

NETTOYAGE du FOIE et de la VESICULE BILIAIRE



But

Elimination des calculs biliaires qui sont fabriqués par le foie et parfois stockés dans la vésicule. Les calculs sont dans les canaux biliaires du foie et bloquent donc l'écoulement du flot biliaire, entraînant différents désordres dans le corps. Ce sont des calculs sur une base de cholestérol et donc le plus souvent souple et gras. Lorsqu'ils stagnent dans la vésicule, ils peuvent se calcifier, se cristalliser et rester coincés dans la loge biliaire. D'où l'intérêt de faire ce nettoyage afin d'éviter l'ablation de la vésicule biliaire. Nécessité de nettoyer les reins et les intestins au préalable (surtout avant le tout premier nettoyage et le refaire au bout de 4 ou 5 nettoyages).

Cette méthode est très sécuritaire, elle peut par contre vous affaiblir un peu pendant un jour ou deux, mais l'énergie reviendra très vite après. Suivre à la lettre le protocole ci-dessous. Technique qui est très ancienne (Egypte) et faisant partie des soins du corps par les cultures traditionnelles (Asie, Moyen Orient...) afin de conserver ou retrouver la santé.

Période

A tout moment de l'année. Cependant, le printemps est certainement la période la plus intéressante (février, mars, avril) car c'est la saison du foie. Mais quand on commence, on part pour une série de 10 à 12 semaines toutes les 4 à 6 semaines maximum. Eviter cependant de le faire en lune montante et les jours autour de la pleine lune. Préférer donc les jours avant la lune noire.

Si on commence et qu'on ne sort pas calculs, cela ne signifie pas rien. Les calculs peuvent être dans le foie et cheminer au bout du 3^{ème}, 4^{ème} nettoyage... Bien souvent, il faut 10 à 12 nettoyages pour purifier complètement le foie. Recommencer ainsi 3 à 6 semaines après, etc... Puis, entretien 1 à 2 fois par an.

Préparation

Elle dépend de votre état, selon l'inconfort et les soucis digestifs (ballonnements, gaz, constipation, alternance diarrhée/constipation). Nettoyer aussi les reins avant le foie avec la phytothérapie.

1 mois avant le 1^{er} nettoyage, en pharmacie, faire faire une préparation magistrale d'EPS PILOSELLE 2/3 – BUCEROLLE 1/3, QSP (quantité suffisante pour) 150ml. Prendre 2 cuillerées à café par jour dans un peu d'eau. Finir le flacon.

- Peu de soucis digestifs auparavant : 0,5l à 1l de jus de pomme bio à boire dans la journée pendant 5 jours avant le jour J ainsi qu'1 cuillerée à café rase de SULFATE DE MAGNESIUM (ou Sel d'Epsom) dans un peu d'eau le matin à jeun. L'acide malique contenu dans le jus de pomme permet de ramollir les calculs qui sont soupes et gras (bas de cholestérol).
- Soucis de constipation, gaz, ballonnement, diarrhée ou alternance depuis fort longtemps : monodiète durant 48h de pommes cuites (compote, pommes au four) puis 0,5 à 1l de jus de pomme bio par jour pendant 10 jours. Possibilité de prendre aussi du CHLORURE DE MAGNESIUM (un sachet de 20g dans 1l d'eau et 15 cl par jour) ou SULFATE DE MAGNESIUM (1 cuillerée à café rase par jour dans un petit verre d'eau).

Ingrédients nécessaires

- 4 cuillerée à soupe de Sel d'Epsom ou Sulfate de magnésium (sachet de 30g en pharmacie)
- 125 ml d'huile d'olive vierge bio de première pression à froid
- 170 ml ou plus de jus de pamplemousse rose bio (il en faut entre 1 et 3 environ, dépendant s'ils sont petits ou gros, juteux ou non)
- 1 bocal de verre qui se ferme hermétiquement et qui servira de shaker
- 1 bocal de verre ou de plastique qui se ferme pour mettre la solution de Sels d'Epsom au frigo.
- EPS Valériane/Passiflore aa qsp 150 ml pour aider au sommeil, si besoin. 1 à 2 cuillerées à café dans un peu d'eau.

Déroulement du nettoyage

14h00 : Ne pas manger ni boire après 14h. Surtout ne mangez pas trop gras ni trop sucré, ou des protéines animales au dernier repas (donc pas d'huile, pas de viandes, pas de charcuteries, pas de fromages, pas d'oléagineux...). Si vous le faites, vous pourriez vous sentir très mal plus tard. Prenez le Sel d'Epsom ou sulfate de magnésium et mélangez-le à $\frac{3}{4}$ de litre d'eau pure, douce non minérale (Mont Roucoux par exemple, en tout cas eau de source) dans le bocal de verre. Fermez et secouez. Mettez au réfrigérateur (quand elle est froide, cette solution passe mieux).

18h00 : Buvez un quart de solution de Sel d'Epsom. Buvez une petite gorgée d'eau après pour enlever le goût amer. Sortez les pamplemousses du frigo pour les laisser se réchauffer.

20h00 : Buvez un autre quart de la solution de Sel d'Epsom. Même si vous n'avez pas mangé depuis 14 heures, vous n'aurez pas faim. Il est possible que vous commenciez à vous vider les intestins.

21h45 : Préparez-vous pour aller au lit (brossage de dents, miction etc...). Vous devriez déjà être allée à la selle une ou plusieurs fois (besoin pressant). Vous pouvez tarder un peu pour aller vous coucher mais pas plus tard que 15 minutes (22h). Vous passeriez moins de calculs. Vous ne devez rien avoir à faire une fois que vous aurez bu le mélange huile d'olive/pamplemousse. Mettez l'huile d'olive dans le bocal. Pressez le ou les pamplemousses. Enlevez la pulpe et ajoutez le jus de pamplemousse à l'huile d'olive. Fermez bien le bocal.

22h00 : Allez vous asseoir au bord du lit. Remuez fortement (comme un shaker) le mélange huile d'olive/pamplemousse jusqu'à ce qu'il soit aqueux (ceci se produit seulement avec des pamplemousses frais). Buvez le mélange d'un trait ou presque (maximum 5 minutes et 15 minutes pour les personnes faibles et âgées). EPS Valériane/Passiflore pour être assuré de dormir.

Allongez-vous immédiatement après avoir bu ce mélange. Si vous ne le faites pas, il se peut que vous ne

passiez pas de calculs. Plus vous vous allongez rapidement après avoir bu, plus nombreux seront les calculs que vous passerez. Vous devez vous allonger à plat dos sur votre lit, la tête surélevée étant posée sur un ou deux oreillers. Essayez de sentir ce qui se passe dans votre foie. Restez immobile pendant au moins 20 minutes. Vous sentirez peut-être une enfilade de calculs passer le long du canal cholédoque, un peu comme s'il s'agissait de billes, comme un tremblement. Vous ne ressentirez aucune douleur du fait que ce canal est ouvert grâce au sulfate de magnésium (Sel d'Epsom). Puis assurez-vous de dormir (phyto).

Le lendemain matin : En vous réveillant, prenez le troisième quart de solution de Sel d'Epsom. Si vous avez la nausée ou un sentiment d'indigestion, attendez que cela passe pour boire. Vous pouvez continuer à dormir si vous le désirez. **Ne prenez pas cette solution avant 6h00 du matin.**

2 heures plus tard : Buvez le dernier quart de la solution de Sel d'Epsom. Vous pouvez encore retourner vous coucher si vous le désirez.

2 heures plus tard encore : Vous pouvez vous alimenter. Commencez avec un jus de fruit. Puis, **une heure plus tard**, mangez un fruit. **Encore une heure plus tard**, vous pouvez manger normalement mais léger. Le soir, vous devriez vous sentir revenu à la normale. Mangez léger sur 48 heures encore (végétariens de préférence).

Attendez-vous à de la diarrhée le matin. Servez-vous d'une lampe de poche pour voir les calculs qui sont tombés dans la cuvette quand vous vous êtes soulagé. Cherchez surtout des boules verdâtres car elles sont la preuve qu'il s'agit de véritables calculs, pas de résidus alimentaires. Il n'y a que la bile pour être verte. Les calculs flottent du fait qu'ils contiennent du cholestérol.

Vous pouvez les compter à peu près. Vous avez besoin de passer un total de 2000 calculs avant d'être assuré que votre foie soit bien nettoyé, que vos allergies, vos bursites et vos maux de dos (dorsalgies) disparaissent.

Le premier nettoyage vous débarrassera des calculs de première ligne, pour ainsi dire. Ce faisant, les calculs se trouvant plus loin dans le foie descendront vers la vésicule biliaire. Les symptômes réapparaîtront (mal sur le côté droit comme une pointe etc...). Il vous faudra répéter le nettoyage trois à six semaines plus tard.

Ne faites jamais ce nettoyage quand vous êtes très malade, en phase aiguë.

Parfois le canal cholédoque est plein de cristaux de cholestérol qui ne se sont pas agglomérés pour former des calculs. Ils flottent donc à la surface de l'eau et ont une apparence de fibre (son), de couleur fauve. Il est important de se débarrasser de ces fibres de cholestérol ainsi que des calculs verts.

Voir le livre « L'étonnant nettoyage du foie et de la vésicule biliaire – Andréa Moritz »