

## Sicherheitshinweis / Haftungsausschluss

Alicia Kusumitra stellt in diesen Reinigungen ihren persönlichen Heilungsweg und alternative Heilmethoden dar. Alicia Kusumitra kann zu keinem Zeitpunkt, aufgrund Handlungen anderer, insbesondere sich selbst behandelnde, Personen zur Verantwortung gezogen werden. Sie weist ausdrücklich darauf hin, dass sie keine Behandlungen vornimmt oder den ärztlichen Rat und medizinische Untersuchungen ersetzt. Alle in diesem Ausschnitt beschriebenen Behandlungen / Reinigungen sind öffentlich zugänglich und alternativen Gesundheitsberatern, Heilpraktikern, Wissenschaftlern und einigen Doktoren bekannt. Die Entscheidung diese Methoden an sich selbst anzuwenden liegt voll und ganz in deinem Verantwortungsbereich.

## Leber-Galle-Reinigung

Die Gallenflüssigkeit wird in den Leberzellen gebildet und über die Leberkanälchen in der Gallenblase gespeichert, bis sie für die Verdauung benötigt wird. Sobald Fette aus der Nahrung in den Dünndarm gelangen, zieht sich die Gallenblase zusammen und pumpt die gespeicherte Gallenflüssigkeit in den Darm, wo sie die Aufnahme der Fette in die Darmschleimhaut ermöglicht. Gallensteine entstehen, wenn die Gallenflüssigkeit zäher wird und verklumpt. Ist der Stein groß genug um den Gallenfluss zu behindern, entsteht Übelkeit, Druck- und Völlegefühl nach dem Essen. Wenn die Gallenblase versucht den Stein abzustößen entsteht eine Kolik.

Wenn Gallensteine den gemeinsamen Ausgang von Gallengang und Bauchspeicheldrüsengang verstopfen, kann sich sogar die Bauchspeicheldrüse entzünden.

Viele bemerken erst, dass mit der Galle etwas nicht in Ordnung ist, wenn es zu einer Kolik kommt. Die meisten Menschen haben jedoch, durch die heutige Fehlernährung und auch durch Parasiten, Gallensteine.

Einige Symptome sind:

- Schlafprobleme
- Übelkeit
- Verdauungsprobleme, wie häufiges Aufstoßen, Blähungen, Verstopfung
- Allergien
- Ekzem
- Wut
- Depressionen
- Menstruationsprobleme
- Kopfschmerzen
- Unreine Haut
- Akne
- Augenprobleme

Eine Leber-Gallereinigung ist auf jeden Fall sehr wirksam, nicht nur um die Leber und Galle, sondern auch, um unseren gesamten Organismus zu reinigen. Man fühlt sich danach viel leichter, auch emotional wird man von Wut befreit, denn die Leber ist der Sitz der Wut.

Bevor ihr die Leber-Galle Reinigung beginnt, solltet ihr auf jeden Fall ein Parasitenprotokoll durchführen, denn es könnten Parasiten in der Leber sein.

Ich empfehle die Leber-Galle Reinigung auf folgende Art durchzuführen:

Die Woche vor der Leber-Galle Reinigung solltest du dich frei von tierischen Fetten ernähren, keinen Zucker und nur gute hochwertige Öle, wie Natives Olivenöl zu verwenden. Trinke drei Mal täglich ein Glas Wasser mit 4-8 Esslöffeln Apfelessig, das weicht die Steine auf. Als Alternative kannst du auch 0,5 Liter Chanca Piedra Tee trinken (oder auch in Kapselform), dieses löst Steine langsam auf (Chanca bedeutet zertümmern oder zerfallen, und Piedra bedeutet Stein).

Dann am 7. Tag isst du am Morgen frisches Obst oder glutenfreies Brot mit veganem Aufstrich. Am Mittag isst du Reis mit gedünstetem Gemüse (oder noch besser: Rohkost). An diesem Tag solltest du auf Öl komplett verzichten, denn es könnte die Ausscheidung der Steine vermindern. Bitte nimm an diesem Tag keine Medikamente / Vitamine zu dir.

Ab 14.00 Uhr darfst du nichts mehr essen und nur noch Wasser ohne Kohlensäure zu dir nehmen.

18.00 Uhr:

Trinke ein Glas mit 200 ml Wasser und einem gehäuften Esslöffel Bittersalz (Magnesiumsulfat). Bittersalz wirkt abführend und öffnet die Gallenkanäle, so dass auch große Steine passieren können.

20.00 Uhr:

Trinke ein weiteres Glas 200 ml Wasser mit einem gehäuften Esslöffel Bittersalz.

22.00 Uhr:

Bereite eine lauwarme Wärmflasche vor.

Gebe 120 ml reines, natives, kaltgepresstes Olivenöl in ein Glas mit Schraubverschluss. Presse 90 ml frischen Zitronensaft und 90 ml frischen Orangensaft und filtere ihn. Gebe den Saft zu dem Öl und schüttel das Glas mit Deckel einige Mal, so dass sich das Öl mit dem Saft vermischt.

Trinke nun alles innerhalb von fünf Minuten mit dem Strohhalm. Ich empfehle dir das Gemisch in einem Zug zu trinken, denn sobald man stoppt, fällt es schwer weiterzutrinken.

Sobald du das Glas entleert hast, lege dich ins Bett, auf deine rechte Seite und lege die Wärmflasche auf die Leber. Liege mindestens 20 Minuten mit geschlossenen Augen ruhig da und konzentriere dich auf die Leber. Wenn dir schlecht wird, kommt das daher, dass sich viele Gifte lösen.

Schon die alten Chinesen wussten: **Die Wut sitzt in der Leber.** Deshalb empfehle ich dir, während du mit der Wärmflasche und geschlossenen Augen da liegst in deine Leber zu fühlen. Sie wahrzunehmen, vor allem die Gefühle, die dort gespeichert sind.

Es könnte sein, dass du eine unruhige Nacht, mit viel Herzklopfen verbringst. Es ist aber auch möglich, dass du sehr gut schläfst.

Stelle dir am nächsten Morgen den Wecker, denn sowohl um 06.00 Uhr als auch um 08.00 Uhr musst du noch einmal das Bittersalzgetränk zu dir nehmen.

Bald werden die Steine beginnen zu purzeln!

Du wirst dich leicht und frei fühlen!

**Bitte führe die Leber-Galle Reinigung nur dann durch, wenn deine Gesundheit stabil ist.**

Fühlst du dich zu krank, wende dich an mich, ich zeige dir gerne andere Möglichkeiten auf, um deine Leber zu stärken.

## Nierenreinigung

Eine sehr einfache Methode, um die Nieren zu reinigen ist Petersilie. Nimm ein großes Bund Petersilie und hackt es klein (auch die Stiele). Gebe es in zwei Liter Wasser und lasse es aufkochen und dann weitere 20 Minuten köcheln. Trinke morgens, mittags und abends jeweils ein Glas davon für einige Wochen.

Wassermelone ist auch sehr gut um die Nieren zu reinigen. Es ist sehr effektiv für drei Tage ein „Wassermelonensfasten“ durchzuführen, d. h. nichts anderes zu essen als Wassermelone.

Alle Beeren, Äpfel, Löwenzahn und der Saft der Zitrone reinigen ebenfalls die Nieren.

Ein anderes gutes Hausmittel sind frisch gemahlene Selleriesamen. Koche zwei Tassen Wasser auf und gebe zwei Esslöffel gemahlene Samen hinein. Lasse den Tee ziehen und trinke ihn sobald er abgekühlt ist.

Hortensienwurzel, Bärentraubenblätter, Goldrutenkraut und Eibischwurzel sind wundervolle, nierenstärkende Kräuter. Gebe jeweils eine kleine Handvoll der Kräuter in 3 Liter Wasser, lasse es aufkochen und dann zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Minuten köcheln. Trinke morgens und abends je eine Tasse, für mindestens 4 Wochen.

Bei **Nierensteinen** helfen die folgenden Naturheilmittel:

Trinke drei Mal täglich  $\frac{1}{4}$  Tasse Apfelessig mit einer  $\frac{3}{4}$  Tasse Wasser auf nüchternen Magen, die letzte Tasse vor dem Schlafengehen. Zwischen dem 2. und dem 4. Tag, meistens am frühen Morgen wirst du Nierensteine ausscheiden.

Auch Tee aus Chanca Piedra hat sich bewährt. Koche vier gehäufte Esslöffel 20 Minuten in zwei Litern Wasser und lasse ihn abkühlen. Trinke 2-3 Mal täglich eine Tasse. Alternativ kannst du auch Chanca Piedra Kapseln einnehmen.

Ein weiteres sehr gutes Hausmittel ist Zitronensaft mit Olivenöl. Mixe hierfür 65 ml frisch gepressten Zitronensaft mit 65 ml nativem Olivenöl. Trinke es gefolgt von mehreren großen Gläsern Wasser. Wiederhole das drei Mal am Tag. Zwischen dem 3. und dem 10. Tag wirst du Nierensteine in deinem Urin finden.