедневно выжимать сок.

**7. Очистка кровеносных сосудов,** которые у большинства людей покрыты изнутри отложениями холестерина, никотина, других шлаков. Выход гормонов и антител из сосудистых желез в кровь закупоривается, сопротивляемость организма снижается болезням.

В большой 2-литровый термос поместить *2 стакана натурального мёда, 1 стакан толчёного укропного семени, 2 столовые ложки молотого валерианового корня, залить* кипятком. Сутки настаивать, принимать по одной столовой ложке за 30 минут до еды, пока весь настой не будет выпит.

#### **8. Чистка желудка.**

Поужинать в 18:00 часов. Пища подвергается в желудке в течении 3-х часов химическим реакциям. После этого открывается привратник желудка и пища уходит в кишечник. Надо до этого, в 20:30 час. прочистить желудок. На 1 литр тёплой воды положить 1 столовую ложку соды, чтобы не обжигать пищевод при рвоте. Выпить сначала 0,5 литра воды и вызвать рвоту. Затем опять выпить 0,5 литра воды и снова вызвать рвоту. Если рвотная вода ещё мутная, то нужно ещё выпить 0,5 литра содовой воды и вызвать рвоту. Таким образом вы приготовите себя на чистую ночную биохимию.

\* \* \*

#### **Содовые ванны.**

Содовые ванны применяются в целях очистки организма от шлаков, кальция. Они могут быть сравними с ванными с морской солью, только более эффективны. Сода проникая через поры кожи растворяет кальк и шлаки, нейтрализует токсины, находящийся в мышцах, суставах, позвоночнике, а также снимает воспалительные процессы и успокаивает боли. Такие ванны рекомендуется проводить регулярно - как минимум один раз в год (период: конец февраля – начало апреля) в целях профилактики.

Вечером набрать ванну с водой и высыпать туда пачку соды (500 гр.). Температура воды 32-35°C. Лежать 30 мин., добавляя по желанию горячую воду. После ванны ополоснуться под душем. После этого укрыться тёплым одеялом. Так делать раз в два-три дня десять раз подряд. Содовые ванны не имеют противопоказаний, поэтому могут применяться в течении всего года по желанию или по необходимости.

\* Рекомендованные процедуры производятся по собственному желанию и под собственную ответственность.