Tamara Lebedewa
Reinigung der inneren Organe

Extrait du livre

Reinigung der inneren Organe
de Tamara Lebedewa
Éditeur : Driediger Verlag

https://www.editions-narayana.fr/b23582

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
https://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana

Auf die richtige Vorbereitung kommt es an

Um die aufwändige Leberreinigung effektiv durchführen zu können, müssen Sie sich intensiv darauf vorbereiten. Zunächst dürfen insbesondere Menschen, deren Leber angegriffen, mit großen Steinen verstopft oder krankheitsbedingt geschrumpft ist, ihr Entgiftungsorgan Nummer eins nicht noch durch Anwendungen mittels Öl und Zitrusfrüchten, wie sie für die eigentliche Leberreinigung benötigt werden, zusätzlich belasten. Der erste Weg führt deswegen wie bereits erwähnt zunächst zum Arzt. Sind Bilirubin- und Gallensteine vorhanden, werden diese mit Unterstützung eines erfahrenen Therapeuten aufgelöst. Dazu eignen sich pflanzliche Mittel, die helfen die Steine zu entmineralisieren, also auflösen, und die die gallentreibende Funktion der Leber unterstützen. Einige Rezepturen für solche entmineralisierenden und gallentreibenden Mittel stelle ich weiter unten in diesem Kapitel vor.

Ein weiterer Vorbereitungsschritt besteht darin, die Mundhöhle und alle Darmbereiche zu reinigen (siehe Kapitel 2 und 3). Mit ihm muss rechtzeitig vor der Leberreinigung begonnen werden, da sich das Verdauungssystem nicht von heute auf morgen von seinen Parasiten befreien lässt – für die Darmreinigung eignen sich am besten die Monate Januar und Februar.

Zur Vorbereitung auf die Leberreinigung gehören auch warme Bäder sowie bestimmte Regeln bezüglich des Essens und Trinkens. Mit diesen Maßnahmen sollte mindestens eine Woche vor der Hauptreinigungsphase begonnen werden:

- Anwendung von Heilkräutertees, die speziell bei Lebererkrankungen empfohlen werden und gallentreibend sind. Gallentreibende Kräutertees fördern die Bereitschaft der Gallenblase, sich zusammenzuziehen und unterstützen die Gallengänge dabei, sich maximal zu öffnen. Auf diese Weise helfen sie beim Ausscheiden der Galle aus dem Organismus und dem Vorschieben von Steinen. Besonders schwache Menschen sollten lange vor Beginn der Leberreinigung mit dem Trinken solcher Kräutertees beginnen.
- Die Ernährung sollte nach dem Trennkostprinzip (siehe Kapitel 2/„Gesunde Ernährung – das A und O“) erfolgen und vorwiegend vegetarisch sein. Trinken Sie möglichst viel frisch zubereiteten Möhren-Rote-Rüben- und Apfelsaft (aus leicht säuerlichen Sorten hergestellt). Essen Sie viele Salate mit Eigelb. Letzteres fördert die Absonderung von Galle. Hilfreich ist außerdem, regelmäßig gesunde Tierleber auf Dampf zubereitet zu verzehren.
- Verwenden Sie reichlich Olivenöl bei der Zubereitung von Mahlzeiten, denn das Öl stimuliert die Gallenabsonderung. Da es wie ein leichtes Abführmittel wirkt, kann damit insbesondere der Zustand kranker Kinder verbessert werden. In der Volksmedizin wird Olivenöl sogar angewendet, um Gallensteine aus dem Körper zu befördern. Auch die regelmäßige Anwendung von Maisöl und Maishaartee ist sehr zu empfehlen.
- Eine Woche vor der Reinigung sind tägliche, warme Bäder mit Heilbadesalzen und anschließenden kalten Güssen hilfreich. Reiben Sie sich im Anschluss daran mit einem weichen Handtuch gründlich ab. Zwei bis drei Tage vor der Reinigung brauchen die warmen Bäder nicht mehr genommen zu werden.
- Zwei bis drei Tage vor Reinigungsbeginn fangen Sie mit einer Diät aus Säften sowie Kräutertees und Einläufen zur Darmspülung an (Näheres dazu siehe Kapitel 4/„Die Reinigung beginnt“).

Pflanzen, die bei der Einleitung der Reinigung helfen

Im Folgenden stelle ich Pflanzen vor, die bei der Vorbereitung auf die Leber- bzw. Gallenblasenreinigung hilfreich sein können. Jeder kann sich für die Variante entscheiden, die ihm am geeignetsten erscheint und am meisten zusagt. Im Idealfall werden diese vorbereitenden Anwendungen in enger Absprache mit einem erfahrenen Therapeuten getroffen – dieser kann aus seinem Wissensfundus schöpfen und ein genau auf den jeweiligen Menschen abgestimmtes Mittel empfehlen.

Heilkräuter gegen Lebererkrankungen und zur Auflösung von Gallensteinen

Fachleute, die sich eingehend mit Reinigungsmethoden auf natürlicher Basis befasst haben, schlagen zur schmerzfreien Auflösung von Steinen

in Leber, Gallengängen und Gallenblase eine Vielzahl pflanzlicher Mittel vor – darunter die folgenden entmineralisierenden Tees und Absude. Empfehlenswert ist darüber hinaus der tägliche Verzehr von Salaten, die mit gallentreibendem Oliven- oder Sonnenblumenöl angerührt werden, sowie von Lebensmitteln wie Zitrusfrüchten und Pflaumen, die die Darmtätigkeit anregen.

Ackerschachtelhalm: Diese Pflanze ist gut geeignet, um Steine aufzulösen. Zudem weist sie harntreibende Eigenschaften auf. In der Volksmedizin werden Tees und Absude aus Ackerschachtelhalm bei Erkrankungen von Leber, Nieren und Harnblase, bei Gelbsucht und Gallensteinen angewendet. Achtung! In größeren Mengen ist Ackerschachtelhalm-Absud giftig. Deswegen wird er in einem Verhältnis von 1:10 zubereitet. Der Tee wird wie folgt hergestellt: Überbrühen Sie zwei Teelöffel zerkleinertes, trockenes Kraut mit einem Glas kochendem Wasser und lassen Sie das Ganze zwei Stunden lang ziehen. Danach abseihen.
Anwendung: Nehmen Sie gleichmäßig über den Tag verteilt zunächst drei- bis viermal, später fünf- bis sechsmal jeweils einen Esslöffel Ackerschachtelhalm-Tee ein. Dazu sollte reichlich abgekochtes Wasser getrunken werden.

Gemüsesaft: Mit Hilfe einer Saftpresse wird eine Mischung aus 300 Milliliter Möhrensaft, 100 Milliliter Gurkensaft und 100 Milliliter Rote-Bete-Saft zubereitet. Menschen, deren Magensäuregehalt niedrig oder normal ist, können zusätzlich den Saft einer Zitrone hinzufügen. Anschließend wird unter Rühren 100 Milliliter weiches, abgekochtes Wasser zu dem Saft gegossen.
Anwendung: Trinken Sie den Gemüsesaft in vier Portionen über den Tag verteilt. Eine Kur dauert sieben bis zehn Tage. Nach fünf bis sieben Tagen Pause ist eine wiederholte Anwendung empfehlenswert.

Rote Bete: Rote Bete ist bei Leber- und Nierenerkrankungen, bei Fettleibigkeit und Bluthochdruck sehr hilfreich.
Anwendung: Verzehren Sie die gesunde Knolle so oft wie möglich pur als Gemüse oder als Beigabe zu Salaten und Suppen.

Rüben: Um Steine in der Gallenblase und den Lebergängen schmerzfrei aufzulösen, eignet sich Rübensirup. Hierfür werden drei bis vier mittelgroße rote Rüben benötigt. Diese werden gründlich mit Wasser gesäubert und in Stücke geschnitten (die Enden dabei entfernen). Danach kochen Sie die Rüben mit vier Glas Wasser zunächst bei mittlerer, später bei schwacher Hitze so lange, bis die Brühe Sirupkonsistenz erreicht hat. Anschließend lassen Sie die Mischung abkühlen.
Anwendung: Nehmen Sie dreimal täglich vor dem Essen je einen halben Esslöffel Sirup, gut gemischt mit einem Teelöffel Honig, ein. Die Anwendungsdauer beträgt einen Monat oder länger – je nachdem, wie viele Steine sich in der Gallenblase und den Lebergängen angesammelt haben.

Eberesche: Vogelbeeren, Früchte der Eberesche, sind wirksam gegen Bakterien, Pilze und Trichomonaden. Zudem weisen sie harntreibende und abführende Eigenschaften auf und erhöhen den Magensäuregehalt. Heilende Effekte besitzen sie auch bei Durchfall, Ruhr und Nierenkrankheiten.
Anwendung: Verzehren Sie täglich je zwei Gläser mit frischen Waldvogelbeeren über einen Zeitraum von sechs bis acht Wochen. Zur Verfeinerung dient Honig, als Ergänzung ist Sauerteigbrot und Tee empfehlenswert. Um die gallentreibende Wirkung der Beeren zu nutzen, nehmen sie dreimal täglich jeweils 30 Minuten vor den Mahlzeiten 50 Gramm Saft oder 100 Gramm frische Beeren ein. Sie können aus den Früchten auch einen Tee zubereiten. Dazu wird ein Teelöffel Vogelbeeren fünf Minuten lang in 200 Milliliter Wasser bei mittlerer Hitze gekocht – das Ganze anschließend vier Stunden ziehen lassen und danach abseihen. Diese Tagesdosis teilen Sie in drei gleich große Portionen. Trinken Sie den Tee jeweils vor dem Essen.

Tamara Lebedewa
Reinigung der inneren Organe
Entschlacken und entgiften Sie Ihren Körper

190 pages, broché
publication 2018

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain www.editions-narayana.fr