

Herbal Cleanses



Tabla práctica para la limpieza antiparasitaria a base de hierbas de 18 días

Receta de limpieza renal a base de hierbas

Receta de limpieza hepática a base de hierbas

Receta de limpieza intestinal a base de hierbas

Derechos de autor 1993-2004 © Hulda Regehr Clark, Ph.D., ND

Las desintoxicaciones herbales no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). No pretenden reemplazar la atención médica, diagnosticar, tratar, prevenir, mitigar ni curar enfermedades. No intente ninguna desintoxicación herbal durante el embarazo o la lactancia. Consulte con un profesional de la salud autorizado antes de intentar cualquier programa de autocuidado complementario. Los siguientes son solo extractos. Para obtener información completa, lea los libros de Hulda Clark: www.HuldaClark.com

(1 cucharadita de tintura de cáscara de nuez negra extra fuerte equivale a 2,5 cápsulas de cáscara de nuez negra -Editor).

	Tintura de cáscara de nuez negra, dosis extra fuerte	Cápsula de ajeno Dosis (200-300 mg)	Cápsula de clavo Dosis (Talla 0 o 00)
DÍA	gotas 1 vez al día, como antes de una comida.	cápsulas 1 vez al día, en ayunas (antes de la comida).	cápsulas 3 veces al día, como a la hora de la comida.
1	1 gota (o 1 cápsula)	1	1, 1, 1
2	2 gotas (o 1 cápsula)	1	2, 2, 2
3	3 gotas (o 1 cápsula)	2	3, 3, 3
4	4 gotas (o 1 cápsula)	2	3, 3, 3
5	5 gotas (o 2 cápsulas)	3	3, 3, 3
6	2 cucharaditas (o 5 cápsulas)	3	3, 3, 3
7	Ahora una vez a la semana*	4	3, 3, 3
8		4	3, 3, 3
9		5	3, 3, 3
10		5	3, 3, 3
11		6	7
12		6	Ahora una vez a la semana*
13	2 cucharaditas (o 5 cápsulas)	7	
14		7	
15		7	
16		7	
17		Ahora una vez a la semana*	
18			7

Limpieza semanal de parásitos con hierbas del Dr. Clark:

© Copyright 1995 por Hulda Regehr Clark, Ph.D., ND

Ahora una vez a la semana*

"En este punto no es necesario mantener un horario estricto, sino que puede elegir cualquier día de la semana para tomar todos los ingredientes del programa antiparasitario.

Continuar con el Programa de Mantenimiento Antiparasitario, indefinidamente, para prevenir futuras reinfecciones.

Consejos para tomar pastillas

Siempre que tome cápsulas o pastillas, tenga un trozo de pan a mano. Si una pastilla se pega, tráguese un poco de pan. El pan empuja la pastilla en su recorrido, lo que le proporciona comodidad. Nunca tome varias pastillas juntas. Pueden apelmazarse y causarle mucha incomodidad. Tómalos uno a la vez.

... Haz esto una vez a la semana. Puedes tomarlos en diferentes momentos del día o juntos.

1. Tintura de cáscara de nuez negra extra fuerte: 2 cucharaditas en una olla vacía estómago, como antes de comer o antes de acostarse. (5 cápsulas -Editor)

2. Cápsulas de ajeno: 7 cápsulas (con 200-300 mg de ajeno cada una) una vez al día con el estómago vacío.

3. Clavo de olor: 7 cápsulas (aproximadamente 500 mg cada una, o rellenar tamaño 00 cápsulas usted mismo) una vez al día con el estómago vacío.

4. Tomar ornitina por la noche...



Programa de desparasitación a base de hierbas para niños © Copyright 1995 por Hulda Regehr Clark, Ph.D., ND

Tintura de nuez negra extra fuerte

Los niños siguen el mismo programa antiparasitario que los adultos hasta el día 5. El día 6, en lugar de 2 cucharaditas, tome lo siguiente:

Edad	BWT ES 1/4	Niacinamida
Menos de seis meses	cucharadita.	50 mg
De seis meses a cinco años	1/2 cucharadita	50 mg
De seis a diez años	1	100 mg
De once a dieciséis años	cucharadita 1 1/2 cucharadita.	500 mg

La niacinamida (no niacina) ayuda a desintoxicar la tintura del alcohol. Si es necesario, puede triturarla y añadirla a una cucharada de miel. Ocasionalmente, un poco de niacina entra en contacto con la tableta de niacinamida y causa sofocos. Es inofensivo y desaparece rápidamente. (Si usa cápsulas de BWH, no necesita niacinamida -Ed.)

Si bien el programa de desparasitación es muy beneficioso para los niños, quienes tienden a contraer parásitos con mayor frecuencia que los adultos, no debe continuarse como mantenimiento debido al contenido de alcohol. Haga que los niños se desparasiten dos veces al año o cuando estén enfermos...

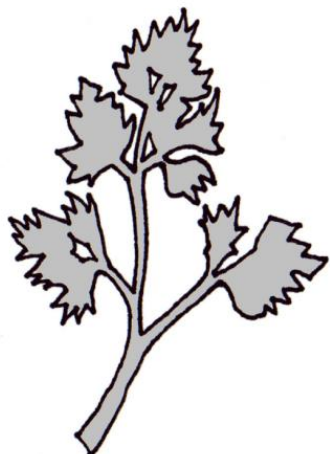
Ajeno y clavo

Aumentar la dosis un día por cada año. Por ejemplo, un niño de cuatro años seguiría el programa para adultos hasta el cuarto día y luego lo suspendería.

Nuevamente, no es recomendable que los niños reciban una dosis de mantenimiento de ajeno y clavo. Lo mejor es tomarlos durante su desparasitación habitual o cuando estén enfermos.

Limpieza de riñones

© 2004 por Hulda Regehr Clark, Ph.D., ND



- “1/2 taza de raíz de hortensia seca, orgánica, (c/s)
- 1/2 taza de raíz de grava, orgánica, (c/s)
- 1/2 taza de raíz de malvavisco, orgánica, (c/s)
- 4 manojos de perejil fresco
- cápsulas de jengibre
- Cápsulas de Uva Ursi
- Concentrado de cereza negra, 8 oz., probado
- vitamina B6, 250 mg
- óxido de magnesio, 300 mg en forma de polvo

Todas las hierbas deben analizarse para detectar contaminación por talio y lejía. Las variedades orgánicas tienen menos probabilidades de contenerlos. No las ozonice. Lávelas después.

Mida 1/4 de taza de cada raíz (esto equivale a la mitad de su suministro) y póngalas a remojar juntas en 10 tazas de agua, usando una cacerola de acero inoxidable con control de filtración. Después de cuatro horas o toda la noche, agregue 225 ml de concentrado de cereza negra, caliente hasta que hierva y cocine a fuego lento durante 20 minutos. Beba 1/4 de taza en cuanto se enfríe lo suficiente. Vierta el resto a través de un colador de acero inoxidable en un recipiente de HDPE. Refrigere.

Encuentra perejil fresco en un pequeño supermercado de barrio donde el agua tenga el blanqueador desinfectante adecuado. Lávalo dos veces con agua muy caliente.

Hierva el perejil fresco en 1 litro de agua, o la cantidad necesaria para cubrirlo, durante cinco minutos (hasta que hierva a fuego alto). Beba 1/4 de taza cuando esté lo suficientemente frío. Congele 1 pinta y refrigere el resto. Deseche el perejil.

Dosis: Cada mañana, vierta 3/4 de taza de la mezcla de raíces y 1/2 taza de agua de perejil en una taza apta para el consumo. Beba esta mezcla en dosis divididas a lo largo del día. Refrigere. No la beba toda de una vez o le causará dolor de estómago y presión en la vejiga. Si tiene el estómago muy sensible, comience con la mitad de esta dosis.

Guarde las raíces después de la primera cocción y congélelas en el congelador. Después de 13 días, cuando se agote el suministro, vuelva a hervir las mismas raíces, pero añada solo 6 tazas de agua y cocine a fuego lento durante solo 10 minutos. Esto durará otros 8 días, un total de tres semanas.

Después de tres semanas, repita el tratamiento con hierbas frescas. Para obtener buenos resultados, debe realizar la limpieza renal durante seis semanas, y más tiempo si tiene problemas graves.


También tome:

- cápsulas de jengibre: 2 con cada comida (6 al día)
- Cápsulas de Uva Ursi: 2 con cada comida (6 al día)
- vitamina B6 (250 mg): una al día
- óxido de magnesio (300 mg): uno al día...

...Tome estos suplementos justo antes de la comida para evitar eructar...

Notas sobre esta receta: Esta infusión, al igual que el perejil, se echa a perder fácilmente. Caliéntela hasta que hierva cada tres días si la guarda en el refrigerador; esto la reesteriliza. Si la esteriliza por la mañana, puede llevarla al trabajo sin refrigerarla (use un recipiente de HDPE o una bolsa de plástico con cierre dentro de un frasco). Doble la bolsa por el borde para beberla.

Al pedir hierbas, ¡tenga cuidado! Las empresas de hierbas no son todas iguales. Estas raíces deben tener una fragancia fuerte. Si las que compra apenas tienen fragancia, han perdido sus ingredientes activos; cambie de proveedor.



Una nota sobre los contenedores de HDPE

El polietileno de alta densidad (o HDPE) es la solución ideal para almacenar alimentos y agua para las personas que hoy en día se preocupan por su salud. El HDPE se reconoce fácilmente por el logotipo triangular de reciclaje con el número 2 en la base de cada contenedor. Para más información, visite www.HDPE-Containers.com

Limpieza del hígado

© 2004 por Hulda Regehr Clark, Ph.D., ND

"Preparación

- ...Zap diariamente la semana anterior, o pasar tres semanas de Desparasitar antes de intentar una limpieza hepática. Si está en un programa de mantenimiento antiparasitario, siempre estará listo para la limpieza.
- Completar la limpieza de los riñones antes de limpiar el hígado también es Muy recomendable...

Elige un día como el sábado para la limpieza, ya que podrás descansar al día siguiente.

No tome pastillas ni vitaminas de las que pueda prescindir; podrían impedir el éxito. Suspenda también el programa antiparasitario y las hierbas para el riñón el día anterior. Incluso deje de usar electrolitos y gotas.

Ingredientes

sales de Epsom	4 cucharadas
Aceite de oliva	media taza (el aceite de oliva ligero es más fácil de tragar)
Rosa fresco pomelo...	1 grande o 2 pequeños, suficientes para exprimir 1/2 taza de jugo (puede sustituirlo por un limón, agregando agua o edulcorante para hacer 1/2 taza de líquido)
Ornitina	De 4 a 8, para asegurarte de dormir. ¡No te lo saltes o podrías pasar la peor noche de tu vida!
Tarro de pinta con tapa	
Tintura de nogal negro, cualquier	10 a 20 gotas...

concentración. Lavar el pomelo con agua caliente dos veces. Aplicar el aceite en una olla... o añadir unas gotas de HCl al frasco y agitar.



Come un desayuno y un almuerzo sin grasas, como cereales cocidos, fruta, zumo de fruta, pan y conservas o endulzantes (sin mantequilla ni leche). Limita tu consumo al mínimo necesario. Cuanto antes dejes de comer, mejores resultados obtendrás. De hecho, dejar de consumir grasas y proteínas la noche anterior da resultados aún mejores.

14:00. No coma ni beba después de las 14:00. Si incumple esta regla, podría sentirse bastante mal más tarde.



Prepara tus sales de Epsom. Mezcla 4 cucharadas con tres tazas de agua y viértelas en un frasco hermético. Esto rinde cuatro porciones de 3/4 de taza cada una. Guarda el frasco en el refrigerador para que se enfríe (solo para mayor comodidad y sabor).

18:00 h. Beba una porción (3/4 de taza) de sales de Epsom heladas. Si no las preparó con antelación, mezcle 1 cucharada con 3/4 de taza de agua. Puede agregar 1/8 de cucharadita de vitamina C en polvo. Mejora el sabor. También puedes enjuagarte la boca.

Saca el aceite de oliva y el pomelo para que se calienten.

20:00. Repita bebiendo otros 3/4 de taza de sales de Epsom.

No has comido desde las dos, pero no tendrás hambre. Haz tus tareas antes de dormir. El momento es crucial para el éxito.

21:45. Vierta 1/2 taza (medida) de aceite de oliva en el frasco de medio litro. Exprima la toronja con la mano en la taza medidora. Retire la pulpa con un tenedor. Debes tener al menos 1/2 taza. Puedes usar limonada. Añádela al aceite de oliva. También puedes añadir tintura de nuez negra o tener cápsulas liofilizadas listas. Cierra bien el frasco y agítalo con fuerza hasta que esté líquido (solo el jugo de cítricos fresco lo consigue).

Ahora ve al baño una o más veces, aunque llegues tarde a tu bebida de las diez. No llegues más de 15 minutos tarde...

22:00. Bebe la poción que has preparado. Toma 4 cápsulas de ornitina con los primeros sorbos para asegurarte de dormir toda la noche. Toma ocho si ya sufres de insomnio. Beber con una pajita grande de plástico facilita el paso. Puedes usar aderezo para ensaladas, canela o edulcorante puro para acompañar el trago entre sorbos. Llévela a tu cama si lo deseas. Tómala en cinco minutos (15 minutos para personas muy mayores o débiles).

Acuéstate inmediatamente... Prepárate para ir a la cama con anticipación. No limpies la cocina. En cuanto termines la bebida, ve a la cama y acuéstate boca arriba con la cabeza bien alta sobre la almohada. Intenta pensar en lo que está sucediendo en el hígado. Intenta permanecer completamente quieto durante al menos 20 minutos. Podrías sentir un tren de cálculos viajando por los conductos biliares como canicas. No hay dolor porque las válvulas de los conductos biliares están abiertas (¡gracias a las sales de Epsom!). Duerme; si no lo haces, es posible que no puedas expulsar los cálculos.

A la mañana siguiente, al despertar, tome su tercera dosis de sales de Epsom.

Si tiene indigestión o náuseas, espere a que se le pasen antes de tomar las sales de Epsom. Puede volver a la cama. No tome esta poción antes de las 6:00 a. m.

2 horas después. Tome su cuarta (la última) dosis de sales de Epsom. Puede volver a acostarse.

Después de dos horas más, puede comer. Empiece con jugo de fruta. Media hora después, coma fruta. Una hora después, puede comer comida normal, pero ligera. Durante el día, tome hierbas antiparasitarias y zap. Para la cena, debería sentirse recuperado.

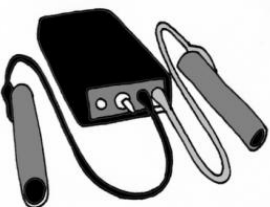
Programa alternativo 1: Omitir la primera dosis de sales de Epsom a las 6 p. m.

Tome solo una dosis, esperando hasta las 8 p. m. No cambie nada más. Muchas personas siguen teniendo cálculos con una dosis menos. Si no es así, complete el tratamiento la próxima vez.

Esquema alternativo 2: Después de tomar la primera dosis de sales de Epsom por la mañana, espere dos horas, tome una segunda dosis de la mezcla de aceite y vuelva a acostarse. Después de 4 horas más, tome otra dosis de sales de Epsom. Este esquema puede aumentar la cantidad de cálculos que se eliminan.

¿Qué tal te fue? Es recomendable tener diarrea por la mañana. Usa una linterna para buscar cálculos biliares en el inodoro junto con las heces. Busca los de color verde, ya que esto demuestra que son cálculos biliares auténticos, no residuos de comida. Solo la bilis del hígado es de color verde guisante. Las heces se hunden, pero los cálculos biliares flotan debido al colesterol y la grasa de automóvil que contienen... Puedes repetir las limpiezas cada dos semanas. Nunca te limpies si estás enfermo...

Una nota sobre el Zapper de Hulda Clark



Un zapper Clark es un generador de frecuencia de onda cuadrada con desplazamiento positivo de 30 kHz que se puede construir siguiendo las instrucciones de los libros del Dr. Clark o adquirirlo previamente. Lea los libros más recientes de la Dra. Hulda Clark, ND, para conocer todas las formas en que la Dra. Clark experimenta con un zapper.

El Zapper Hulda Clark no ha sido autorizado por la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA) como dispositivo médico para su uso en la cura, mitigación, tratamiento o prevención de ninguna enfermedad. El Zapper Clark solo se puede vender como dispositivo experimental. Si está embarazada o usa un marcapasos electrónico, no experimente con el Zapper Clark. Consulte con un profesional de la salud autorizado antes de intentar cualquier programa de autocuidado.

Para usar un zapper, envuelva cada mango de cobre con una capa de papel absorbente húmedo. Sujete los mangos y use el zapper durante tres sesiones de 7 minutos, con un descanso de 20 minutos entre cada sesión. Para más información, visite www.ClarkZapper.com

"Las bacterias son siempre la raíz de los problemas intestinales, como el dolor, la hinchazón y los gases..."

Una de las razones por las que las bacterias intestinales son tan difíciles de erradicar es que constantemente nos re infectamos al mantener un suministro de ellas en nuestras manos y debajo de las uñas...



1. Lo primero que hay que hacer es mejorar el saneamiento. Utilizar el 70% (aprox.) alcohol de grano en un atomizador en el lavabo. O solución de yodo Lugol, una gota por taza de agua. Esterilícese las manos después de ir al baño y antes de comer rociándolas o sumergiéndolas.
2. En segundo lugar, tome la solución de Lugol, seis gotas en 1/2 taza de agua de 4 a 6 veces al día...
3. En tercer lugar, use cúrcuma (2 cápsulas, 3 veces al día). Esta es la Especia común... Se esperan heces de color naranja. Aumentar a 6 cápsulas (1 cucharadita), 3 veces al día para problemas graves.
4. Cuarto, use hinojo (2 cápsulas, 3 veces al día). Tome la cúrcuma y el hinojo, uno tras otro y 1 minuto después de la administración de Lugol para un alivio más rápido.
5. En quinto lugar, tome cuatro cápsulas de enzimas digestivas en total, cualquiera variedad.
6. Sexto, tomar 1 cucharadita de tintura o 2 cápsulas de Hierba Negra liofilizada. Nuez, preferiblemente antes de acostarse.
7. Séptimo, hazte un enema de Lugol y cúrcuma o un enema de Lugol y cúrcuma. enema de hinojo una vez al día como se describe en la página 269 del libro del Dr. Clark, "La prevención de todos los cánceres".
8. En octavo lugar, si estás estreñado, toma cáscara sagrada, una hierba. Comience con una cápsula al día y use hasta el máximo indicado en la etiqueta. Tome magnesio adicional (300 mg de óxido de magnesio en polvo, dos o tres al día) y beba una taza de agua caliente (con sabor) al levantarse por la mañana. Esto comenzará a regular su eliminación.



Con este poderoso enfoque, incluso un problema bacteriano grave debería desaparecer en dos días"._____

Las desintoxicaciones herbales no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). No pretenden reemplazar la atención médica, diagnosticar, tratar, prevenir, mitigar ni curar enfermedades. No intente ninguna desintoxicación herbal durante el embarazo o la lactancia. Consulte con un profesional de la salud autorizado antes de intentar cualquier programa de autocuidado complementario. Los siguientes son solo extractos. Para obtener información completa, lea los libros de Hulda Clark: www.HuldaClark.com