

SAĞLIĞINIZA BAKMAK KENDİNİZE BAKMAKTIR Şifa dileğiyle

KARACİĞERİN YIKANMASI (TEMİZLENMESİ)

Karaciğer vücudumuzdaki toksinlerden arındırıcı en önemli organımız olarak bedenin dengesini korur. Karaciğerin kimyasal yeteneği kalbinizin güçle atışına, kan damarlarınızın açık olmasına, sindiriminizin kusursuzluğuna, beyninizin keskin zekasına ve kaslarınızın gücüne temel oluşturur. Virüsler ve bakterilerle savaşım onları vücudumuzdan atar. İlaçların tehlikeli artıklarından temizler. Bu süper kimyacı besinlerden enerji üretir. Yani karaciğeriniz hayatınızdır.

Karaciğerin yıkanması bu organ için bir bakıma detoks uygulamasıdır.

200 ml temiz su

İçine 1 baş sarımsak ezmeden soyularak,

İri bir parça taze zencefil ezmeden,

4 yemek kaşığı sızma zeytinyağı,

100 ml taze sıkılmış elma suyu,

kariştirilip en az 12 saat bekletildikten sonra bu karışımdan 1 çay bardağı aç karına için

Yarım saat sonra karahindiba çayı 1 çay bardağı içilecek

Yarım saat sonra çeyrek çay kaşığı toz Arnavut biberi 1 çay bardağı suyla kariştirip için

4 gün süreyle uygulayın.

Beşinci gün

1 büyük bardak suya 3 yemek kaşığı saf süzme bal, çeyrek çay kaşığı karabiber ve bir limonu sıkıp suyunu ekleyip kariştirin. Taze hazırlayıp bekletmeden için.

İleri derecede karaciğer ve böbrek yetmezliği olanlar ve karaciğer kanseri olanların kullanması sakıncalıdır.