5-dnevni program čišćenja bubrega

Naslov originala:
Dr. Schulze's 5-Day Kidney Detox
www.originalnamedicina.org.rs

Prevod:
Dijana Pisarević

Lektura i tehničko uređenje:

Centar za originalnu medicinu
www.originalnamedicina.org.rs

Dizajn korica:
Vladimir Jajin

Izdavač i distributer:
Centar za originalnu medicinu,
Beograd tel. 069 102-1986

Štampa:
Topalović, Valjevo

Tiraž:
500

CIP - Каталогизација у публикацији - Народна библиотека Србије, Београд

616.61-083

ШУЛЦ, Ричард, 1947-
5-dnevni program čišćenja bubrega / Ričard Šulc ; [prevod Dijana Pisarević]. - Beograd: Centar za originalnu medicinu, 2015 (Valjevo : Topalović). - 140 str.: ilustr. ; 19 cm

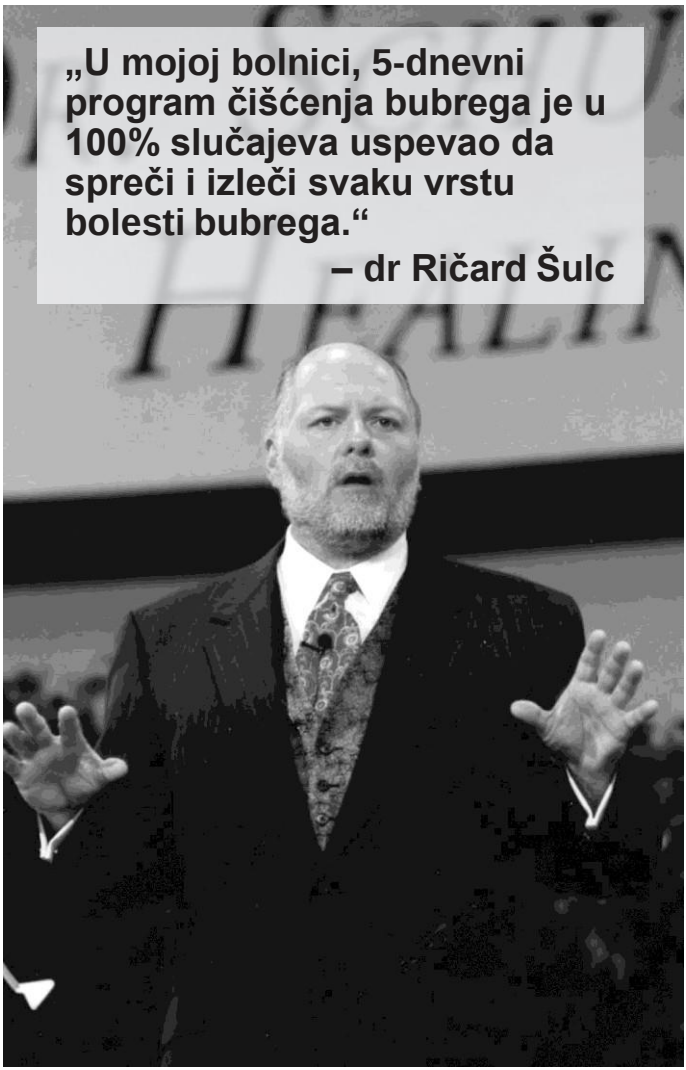
Prevod dela: Dr. Schulze's 5-Day Kidney Detox. - Tiraž 500.

ISBN 978-86-80372-02-0

a) Бубрег – Чишћење
COBISS.SR-ID 220242956

Dr Ričard Šulc

5-Dnevni Program Čišćenja Bubrega

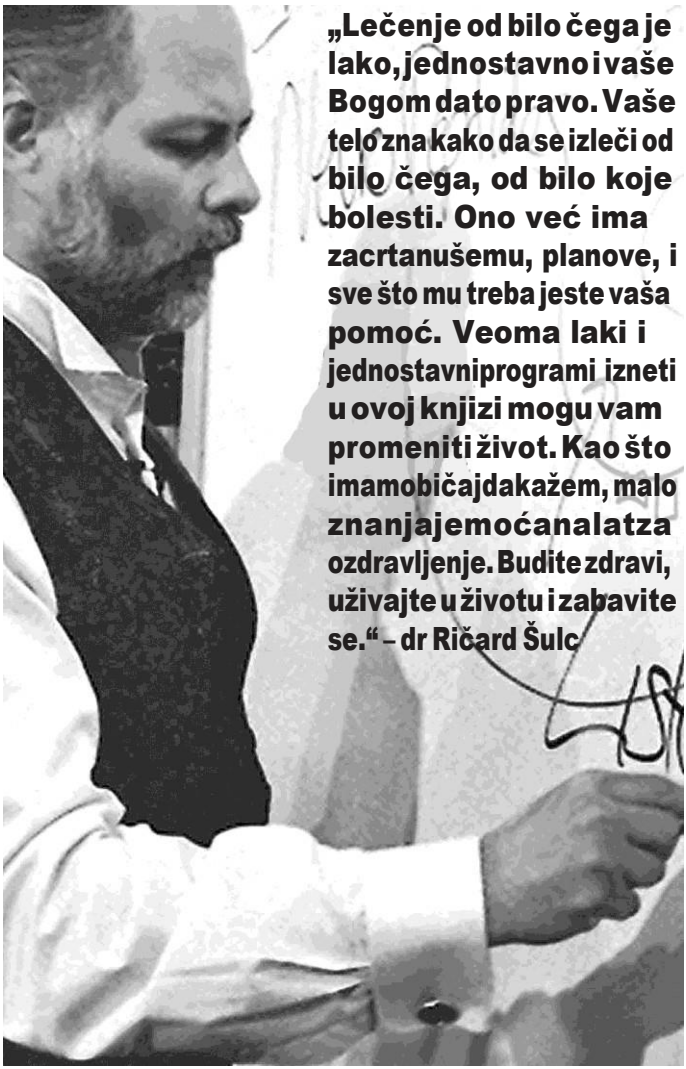


„U mojoj bolnici, 5-dnevni program čišćenja bubrega je u 100% slučajeva uspevao da spreči i izleči svaku vrstu bolesti bubrega.“

– dr Ričard Šulc

Sadržaj

Predgovor 7
1. Bolesti bubrega i bešike: Epidemija koja se može sprečiti 14
2. Anatomija i fiziologija bubrega i bešike 25
3. Problem: Bolest bubrega i bešike ... 41
4. Rešenje: 5-dnevni program čišćenja bubrega 71
5. Biljne formule 87
6. Najčešće postavljana pitanja 99
7. Zaključak 133
8. Ko je dr Šulc? 135



„Lečenje od bilo čega je lako, jednostavno i vaše Bogom dato pravo. Vaše telo zna kako da se izleči od bilo čega, od bilo koje bolesti. Ono već ima zacrtanu šemu, planove, i sve što mu treba jeste vaša pomoć. Veoma laki i jednostavni programi izneti u ovoj knjizi mogu vam promeniti život. Kao što imam običaj da kažem, malo znanja je moćan alat za ozdravljenje. Budite zdravi, uživajte u životu i zabavite se.“ – dr Ričard Šulc

Predgovor

Dr Ričarda Šulca

Upijanje i izbacivanje

Staro pravilo - „unutra i napolje“

Vi i svaki organ u vašem telu, zapravo, svaka od vaših 100 milijardi ćelija, ima dve iste osnovne funkcije - unutra i napolje, unutra i napolje, unutra inapolje... Prilagodi ishranu koja ulazi unutra, pa izbaci otpad napolje. A, kada dođe do izbacivanja (eliminacije otpadnog materijala), vaše telo ima samo dva glavna načina da se reši otpada. Čvrsti otpad se otklanja putem debelog creva, a tečni otpad izbacuje seputem bubrega i mokraćne bešike.

Sistem izbacivanja čvrstog otpada (koji se takođe naziva i intestinalni trakt), dug je kao dva parkirana automobila od kraja jednog do kraja drugog.To je veliko, du-

go crevo od usta do čmara. Debelo crevo, samo jedan deo ovog dugog crevnogsistema, najveći je organ u vašem telu, obima oko 18 cm, i dužine oko 150 cm.

U drugu ruku, vaši bubrezi, mnogo su prefinjeniji organi. Sastoje se od približno dve složene, mikroskopske jedinice koje se, nazivaju nefroni koji filtriraju većinu tečnog otpada iz vašeg organizma. Krajnji otpadni proizvod je urin (mokraća), koji se sastoji od 95% tečnosti i 5% rastvorenih supstanci kao što su minerali, azotni otpadni proizvodi, pa čak i krv, gnoj, bakterije i mikroskopski paraziti.

Kao što imam običaj da kažem, samo na osnovnom nivo naučnici i lekari razumeju anatomiju i fiziologiju mokraćnog trakta (drugim rečima, osnovne delove i kako oni rade). Međutim, ovaj sistem (videćete kako ga ja opisujem u 2. poglavlju), kao i svi drugi sistemi u ljudskom telu, zaista stoji van domašaja razumevanja čovečanstva.

Ranije, tokom svoje lekarske prakse, postalo mi je jasno da je Neko ili neka Sila, mnogo veća i mnogo pametnija od mene, stvorila i sastavila ljudsko telo. Iz tog razloga, sledeći jednostavni, logički i razumni zaključak koji sam doneo, bio je da nikada ne pokušavam da lečim ovu zadivljujuću mašinu iznutra, kao što to rade lekari putem operacija, zračenja, hemoterapije, pa čak i transplatacijom bubrega. Umesto toga, potrebno je lečiti ljudski organizam primenjujući zdrav način života, koji obuhvata to da pacijenti prestanu da rade ono što ih čini bolesnim i što šteti njihovim organima - kao prvo, teda započnu nove navike koje leče njihov organizam i sprečavaju budući nastanak bolesti. Upravo je ovo razlog hiljadama čuda izlečenja u mojoj klinici.

U ovoj knjizi, povešću vas na putovanje. U prvom poglavlju, izložiću vam koliko je stanje postalo loše s epidemijom bolesti bubrega i mokraćne bešike u Americi (i modernom svetu uopšte), sa više od 40

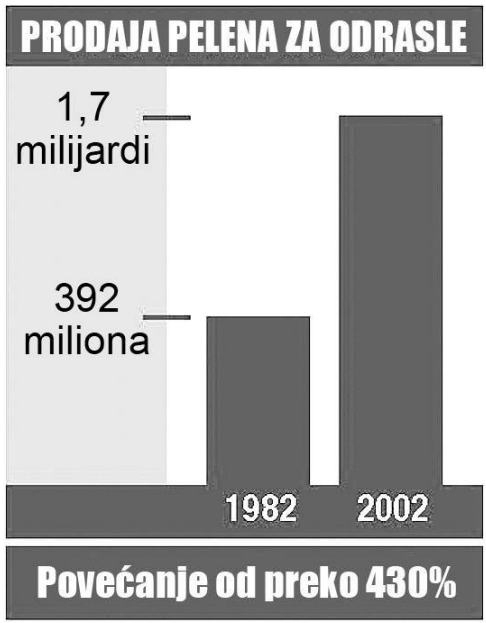
miliona Amerikanaca sa oštećenjima bubrega, infekcijama i bolestima, sve do 100.1 novih slučajeva raka bubrega i mokraćne bešike svake godine, te sa vrtoglavim porastom prodaje pelena zaodrasle.

Zatim, u drugom poglavlju, jednostavno ću objasniti sisteme bubrega, mokraćne bešike i celog urinarnog (mokraćnog) trakta, tako da svako može da ihrazume. Barem ćete znati osnovne delove i načine na koji rade, što vam može pomoći kada vi, vaši voljeni ili prijatelji obole. Što je još važnije, ove informacije mogu da vam pomognu da ozdravite.

U trećem poglavlju, reći ću vam sve o bolestima bubrega i mokraćne bešike, sa mnogo fotografija koje će vas, nadam se, šokirati i motivisati da pročitate i četvrto poglavlje, koje obuhvata brojne tehnike prirodnog čišćenja, rutine i programe koje sam razvio u svojoj klinici kako bih vam pomogao da očistite, osnažite i zaštitite svoje bubrege i mokraćnu bešiku.

Dragi prijatelji, nemojte da budete kao prosečni Amerikanci. Ne dozvolite sebi da patite od bolnih i teških bolesti koje će da vam unište i skrate život. Ne mučite se užasom, bolom i bankrotirajućim troškvima za lekare, bolnice i lekove.

Moj 5-dnevni program čišćenja bubrega, istaknut u ovoj knjizi, predstavlja moj najlakši program. U mojoj klinici, moji



pacijenti imali su neverovatne rezultate samo uz pomoć rutinskog sezonskog čišćenja bubrega i mokraćne bešike, tako da isto možete i vi!

Zaista je smešno što su bolesti bubrega i bešike postale epidemija u Americi, posebno iz razloga što ih je lako sprečiti...i veoma jednostavno izlečiti.

„Nikada nisam izlečio nikoganiodjednebolesti. Naprotiv, naučio sam mnoge ljude kako da se sami leče. Konačno, reč‘doktor’ potiče od stare latinske reči ‘docere’, štobukvalno znači ‘učiti’. Tokom godina, moji brojni pacijenti su me nazivali svojimučiteljemilisavetnikom, umestodoktorom: Uvekmisetosviđalo, jeruhitnojpomoćine može mnogo toga da se nauči.“
– dr Ričard Šulc

1. poglavlje

Bolesti bubrega i bešike: epidemija koja se može sprečiti

Nijedna bolest nije tako iznurujuća i užasavajuća kao bolest bubrega i bešike. Samo zamislite da su vam vene probušene i zakačene na plastične cevčice naaparat koji izvlači svaku kapljicu krvi iz vašeg tela, jer su vaši bubrezi toliko oštećeni da ne mogu sami da pročiste krv. Osećate se užasno i slabo, jer je vaša krv kritično preopterećena otrovnim otpadom. Ukoliko ne pročistite krv, umrećete. Ovo je kao vampirska noćna mora koja se stalno ponavlja i ponavlja, ali ne možete da se probudite jer... ste budni!

Činjenice:

- Preko 40 miliona Amerikanaca ima infekcije bubrega i bešike, opšte loše stanje i druge bolesti ovih organa.

- Inkontinencija (nemogućnost kontrole mokrenja), nova američka epidemija, pogađa preko 25 milionaodraslih.

- Preko 300.000 Amerikanaca ispira krv preko „mehaničkih vampira," takođe poznatim i kao aparati za dijalizu.

- Rak bubrega i bešike napada preko 90.000 Amerikanaca.

„Doktori budućnosti neće davati lekove, nego će zainteresovati svoje pacijente da brinu o svom životu putem načina života, ishrane i uzroka i sprečavanja bolesti." – Tomas Edison

Činjenica: Preko 40 milionaAmerikanaca ima infekcije bubrega ibešike, opšte loše stanje i druge bolesti ovih organa.

Rešenje: Veoma je jednostavno. Efikasna moćna biljna formula i prirodni programi lečenja mogu da saseku bolest bubrega i bešike u korenu - hronična bolest bubrega obično počinje sa infekcijom bubrega ili bešike, a iz razloga što se mnoge bolesti razvijaju bez simptoma, ljudi čak i ne znaju da su oboleli. Ovo je razlog zašto je moj napitak za ispiranje bubrega i bešike u toku petodnevnog čišćenja bubrega standardni godišnji protokol za sve moje pacijente u klinici. Takođe, svaki pacijent koji je došao kod mene sa infekcijom bubrega i bešike, uspeo je da je izleči uz pomoć lekovitih biljaka. Sve i jedan pacijent, bez izuzetaka, 100%. Za više od 20 godina u klinici, video sam kako lekovite biljke za bubrege i bešiku uništavaju svaku vrstu infekcija u mokraćnom traktu.

Zapravo, još uvek imam audio zapise sa telefonske sekretarice iz moje klinike, na kojoj moji pacijenti uzvikuju sa neverico m i iznenađenjem kako je biljna formula „učinila ono što nijedan lekar niti antibiotik nisu uspeli," što znači da je uspela da izleči njihove hronične infekcije bubrega i bešike. Upravo te iste biljke, o kojima govorim u ovoj knjizi, toliko su moćne da su bile na spisku diuretika i urinarnih antiseptika u priručniku *Merck Manual*, vodećoj knjizi medicinske hemije koju izdaje proizvođač lekova.

Činjenica: Inkontinencija (nemogućnost kontrole mokrenja), nova američka epidemija, pogađa preko 25 miliona odraslih.

Rešenje: Imao sam pacijentkinju po imenu Džoan, koja je imala oko 50 godina. Život joj je bio razoren, doslovce uništen sa preko 20 godina inkontinencije. Ova jadna žena nije imala život - muž se razveo od nje, nije imala društvenog života,

živela je sa pelenama za odrasle, te je žurila kući svaki dan posle posla da se sakrije u svom stanu, sa odećom nakvašenom urinom. Nije imala sastanak ni sa kim, niti prijatelja 15 godina.

Lekari su joj rekli da ništa ne može dase učini. Ono što je trebalo da kažu Džoan jeste da oni ne znaju ništa što može da se učini. Nakon samo nekoliko meseci jednostavne promene načina života i mog programa za bubrege i bešiku, njena inkontinencija počela je da jenjava, pa je

Firma Kimberley-Clark reklamira prodaju svojih Depends pelena za odrasle sa vrtoglavim porastom prodaje od 85% u proteklih nekoliko godina.

ona počela da izlazi, da ide na sastanke, te je čak pohađala i časove balskog plesa. Nisam je video nekoliko meseci, a zatim iznenada, dobio sam od nje razglednicu u poštanskom sandučetu klinike. Bila je u Evropi i penjala se na planinu Materhorn sa svojim novim mužem! Toliko o tome da je njeno stanje neizlečivo!

Ukoliko ste jedan od 25.000.000 Amerikanaca koji žive sa stidom i sramotom inkontinencije, ne morate da patite i da gubite išta od života! Vreme je da uradite nešto! Zapamtite, svi umiru, ali ne žive zaista svi život!

Činjenica: Rak bubrega i bešike napada 90.000 Amerikanaca svake godine.

Rešenje: Neotkrivene i nelečene infekcije bubrega i bešike najčešće dovode do oštećenja na organima, do njihove degeneracije i raspadanja. Na kraju dođe do otkazivanja bubrega, te često i do...raka,

koji vas živog pojede iznutra iz vašeg urinarnog trakta. Ovo je tako bespotrebno, jer je ovakvo stanje veoma lako lečiti. Ne samo da su infekcije bubrega i bešike 100% izlečive, nego je uobičajena medicinska činjenica da ako pijete samo oko dve litre tečnosti na dan (vode, svežeg soka ili biljnog čaja), smanjujete rizikod nastanka raka bubrega i bešike za 50%. Tako je, dobro ste čuli, pijenje više vode sprečava rak bubrega i bešike! Razlog za ovo je veoma jednostavan. U urinu se nalaze mnoge potencijalno kancerogene toksične hemikalije i otpadni materijali. Ako pijete manje vode, vaš urin je više koncentrovan i takođe teče mnogo ređe. Dugo izlaganje osetljivih unutrašnjih tkiva bešike ovakvom urinu povećava nadraženost, infekcije i na kraju, dovodi do raka. Pijenje više tečnosti, posebno vode, soka i biljnog čaja, razblažuje ove otrove u vašem urinu. Takođe, urin se mnogo češće prazni, što zauzvrat smanjuje vreme izlaganja ovim potencijalnokancerogenim hemikalijama koje se nalaze uva-

šoj bešici. Jedna druga studija je pokazala da samo jedna čaša visoko kvalitetnog soka od brusnice smanjuje infekcije bešike za 80%.

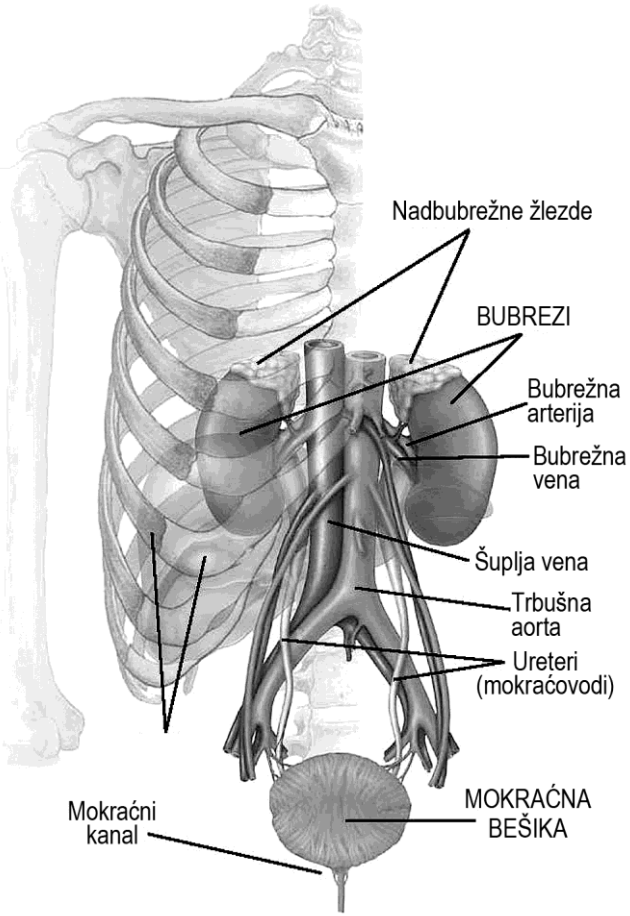
Naravno, kao i obično, moderna medicina je neupućena u ovaj jednostavan zdrav način života i promene koje mogu da spreče ili izleče sve bolesti bubrega i bešike. Lekari i bolnice zarađuju mnogo više novca lečenjem urinarnih bolesti sa aparatima za dijalizu po ceni od 75.000 dolara godišnje po osobi, u proseku. Zapamtite, za njih je stari medicinski koncept lečenja - hipokratova zakletva, zamenjena tvrdnjom da je "izlečen pacijent - izgubljen novac". Tako da, prijatelji... **Stop! Stop! Stop!**

Nemojte da budete sledeća žrtva. Zaštite se tako što ćete sprečiti razvoj bolesti bubrega i bešike. U ovomslučaju, samo nekoliko dodatnih decilitara vode je vrednije nego milioni dolara lečenja kod lekara moderne medicine. Međutim, ukoliko već patite od bilo koje

infekcije bubrega i bešike ili bolesti, započnite moj 5-dnevni program čišćenja bubrega i bešike koji se nalazi u četvrtom poglavlju ove knjige.

AK 200 ULTRA S

URINARNI (MOKRAĆNI) SISTEM



2. poglavlje

Anatomija i fiziologija bubrega i bešike

Vaše telo ima šematski plan za savršeno zdravlje i stalno pokušava da postigne upravo ovaj cilj za vas!

Najzad, osnovno razumevanje rada vaših bubrega, bešike i mokraćnog sistema, je nešto o čemu vam vaši lekari nisu pričali. Pa čak i ako su lekari i pričali sa svojim pacijentima i objašnjavali stvari, trebali ste da imate rečnik grčkog, latinskog, drevnog latinskog, francuskog, starog anglosaksonskog, starog engleskog, te brojnih drugih jezika i naučnu terminologiju kako biste dešifrovali sve njihove skrivene reči.

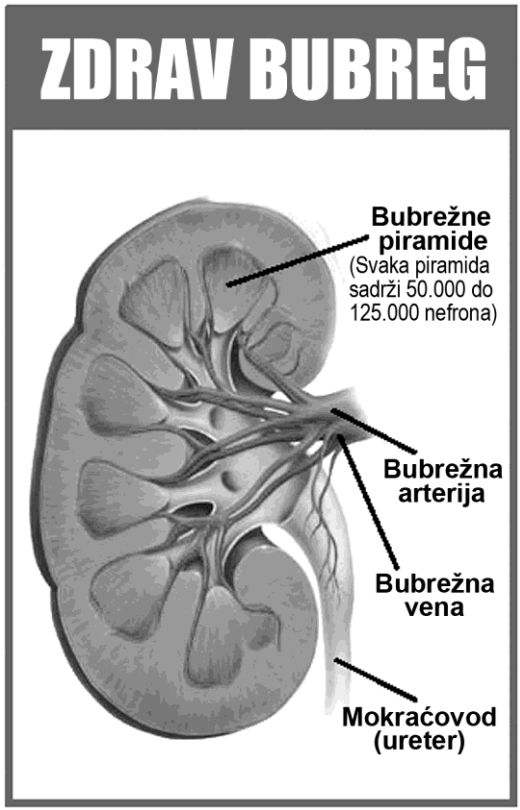
Ja sam pojednostavio njihove skupe reči, tako da možete da razumete osnovne stvari o tome kako vaši bubrezi i bešika

izgledaju, gde su smešteni i kakofunkcionišu, barem onoliko koliko mi o tome znamo. Tako da, nemojte da se plašite, duboko udahnite i za deset minuta znaćete sve što treba da znate o mokrenju!

Prosto rečeno, vaš mokraćni (urinarni) sistem se sastoji od dva bubrega, bešike i nizova cevčica. Bubrezi izgledaju slično kao pasulj, po svom obliku, te takođe imaju sličnu ljubičasto-smeđu boju. Teški su oko 150 g i otprilike su jednake veličine kao dlan vaše ruke, bez prstiju i palca. Na svakoj strani kičme nalazi se jedan bubreg.

Gornja strana svakog bubrega nalazi se na otprilike dvanaestom grudnom pršljenu, a donji deo se nalazi na oko trećem slabinskom pršljenu (od sredine do donjeg dela leđa). Gotovo su u potpunosti prekriveni najnižim leđnim rebrima.

Unutrašnja strana (kičmena strana) svakog bubrega ima zasek (manja zakrivljenost u obliku bubrega), koji se naziva hilus ili hilum. To je mesto gde se bubrežna



arterija, bubrežna vena i mokraćovod (ureter) - koji dovode i odvode krv, te odvode mokraću (urin) - spajaju i idu u bubrege. Bubrežna ili renalna arterija („renalis“ je latinski naziv za bubrege)

dovodi krv do bubrega kako bi je bubrezi filtrirali i pročistili. Bubrežna venavraća čistu krv u vaše telo. Otpadna tečnost, urin, napušta bubrege putem mokraćovoda (uretera). Oba uretera iz oba bubrega spajaju se sa bešikom. Kao što je slučaj i sa svim drugim metaboličkim procesima u ljudskom telu, ovaj proces filtriranja krvi i stvaranja urina je veoma složen, detaljan i sličan onome što sam govorio o jetri. (Videti knjigu „5-dnevniprogram čišćenja jetre.“)

Drugim rečima, ovo je izvan čovekovog shvatanja. S tim na umu, pojednostaviću ovaj proces, tako da ćete dobiti osnovno razumevanje o tome šta su bubrezi i kako funkcionišu.

Svaki bubreg je podeljen na između 8 i 18 komora klinastog oblika, koje se nazivaju bubrežne piramide. Svaka od ovih piramida sadrži brojne delove bubrega potrebne za filtriranje krvi. Izvan svake od ovih bubrežnih piramida nalazi se bubrežni korteks („korteks“ je latinska

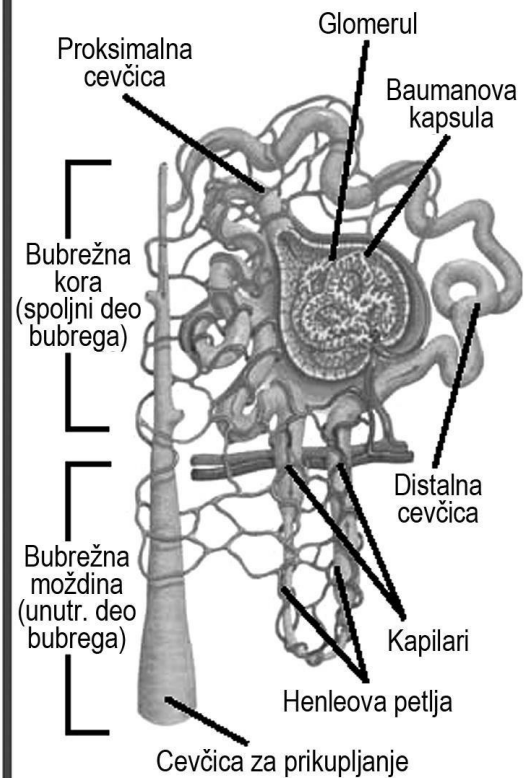
Patološki pogled na bubrežne piramide

reč za koru ili spoljni deo), a unutrašnjost najbliža hilusu ili manjoj zakrivljenosti bubrega naziva se bubrežna moždina („medula“ je latinska reč za unutrašnjost ili centar).

Bubrežna arterija se grana u bubrezima i stvara brojne male arterije, koje ulaze u spoljašnji deo bubrega ili bubrežnu koru. Veoma mala grana bubrežne arterije na kraju ulazi u jedan od brojnih nefrona („nephros“ je grčka reč za bubreg).

Nefroni su pojedinačne male jedinice za filtriranje koje se nalaze u bubrezima, te

NEFRON BUBREGA



se procenjuje da svaki bubreg sadrži približno milion ovih nefrona.

Unutar svakog nefrona nalazi se bubrežno zrnce i cevčica. Bubrežna zrnce sastoji se od mreže kapilara koja se naziva glomerul, i koja je ograđena Baumanovom kapsulom. Bubrežna cevčica se širi od Baumanove kapsule, preko proksimalne cevčice, Henleove petlje, distalne cevčice, te cevčice za prikupljanje, od kojih su sve okružene i zamotane peritubularnim kapilarima.

Zapamtite: Kapilari, od latinske reči „kapilaris“ što znači “nalik na kosu”, najmanji su krvni sudovi ili cevčice, u proseku su 0,008 mm u prečniku. Onispajaju same krajeve malih arterija (arteriola) za početak najmanjih vena (venula).

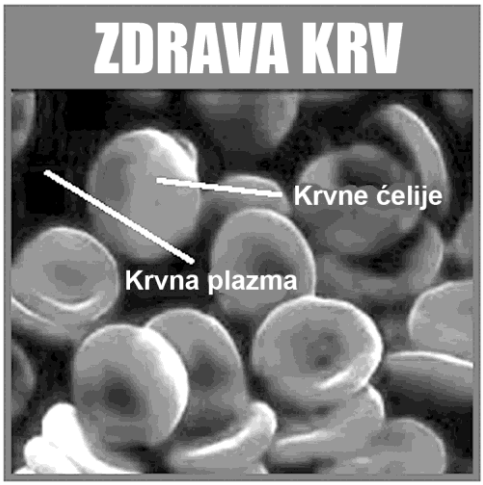
Na kraju, otpad od pročišćene krvi (urin) ulazi u cevčice za prikupljanje, a zatimu papilarne kanale, koji se nalaze u bubrež- noj moždini (unutrašnjem ili središnjem delu bubrega). Ovi papilarni kanali sena

kraju prazne kroz ureter (mokraćovod), te na taj način urin napušta bubrege.

Znam da su za one, koji samo žele da urade ispiranje bubrega i bešike i 5-dnevno čišćenje bubrega, ove informacije ne samo opterećavanje anatomijom, nego su zaista i neprivlačne, ali ostanite sa mnom još nekoliko minuta i ovo će početi da dobija smisao.

Posao bubrega jeste da filtriraju krvnu plazmu, da vraćaju dobru krv u telo i da stvaraju urin koji odnosi otpadni materijal iz vašeg organizma. Krvna plazma je tečnost u kojoj krvne ćelije (uključujući crvene krvne ćelije) plivaju.

Iako mnogi znaju da većina automobila ima motore koji se hlade vodom, ljudski bubrezi su sistemi kojima voda odnosi otpadni materijal. Većina vode koju konzumirate potrebna je za čišćenje krvi i izbacivanje otpadnog materijala iz tela putem bubrega. Bubrezi takođe regulišu ravnotežu vode, elektrolita, kiselina i al-



kalina u krvi, i indirektno, svih telesnih tečnosti.

Kako sve to funkcioniše

Krv ulazi u vaše bubrege u unutrašnjost uvučenog dela (hilusa) koji je najbliže kičmi, putem bubrežne arterije. Unutar bubrega, ova arterija se deli na mnogo manjih arterija koje ulaze u odvojene komore bubrega piramidalnog oblika(bubrežna piramida), pa se grana na još manje

arterije u bubrežnoj kori. Jedna od ovih malih arterija ulazi u veoma malu mikroskopsku jedinicu (nefron), odnosno pojedinačnu jedinicu za filtriranje. Kako krv prolazi iz unutrašnjosti nefrona u bubrežno zrnce, preko glomerula i Baumanove kapsule - voda, rastvorene supstance i sitni delići su isfiltrirani iz krvi - ali, velike stvari, poput krvnih zrnaca i velikih proteina zadržavaju se u kapilarima i krvi. Kada voda i rastvorene supstance, koje su isfiltrirane iz krvi (koje se sad nazivaju glomerularni filtrat ili predmokraća) prolaze kroz bubrežne cevčice, proksimalnu cevčicu, Henleovu petlju, distalnu cevčicu, sada dolaze u drugo područje bubrega koje se naziva bubrežna moždina. Ovde mokraća (urin) odlazi u papilarne kanale i na kraju napušta bubrege preko mokraćovoda (uretera).

Korisni materijali, kao što su voda, glukoza, amino kiseline, vitamini i minerali se ponovo upijaju u krv putem malih kapilara. Ovo ponovno upijanje (resorbova-

nje) nadgleda i ograničava vaše telo. Resorbovanje hranljivih sastojaka se zaustavlja ukoliko već imate dovoljno hranljivih sastojaka, a resorbovanje vode je regulisano hormonima.

Bubrezi ne samo da pročišćavaju krv, nego i regulišu fizička svojstva i sastav krvi tako što nadgledaju ravnotežu kiselina i alkalnih supstanci. Ono što ostane u preostaloj tečnosti, sada urinu, sastoji se od oko 95% vode i 5% rastvorenih supstanci. Rastvorene supstance su minerali (posebno natrijum), azotni otpadni proizvodi kao što je mokraća, mokraćna kiselina, kreatin, kreatinin, amonijak, hloridi, kalcijum, magnezijum, fosfor, i mnoge druge supstance kao što su krv, gnoj, bakterije i paraziti (što sve zavisi od bolesti i nivoa zdravlja osobe).

Mokraća napušta svaki bubreg putem uretera (mokraćovoda), a oba uretera iz desnog i levog bubrega spajaju se na mokraćnu bešiku odvojeno, na odgovarajućoj strani. Mokraćna bešika (engleski

“bladder”) je opšti pojam za anglosaksonsku reč „blaedre“, što znači “kesa ili bešika za sekret”, kao što je žučna kesa. Mokraćna bešika je onda, naravno, mišićna kesa za urin - bez nje, vaša mokraća bi stalno izlazila iz vašeg tela. Bešika se nalazi u donjem prednjem delu vaše karlice. Kod žena, nalazi se ispred vagine, a kod muškaraca ispred rektuma (zadnjeg dela debelog creva).

Bešika ima normalni kapacitet skladištenja od oko jedne litre ili više. Kada se bešika ispuni, rasteže se, što pokreće nervne impulse do kičmene moždine. Kada želite da mokrite, vraćanje motornih nervnih impulsa istovremeno izaziva kontrakcije bešike i opuštanje sfinkter mišića bešike. Ovaj proces može privremeno da se zaustavi dobrovoljnom kontrakcijom spoljnog uretralnog sfinkter mišića.

Na samom dnu bešike nalazi se uretra, kanal kroz koji mokraća prolazi i napušta telo. Kod muškaraca, ovaj kanal prolazi kroz središte prostate, a zatim dalje kroz

sredinu penisa i napolje na kraju. Taj kanal se takođe koristi za prolaz semena. Ovo je razlog zašto kada je muškarcu otečena prostata (zbog seksualne funkcije ili bolesti), ona pritišće uretru zbog čega je mokrenje vrlo otežano. Kod žene, uretra napušta bešiku, a otvor gde se urin prazni nalazi se u pretkomori između vagine i klitorisa.

U redu, ovo je dovoljno. Shvatanje nekih stvari može ne samo da vam pomogne da razumete svoju bolest ukoliko imateneko oboljenje bubrega, nego će vam takođe pomoći kada budemobjašnjavao programe čišćenja bubrega i bešike.

Dijagnoza bolesti urinarnog sistema

„Količina“ urina

Normalno je da osoba urinira između četiri i šest puta dnevno. Ova količina može u velikoj meri da varira u zavisnosti od količine tečnosti koju uzimate, kolika

vam je telesna težina i koliko vežbate, dišete, znojite se, itd. Prosečna osoba izbacuje između jedne i dve litre urina na dan. Svaka promena u količini urina koji se izlučuje može da bude znak da nešto nije u redu sa urinarnim sistemom.

„Izgled i miris“ urina

Od kada postoji pisana istorija, ljudi su primećivali još jedan znak bolesti urinarnog sistema, a to je promena boje, providnosti i mirisa urina - tako da, pregledanje urina bilo je nešto što su svi lekari činili hiljadama godina pre moderne medicine. Učio sam od mnogih tradicionalnih doktora koji su pregledali urin samo svojim očima i nosom, i dijagnostifikovali mnoge bolesti i neravnotežu metabolizma, bolje od mnogih modernihurologa sa svojim visoko tehnološkim laboratorijama. Čak i moderni medicinski tekstovi sadrže stranice opisa boje i mirisa urina kako bi to pomoglo lekarima da dijagnostifikuju bolest urinarnog trakta. Samo ne-

ke od boja u medicinskom tekstu su plava, crna, boje žuči, bezbojna, limeta-zelena, mlečna, narandžasto-crvenkasta, bleda, crvena i crvenkasta, a spisakmirisa je beskonačan, od mirisa ribe do sveže pokošenog sena i prezrelih jabuka.

Tako da ponavljam, svaka promena količine urina, boje, providnosti, mirisa, specifične težine, sposobnosti rastvaranja i kiselosti, može da bude znak upozorenja da je vaše telo van ravnoteže i da suvam bubrezi u problemu i da postaju oštećeni.

Ukoliko vas zanima daljnje proučavanje dijagnostifikovanja bolesti iz promena urina, pročitajte „Prastara mudrost lečenja oduvala modernu tehnologiju,“ na strani 66. ove knjige, ili se posavetujteiz neke od knjiga u svojoj lokalnoj biblioteci.

„Sve bolesti i neuravnoteženosti koje uzrokuju oštećenje bubrega mogu u potpunosti da se preokrenu. Lako je ozdraviti. Prestanite da radite ono od čega ste bolesni. Počnite da radite ono što će da izleči vaše telo.“

– dr Ričard Šulc

3. poglavlje

Problem: Bolest bubrega i bešike

U poslednjih 10 godina, broj Amerikanaca sa oštećenjem bubrega se udvostručio na više od 400.000, koji se sada leče po ceni od 25 milijardi dolara godišnje.

Bolesti koje uzrokuju oštećenje urinarnog sistema

Toksemija

Najviše štete vašim bubrezima injihovoj sposobnosti da prečišćavaju krv uzrokuje toksemija (preterano nečista krv), koja je rezultat nezdravog načina života.

Ukoliko vaša krv ima previše otrovnog otpada u sebi, to veoma teško pada bub-

rezima. Ovo može da bude uzrokovano zatvorom, starom fekalnom materijom u crevima i ponovnim upijanjem otrova nazad u krv (što je poznato kao autointoksikacija). Vaš režim ishrane može da sadrži previše „džank fuda“ (smeća od hrane), koja je bogata otrovnim hemikalijama iz konzervansa i insekticida. Sa visokim nivoom otrova u krvotoku, od zadržanog otpada i režima ishrane, vaši bubrezi nemaju šanse i ne mogu da obavljaju posao prečišćavanja. Oni su jednostavno preopterećeni. To je kao da očekujete da filter za ulje u vašem automobilu obavlja svoj posao, a niste promenili ulje već 150.000 km i ono je prepuno nečistoća. Vaš filter za ulje (bubrezi) tako će otkazati i vaše ulje (krv) ostaće prljavo, dok vaš motor (telo) ne zakaže.

Svo ovo nagomilavanje otrovnog otpada u vašim bubrezima vodeći je uzrok raka bubrega i bešike.

Ukoliko ste sebe prepoznali u ovome, zajedno sa 5-dnevnim programomčišće-

nja bubrega (poglavlje 4), biće vam potreban i 5-dnevni program čišćenja creva i da započnete sa programom zdrave ishrane.

Hiperholesterolemija i hipertenzija

Vaša jetra i žučna kesa mogu da budu zapušene, preopterećene i začepljene jer je vaš program ishrane prebogat hranom životinjskog porekla. Ovo uzrokuje hiperholesterolemiju (visok nivo holesterola), što zauzvrat uzrokuje hipertenziju (visok krvni pritisak). Visok krvni pritisak uzrokuje skoro polovinu svih bolesti bubrega.

Vašim bubrezima je mnogo teže dafiltriraju gustu, masnu krv nego ređu krv. Ovo je jednostavno osnovna fizika. Pokušajte da sipate vodu preko filtera za kafu. Proći će kroz filter vrlo brzo. Sada pokušajte da sipate i filtrirate sladoled ili sir. Neće biti baš lako, zar ne? Zasićene masti izhrane

životinjskog porekla čine vašu krv gustom, povećavajući nivo holesterola i na taj način otežavaju bubrezima da filtriraju krv. Ustvari, to će začepiti male kapilare za prečišćavanje i nefrone u bubrezima, čineći ih nesposobnim da bilo šta filtriraju.

Takođe, srcu je teško da pumpa ovu masnu krv svuda širom tela, tako da srce mora da poveća svoju snagu pumpanja (krvni pritisak). Ponavljam, ovo je osnovna fizika. Ako biste pumpali vodu kroz cev dugu oko 3 m, a sada želite da pumpate sir umesto vode, biće potreban veći pritisak kako bi se pumpala gušća masa. Ovo uzrokuje visok krvni pritisak, aveći pritisak prekida i dovodi do krvarenja veoma malih kapilara i mikroskopskih delova sistema za filtriranje krvi bubrega, do oštećenja na njima i na kraju do njihovog propadanja.

Ukoliko ste sebe prepoznali u ovome, zajedno sa 5-dnevnim programom čišćenja bubrega (poglavlje 4), biće vam pot-

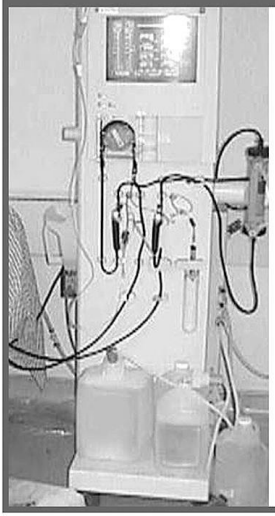
reban i 5-dnevni program čišćenja creva i da započnete sa programom zdrave ishrane.

Dijabetes

Visok nivo šećera u krvi ili dijabetes uzrokuje većinu druge polovine bolesti bubrega, koju ne uzrokuje visok krvni pritisak. Postoje mnogi poznati načinina koje visok nivo šećera u krvi šteti bubrezima. Ponavljam, sistemi mikrofiltriranja bubrega veoma su osetljivi na viskoznost krvi, pritisak, otrovni otpad, te ozbiljnu neravnotežu krvi do koje dolaze usled pojave dijabetesa. Dijabetičari mnogo mokre, odatle naziv dijabetes (od grčke reči koja znači *prolazak*). Ovo čini samo neke od razloga zašto dijabetes uzrokuje prekide, oštećenja i deformacije na malim, delikatnim mikro delovima koji filtriraju krv i čine ih prvo onesposobljenim, a zatim, nesposobnim i mrtvim.

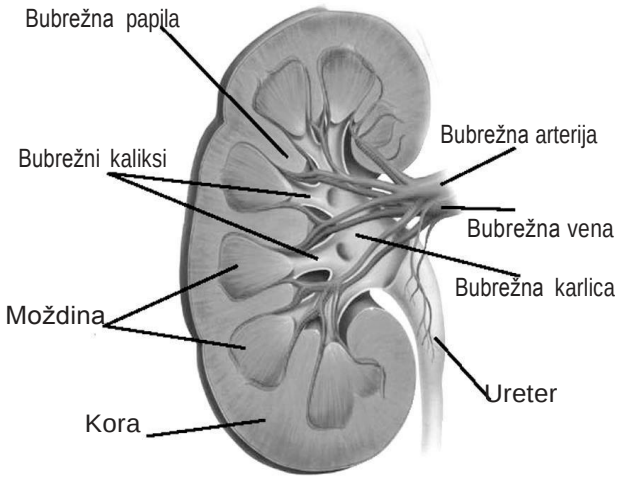
U svojoj klinici, lečio sam stotine dijabetičara, od kojih su svi, ukoliko su bili spremni da idu toliko daleko, stavili dijabetes pod kontrolu i skinuli se sa insulina uz pomoć zdravog programa ishrane, vežbanja i rutinskih programa čišćenja.

Dijaliza koja osuđuje na smrt

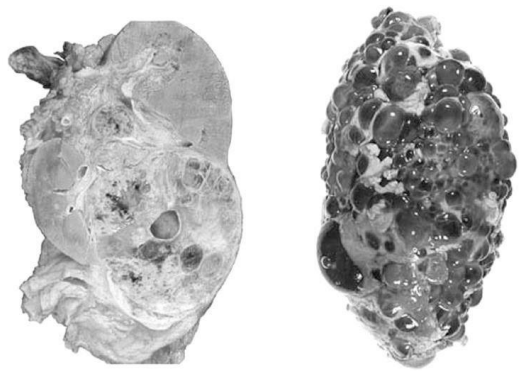


Dijaliza bubrega je zaista smrtna kazna, kao tempirana bomba. Nakon 5 godina na dijalizi, samo 1/4 ljudi ostaje u životu. Nakon 10 godina, manje od 8% ljudi je još uvek živo. Na dijalizi, zapravo umirete prenego prosečna osoba koja trune na smrt od malignog raka. Bilo da to znate ili ne, vaš lekar samo čeka da neko drugi umre, tako da može da mu iseče bubreg i da ga zašije u vaše telo. U proseku, sa ovim „bubregom leša“ umrećete za 9 godina.

ZDRAV BUBREG



OBOLELI BUBREZI



RAK BUBREGA POLICISTIČNI BUBREG

Donja granica svake bolesti bubrega, bešike ili urinarnog sistema

Svedok sam brojnim neobičnim stvarima u svom životu, posebno u mojoj klinici. Međutim, nikada nisam video da bubreg ušeta u moju ordinaciju, legne na sto za pregled i kaže, „Doktore, ne osećam se dobro.“

Ranije u svojoj praksi, shvatio sam da se u mojoj ordinaciji nalazi stvarna osoba i da stvarni problem verovatno nije tamo gde boli, a da se lečenje treba usmeriti na otkrivanje uzroka bolesti.

Doktori imaju lošu naviku da pregledaju tamo gde boli i gde se desilo poslednje oštećenje. Kod bolesti bubrega, doktori reaguju tako što pregledaju bubrege (vide da otkazuju, da su zapaljeni ili se raspadaju), zatim predlažu lekove za bubrege i dijalizu. i konačno vas stavljaju na spisak za presađivanje bubrega. Ovo jed-

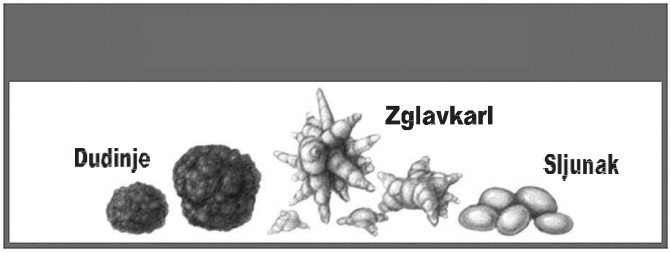
nako glupo kao i kada biste stavili kokakolu, kafu ili kravlje mleko u rezervoar za gorivo svog automobila, a zatim biste okrivili motor što je prestao da radi. Sigurno je to da motor ne radi, ili je oštećen, ali uzrok problema nije motor. Motor bi ponovo mogao da radi kada bi se isprao i očistio, i kada bi se stavilo odgovarajuće gorivo u rezervoar. Svako dlakavo mladunče majmuna to zna. Možda bi svi doktori trebalo da godinu dana pohađaju časove osnovne popravke automobila pre nego što počnu da uče o medicini.

Čak i ako doktori shvate da se vaši bubrezi samouništavaju zbog visokog krvnog pritiska ili masne krvi, većina njih smatra da je to normalan proces bolesti zbog američkog načina života i da ne možete ništa da promenite. Ovo može da obuhvata neke "radikalne", ekstremne zdravstvene programe kao što su jedenje manje mesa, pijenje manje nezdravih gaziranih sokova i hodanje. Kao posledicatoga,

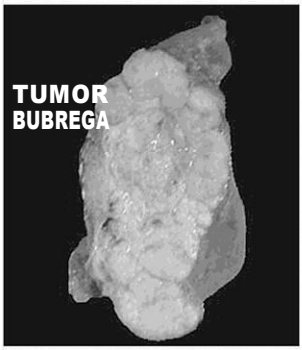
doktori retko savetuju da unesete bilo kakve promene u svoj način života. Pokušavaju da izleče vaše bubrege ili bilo koji drugi oboleli organ bez vaše pomoći! Ovim se kupuje vreme, ali se bolest nikada ne leči.

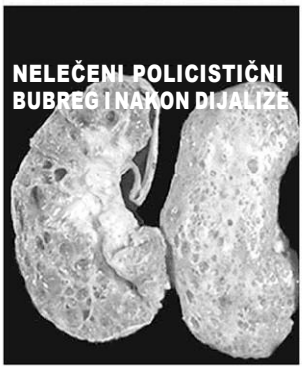
Kamenje u bubrezima

Kada sam bio dete, sećam se da sam mogao da čujem svog oca kako vrišti od bolova u kupatilu, a zatim izlazi za oko 15 minuta, mokar od znoja. Kasnije sam saznao da je izbacio bubrežni kamen. Vi koji nikada niste izbacili kamen iz bubrega, ne želite da znate kakav je to bol i mučenje. Iako nikada lično nisam izbacio nijedan kamen, imao sam mnogepacijente koji jesu, neki upravo u toaletu u mojoj



Bolesti Bubrega





Slikavredikao

1000

reči

Jedini razlog zbog čega vaši bubrezi otkazuju jeste to što jekrvkojupokušavaju da filtriraju nalik na otrovni mulj. Ukolikopromenitenačin života, poboljšate program ishrane i isperete organe za eliminaciju (posebno creva, jetru, žučnu kesu, i naravno, bubrege),vašibubreziitelo će moći da ozdrave.

klinici. Većina ih je to opisivala kao bol tako snažan, da im je oduzimao dah. Neki su padali na pod, plačući i vrišteći. Ne možete da pobegnete od tog bola i osećate se kao da mokrite kombinaciju oštrog polomljenog stakla i uzavrele kiseline. Po količini krvi u mokraći nekih od mojih pacijenata, izgledalo je da su iskrvarili na smrt. To uopšte nije prijatno iskustvo.

Iz razloga što bubrezi pokušavaju da filtriraju kiseline i minerale iz krvi, ali postanu preopterećeni kako sam ranijeobjasnio, unutar bubrega mogu da se stvore mineralni šljunak, kamenje, kristali od kiselina i mineralni plak. Ovi talozi mogu da se stvaraju tokom godina i da se pretvore u kamenje, ali takođe mogudoslovno da pretvore bubrege u okamenjenu masu. Mogu da preplave celu strukturu bubrega i na kraju da je fosilizuju.

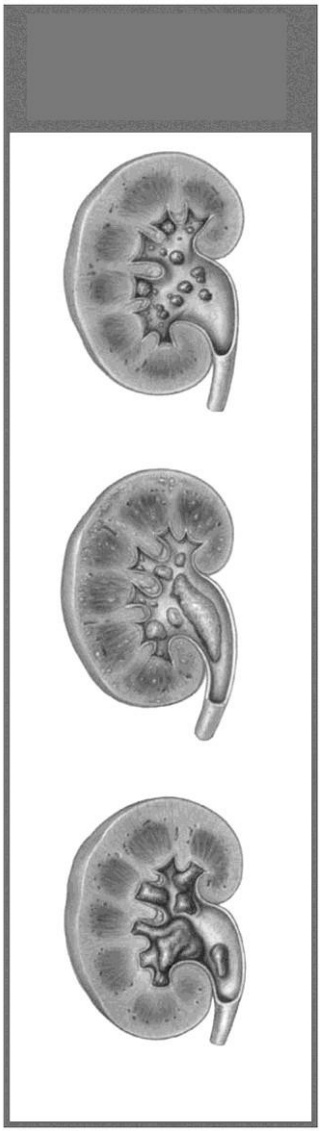
Velika većina kamenja u bubrezima napravljena je od kalcijuma. Zar to nije za-

nimljivo, jer se uvek trudimo da unesemo što više kalcijuma svojom ishranom?

Mnogi ljudi pokušavaju da unesu više kalcijuma u svoj organizam, a ironično, umesto toga ga više gube. Ovo se često dešava kada žene, koje su u strahu od osteoporoze, počnu da piju više mleka i da jedu više mlečnih proizvoda.

Životinjska hrana je veoma bogata kalcijumom, ali takođe sadrži i mnogo proteina. Kada je konzumirate, kao deo procesa varenja svih vrsta hrane koje sadrže mnogo proteina, često završite tako što izmokrite više kalcijuma, jer vaš organizam pokušava da iskoristi sve proteine. Svo ovo tečenje kalcijuma kroz organizam i preplavljivanje bubrega zapravo preoptereti bubrege kalcijumom. I zapamtite, preko 70% svog kamenja u bubrezima je od kalcijuma!

Dakle, ono što vama treba jeste da ne samo unosite kalcijum na usta, nego da unosite kalcijum koji će ostati u vašoj krvi i na kraju doći do vaših kostiju, ada



70% svog kamenja u bubrezima je od kalcijuma

15% kamenja je kamenje mokraćne kiseline

15% kamenja je od magnezijuma, amonijaka i fosfata

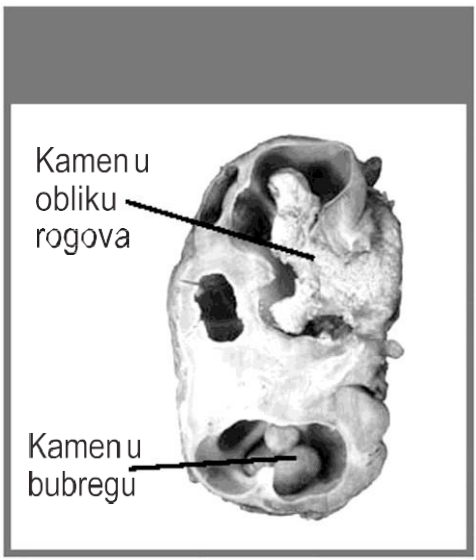
ne bude izmokren napolje. To je razlog zašto je niskoproteinska hrana bogata kalcijumom mnogo bolji izbor, jer se na taj način kalcijum zadržava u našem organizmu.

Šargarepa, citrusi i zelje mnogo su bolji izbori nego visokoproteinsko mleko i mlečni proizvodi. Mililitar po mililitar, organski sok od šargarepe napravljen kod kuće u sopstvenom sokovniku ima jednako, ako ne i više, kalcijuma od kravljeg mleka - i ne dolazi do izmokravanja kalcijuma u WC šolju. Osim toga, ima bolji ukus. Ako niste naviknuti na ukus soka od šargarepe, onda možete da ga pomešate sa malo (ili puno) soka od jabuke, dok se ne naviknete na njega. Na ovaj način možete i decu da nagovorite da piju sok od šargarepe - pomešajte 90% svežeg soka od jabuke sa 10% svežeg soka od šargarepe. Svakom detetu će seto svideti.

Zapamtite: Isti ovaj kalcijumov talog koji uzrokuje kamenje u bubrezimastvara se i u srčanim i moždanim arterijama,

zajedno sa holesterolom, uzrokujući srčane napada i udare, a sve to je uzrokovano ishranombogatomživotinjskomhranom.

Moderne visokoproteinske dijete, (kao što je Atkinsova i Zona), mogu da pomognu ljudima da smanje težinu, ali takođe mogu da pretvore vaše bubrege u kamenje. Većina medicinskih knjiga predlaže da kada pacijent ima kamen u bubregu, prvo što se treba pregledati jeste ishrana - a, ukoliko je na visokoprotein-



skoj ishrani, treba ga odmah skinuti s takve ishrane. Tokom godina, tabloidi su bili puni izveštaja o holivudskim zvezdama koje su morale da budu hospitalizovane zbog toga što su oštetile svoje bubrege ovakvim visokoproteinskim dijetama za gubitak kilograma.

Ostalo kamenje se stvara od mokraćne kiseline i zapravo se stvaraju kristali mokraćne kiseline u bubrezima. Ponavljam, stvaranje istih često je uzrokovano ishranom bogatom hranom životinjskog porekla (koja sadrži mnogo mokraćne kiseline), zajedno sa prerađenom hranom, „džank fudom", itd.

U većini medicinskih tekstova nalazi se da se alkalizacijom urina preko ishrane mogu rastvoriti kristali mokraćne kiseline i kamenje. U mojoj klinici, koristim oba programa alkalizacije urina preko sirove ishrane i sokova (*5-dnevniprogram čišćenja bubrega*) i hranu i biljke koje rastvaraju mokraćno kamenje i mokraćni pesak. Koristiti tinkturu **Bubrezi-bešika**

i **Čaj za čišćenje bubrega** za rastvaranje svih vrsta kamenja, kamenja mokraćne kiseline, kamenja od kalcijuma... svih vrsta bubrežnog kamenja!

Zapamtite, alkalizacija urina i krvi nema ništa sa pH (kiselim ili alkalnim) nivoom određene hrane, nego s tim kako hrana reaguje na vaš telesni metabolizam. Drugim rečima, kisela hrana sa niskim nivoom pH kao što su citrusi zapravo imaju veoma jak alkalizirajući efekat na vaš urin i krv.

Uopšteno, hrana koja ima alkalizujući učinak na telesne tečnosti jeste voće, povrće, klice, sirova hrana i sokovi. Hrana

koja ima kiseli učinak jeste hrana životinjskog porekla, prerađena hrana, prerađeni šećeri i „džank fud“ - znate, loše stvari.

Dakle, prelazak na program dobresirove hrane i sokova može da rastvori kamenje, kristale, te bilo kakav talog u vašimbubrezima.

Ukoliko ne želite kamenje i šljunak u bubrezima, prestanite da jedete kamenje i šljunak.

Iz razloga što su kalcijum i mokraćnakiselina uglavnom ono od čega jestvoreno bubrežno kamenje, jednostavnim prestankom jedenja hrane životinjskog porek- la zaustavlja se stvaranje kamenja. Suzdržavanje od jedenja kamenja, šljunka i prljavštine takođe pomaže.

Iz razloga što se mineralni dodaci u ishrani sastoje od stena, šljunka, kamenja, zdrobljenih školjki, starih životinjskih kostiju, pa čak i metala, izbacivanjeovih loših mineralnih dodataka takođe može

da spreči stvaranje kamenja u bubrezima. Svi moji pacijenti ili su imali kamenje u bubrezima ili porodičnu istoriju istih. Minerali u mojoj **Super hrani** daće vam eksploziju hranljivih sastojaka, a neće doprineti stvaranju kamenja. U suštini, **Super hrana** alkalizovaće vaš organizam, što će vam zapravo pomoći da rastvorite kamenje.

Kristali mokraćne kiseline u bubrezima lako se i brzo mogu rastvoriti. Lakše je i brže rastvoriti sitni kalcijumov šljunak i

Kamenje mokraćne kiseline

talog nego veliki kamen. Bez obzira na veličinu vaše kolekcije kamenja i krista- la, ukoliko imate ili sumnjate da imate bilo koju vrstu taloga, šljunka ilikamena u bubrezima ili bešici, ili vam je doktor dijagnostifikovao da imate iste, vreme je da se bacite na posao.

Kao minimum, uradite moj 5-dnevni program čišćenja bubrega opisan u sle- dećem poglavlju koji obuhvata napitakza ispiranje bubrega i bešike i sve biljne for- mule za bubrege i bešiku.

Ukoliko se problem nastavi, predlažem da još jednom uradite moj 5-dnevni prog- ram čišćenja bubrega. Možete takođe da uradite rutinu za rastvaranje kamenja u bubrezima (videti sledeće poglavlje) koju sam koristio u svojoj klinici za rastvara- nje doslovce na hiljade kamenja u bubre- zima.

Jabuke, rastvarači kalcijumovog kamenja i kamenja mokraćne kiseline

Ovo što ću vam sada predložiti da napravite se ne konzumira, to je samo eksperiment. Napunite teglu sa oko tri četvrtine jabukovog sirćeta (sirćetne kiseline) ili koristite belo sirće, koje je bistrije i lakše se kroz njega vidi. (Nikada ne preporučujem upotrebu belog sirćeta - ovo je samo za ovaj eksperiment). Stavite kokošije jaje u rastvor. (Znam da ste možda vegani, ali pozajmite jaje od komšije - slika vredi više od hiljadu reči, kao što ćete videti.) Kroz nekoliko dana, sirće će rastvoriti celu ljusku od jajeta (koja se sastoji od kalcijuma), ali neće oštetiti ili rastvoriti tanku membranu koja čuvacelo jaje. Na ovaj isti način, fitohemikalije iz sirovog soka od jabuka i jabukovog sirćeta mogu da rastvore kalcijumovo kamenje u bubrezima, ali nikada neće oštetiti ili nadražiti osetljive membrane.

Infekcije mokraćne bešike: statistike

Jedna od najčešćih vrsta svih infekcija kod muškaraca i žena jesu infekcije bešike. Ponekad se nazivaju i cistitis („kystis“ je grčka reč za bešiku, a „itis“ za zapaljenje).

- Infekcije mokraćne bešike su 50 puta učestalije kod žena nego kodmuškaraca.

- 95% infekcija mokraćne bešike uzrokovano je bakterijom koja ulazi u otvor uretera i doslovce putuje mokraćnim kanalom do bešike.

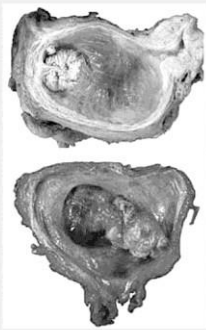
- Oko 80% svih bakterijskih infekcija uzrokovano je gram-negativnom bakterijom Ešerihijom koli (E.coli), a ostale obično drugim dobro poznatim bakterijama.

U svojoj klinici, viđao sam dva najveća uzroka infekcija mokraćne bešike, posebno kod žena, i oba su bila zasnovana na seksualnoj aktivnosti. Najčešći uzrok je

bio kada bi neka od mojih ženskih pacijentica, koja nije bila dugo seksualnoaktivna, a zatim bi upoznala gospodina Pravog, te bi se "zabavljali" tokom celog vikenda i vodili ljubav. Tokom seksualnog odnosa, mnogo obično dobroćudnih bakterija koje su veoma uobičajene u ženskom i muškom telu (kao što je E. coli), šire se kroz vaginalni i mokraćni kanal. Mokrenjem se ove bakterije ispiru iz uretera i sprečava se bakterijska infekcija. Međutim, parovi ponekad zaspu posle odnosa i spavaju celu noć, što bakterijama daje vremena da dođu do mokraćne bešike. Bez obzira na to koliko neromantično ovo zvuči, ustanite i otiđite da mokrite ubrzo nakon odnosa. Ovo će skoro u potpunosti smanjiti šanse za dobijanje infekcije mokraćne bešike.

Drugi najčešći uzrok infekcija mokraćne bešike su antibiotici, spermicidi (koji se koriste za dijafragme i na kondomima) i svi drugi lekovi za koje je dokazano da dovode do neravnoteže vaginalne bakte-

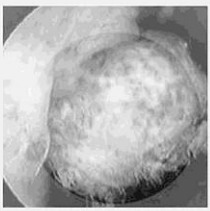
BOLESTI BEŠIKE



Rak mokraćne bešike
Ovosuvelikikancerogenitumori pronađeniunutar mokraćnebešike. Svakegodinesotkrijeu Americi 60.000 novihslučajeva raka bešike!

Inkontinencija (nemogućnost zadržavanja mokraće)
Od fekalni ostataka koji pritišću bešiku preko lekova, kao što su antihistamini, antidepresivi i lekoviza krvni i srčani pritisak, uzroci urinarne inkontinencije su beskonačni!

Kamen u bubregu
Obično je rezultat drugog urološkog problema, kao što su infekcije urinarnogtraktailiuvećanaprostata. Približno 95% svog kamenja u bubrezima pojavljujesekodmuškaraca.



Kancerogeni tumor
Ovoje kancerogenitumorna spoljnomzidumokraćnebešike.

rijske flore i dozvoljavaju prekomerno razmnožavanje bakterije E. coli. U svakom slučaju, svi (muškarci, žene, seksualno aktivni ili oni koji su u celibatu, sa cistitisom ili infekcijom bešike, ili čak i drugim infekcijama uretre iliuretera) leče se jednako, kao i kod infekcija bubrega, prateći moj 5-dnevni program čišćenja bubrega opisan u 4. poglavlju. Moj program je 100% uspevao u lečenju bilokoje vrste infekcije mokraćne bešike.

Prastara mudrost lečenja oduvala modernu tehnologiju

Pre mnogo godina dok sam radio u klinici u Aziji, čuo sam za doktora koji je imao gotovo savršen uspeh kod dijagnostifikovanja bolesti urinarnog trakta i mnogih drugih bolesti proučavajući pacijentov urin. Otputovao sam kako bih posetio njegovu kliniku, koja je na moje iznenađenje bila samo koliba od blata. On bi zamolio pacijenta da urinira u posudu. Nakon što bi mu pacijent dao svoj

uzorak urina, izašao bi na zadnja vrata kolibe, vratio se za nekoliko minuta i postavio bi svoju dijagnozu (koja je prema onome što sam video, bila neverovatno tačna).

Kada sam ga pitao da li bih mogao da posmatram laboratorijske testove i procene, pozvao me kroz zadnja vrata svoje kolibe do malog stola i stolice pozadi. Prva stvar koju radi jeste posmatranjeurina kroz čistu čašu koju obasjava sunce, te proučava boju. Zatim naspe malo pacijentovog urina na mravinjak, stavljajući ostatak na sto. Prvo ga podeli u dve posude, a zatim nastavi da ubacujerazličite biljne prahove i zrna u urin. Kroz nekoliko minuta, vrati se nazad i proveri mravinjak, a zatim urin na stolu u posudama. Zatim se, bez oklevanja, vrati u kolibu i postavi svoju neverovatno tačnu dijagnozu. Nakon nekoliko dana, uspeo sam da shvatim neke njegove genijalne veštine.

Prvo, proverio je boju i providnost urina, što može da vam kaže sve od bolesti jetre i zapaljenja bubrega do trovanja. Zatim je pomirisao urin, što može da vas navede na još 100 tragova. Ljudsko oko i nos još uvek su mnogo osetljiviji nego bilo koja razvijena laboratorijska oprema, iako mnogi doktori to ne žele da priznaju. Brzina kojom su njegovi mravi bili privučeni ili odbijeni urinom govorilo mu je mnogo stvari, uključujući količinu šećera u krvi. Dijabetes je broj 1 uzrok bolesti bubrega, tako da mora da isključi prvo tu opciju. Ubacivanje biljnih prahova u posude sa uzorcima urina govorilo mu je mnogo stvari od specifične težine do sposobnosti rastvaranja (čime testira bolesti bubrega i pankreasa). Mogao je da sazna i kakva je kiselost urina (po kojoj je određeno bilje menjalo boju), što može da vam kaže sve od infekcija do običnih groznica. Sve što mogu da kažem jeste da me nekoliko dana s ovim čovekom naučilo više toga nego godina dana u bolničkoj laboratoriji, posebno zbog korištenja

mojih omiljenih protokola dijagnostifikovanja koji se zasnivaju na jednostavnosti i zdravom razumu.

Kao prvo, niko osim Boga ne razume zaista bubrege, bešiku i urinarni trakt. Svi sistemi ljudskog organizma previše su složeni da ih mi možemo razumeti.

Međutim, na osnovnom nivou, mogu da vam pomognem da ih razumete dovoljno da shvatite i vidite šta se dešava, da donesete dobru odluku zasnovanu na zdravom razumu, a jednom kad upotrebite zdrav razum, videćete da stvarno izlečenje, istinsko izlečenje stoji samo u tome da se sami izlečite.

5-dnevni program čišćenja bubrega

- Ispire i čisti bubrege i bešiku
- Eliminiše infekcije bubrega i bešike
- Pomaže u rastvaranju i izbacivanju kamenja iz bubrega
- Čisti krv i pomaže u ozdravljenju
... I SVE TO ZA SAMO 5 DANA!

4. poglavlje

Rešenje: 5-dnevni program čišćenja bubrega

Napravio sam svoj program 5-dnevnog čišćenja bubrega kao početni nivo čišćenja za sve svoje pacijente. Ovo je jednostavan program čišćenja koji svako može da uradi.

Moj 5-dnevni program čišćenja bubrega, koji obuhvata napitak za ispiranje bubrega i bešike, i biljnu formulu za bubrege i bešiku, ima mnoge lekovite koristi na vaš urinarni sistem.

Sokovi od citrusa (limun, pomorandža, grejpfrut) ne samo da vam obezbeđuju potrebne elektrolite, nego takođe alkalizuju vašu krv, što dokazano rastvara kristale mokraćne kiseline, pa čak i kamenje u bubrezima. Takođe pomažu uispiranju

Sluznice i deluju kao diuretici, zbog čega više urinirate.

Samo konzumiranjem svih ovih tečnosti, doslovce ispirate bubrege. Kada samo više urinirate, možete da otklonite infekcije i kamenje iz bubrega i bešike. Ovo je veoma važno; posebno to treba da bude prva stvar koju radite ujutru, jer su vaši bubrezi spavali celu noć. Ujutru je najverovatnije da imate najveći broj bakterija i veći nivo taloga u bubrezima nego bilo kad u toku dana.

Ovo ispiranje se zasniva na divnom starom piću Stanlija Borouza (poznatog kao Majstor za čišćenje) koje je bilo uspešno u pomaganju hiljadama ljudi da seizleče od mnogih različitih bolesti.

Sokovi od citrusa sadrže limunsku kiselinu, ali jabukovo sirće sadrži sirćetnu kiselinu i može da se koristi kao zamena ukoliko ne možete da napravite dobar i kvalitetan svež sok od citrusa. Jabukovo sirće mora da bude sveže i nefiltrirano. Imaće jednako dejstvo.

Biljke u mojoj tinkturi **Bubrezi-bešika** i **Čaju za bubrege** imaju tri glavna dejstva - diuretičko, dezinfekcijsko i rastvarajuće. Biljke kao što su uvini listovi, bobice kleka, kukuruzna svila, rastavić, koren peršuna, koren čička, koren belog sleza, borovnice i drugo bilje u formuli koriste se vekovima kao diuretici (bilje zbog kojeg više urinirate). Čak i danas, ovo dejstvo je navedeno u medicinskim i hemijskim knjigama za većinu ovih biljaka. Neke od ovih biljaka, kao što su bobice kleka i uvini listovi, sadrže fitohemikalije kao što su eterična ulja koja su takođe moćna dezinfekcijska sredstva i uništavaju bakterije koje žive u vašim bubrezima i bešici, lečeći infekcije bubrega i bešike. Biljke kao što su koren hortenzije i crvena konopljuša poznate su po svojim sposobnostima da rastvaraju kamen u bubregu. Dakle, biljke za bubrege i bešiku teraju vas da više urinirate, vrše dezinfekciju bubrega i bešike, te rastvaraju i ispiraju talog, pre nego što se pretvori u kamen. A ukoliko već imate kamen, počinju da ga lome i rastvaraju.

Kako uraditi 5-dnevni program čišćenja bubrega?

Da, ja sam napravio svoj 5-dnevni program čišćenja bubrega koja može da se uradi tokom sedmice, na poslu ili tokom vaših redovnih sedmičnih aktivnosti. Vidite, niko ne želi da se čisti tokom vikenda, a obično ako tako isplanirate, desi se da zazvoni telefon, nazove vas prijatelj ili neko od rodbine i sledeće što se desi jeste da odustanete. Tokom zabava vikendom sa prijateljima, jedenje je veliki deo svega toga. Tokom sedmice, već ste veoma zauzeti na poslu. Možete da uradite ovaj program na poslu i jedva ćete i primetiti da ste ga uradili - jednostavno će proleteti. Možete čak i da pozovete nekoliko svojih kolega da vam se pridruže, koji bi svakako bili bolji ljudi sa očišćenim bubrezima i bešikom.

5-dnevni program čišćenja bubrega

Uradite ovih osam koraka svaki dan!

Korak 1: Nakon ustajanja, popijte oko 2,5 dl destilovane vode.

Korak 2: Pripremite i popijte napitak za ispiranje bubrega i bešike. (Pogledajte kako napraviti napitak za ispiranje bubrega i bešike na str. 79).

Korak 3: 15-20 minuta nakon ispijanja napitka za ispiranje bubrega i bešike, popijte dve šolje **Čaja za bubrege i bešiku** (pogledajte uputstva za za pripremanje ovog čaja na str. 90). Stavite 120 kapi tinkture **Bubrezi-bešika** u svaku šolju čaja (konzumirati ukupno 240 kapi jer se piju 2 šolje čaja) ili uzmite tinkturu odvojeno u pola decilitra vode.

Korak 4: Konačno, uzmite 120 kapi tinkture **Detoks**. Ova formula ima jak ukus, pa možete da je stavite u malo soka od grožđa, ako želite.

Korak 5: Jedan sat kasnije, popijte **Super hranu (2 supene kašike)** - jutarnji hranljivi napitak.

*Uputstvo za pripremanje **Supera obrok** - jutarnjeg hranljivog napitka:* U blenderu pomešajte 2,5 dl svežeg isceđenog soka od citrusa, 2,5 dl vode, 1 banana i 2 supene kašike **Super hrane**.

Korak 6: Ponovite istu dozu **Čaja za bubrege i bešiku** i tinkture **Bubrezi-bešika** još dva puta tokom dana i to bi trebalo da bude ukupno 6 šolja čaja i 720 kapi formule **Bubrezi-bešika** dnevno.

Korak 7: Ponovite istu dozu tinkture **Detoks** još četiri puta tokom dana, konzumirajući 120 kapi pet puta na dan.

Korak 8: Program hrane i sokova.

Program hrane i sokova

Sok od svežeg voća ili povrća je najbolji način za obezbeđivanje tela vitaminima, mineralima i drugim neophodnim hranljivim sastojcima. Oni su takođe veoma važni za čišćenje.

Prvi i peti dan (sirova hrana)

Doručak: Ako ste gladni pre ručka, možete da jedete voće, razblažen voćni sok ili voćne šejkove. Prestanite da jedete svo voće i voćne sokove barem jedan sat pre ručka. Najbolje je da ne mešate voće i povrće dok ste na ovom programu.

Ručak: Za ručak možete da uzmete svež sok od sirovog povrća, sirovo povrće (samo ili u salatama), klice, kalijumovu čorbu i biljni čaj. Možete da koristite prelive za salatu i povrće, ukoliko želite - uzmite maslinovo ulje, avokado, limunov sok, beli luk, crni luk i bilo koje bilje i začine.

Popodnevni obrok: Sirovo povrće, sirove salate od povrća, razblažene sokove od povrća, klice, kalijumovu čorbu i biljne čajeve. Sva hrana voće, sokovi od povrća treba da prestanu do 6 sati popodne.

Večera: Razblažen voćni sok, voće, voćni šejkovi, voćne salate i biljni čajevi.

Drugi, treći i četvrti dan (ceđeni sokovi)

Sada počinjemo s trodnevnim postom. Uzimajte barem 4 litre tečnosti dnevno. Ako ogladnite, popijte još više tečnosti.

Jutro: Započnite s vodom, jutarnjim napitkom za ispiranje, biljnim čajevima i tinkturoma i jutarnjim napitkom sa **Super hranom.**

Sredinom jutra: Razblaženi voćni sokovi, biljni čajevi i voda do podne.

Popodne: Razblažen sok od povrća, čorba od kalijuma, biljni čajevi i voda do večeri.

Uveče: Razblažen voćni sok, biljni čaj i voda uveče.

Peti dan (sirova hrana)

Peti dan je dan kada prekidate post. Program ishrane biće isti kao što je bio za prvi dan. Prekid posta predstavlja veoma važan deo ovog programa. Žvaćite hranu sporo, mešajući je sa mnogo pljuvačke. Jedite dok ne zadovoljite glad, a ne dok ne budete puni. Uvek možete da jedete još kasnije, ako još uvek budete gladni. Žvaćite sve dok hrana ne postane tečna smesa.

Pogledajte recepte za napitak za ispiranje bubrega i bešike u nastavku, i za **Čaj za bubrege i bešiku** na strani 90.

Kako napraviti napitak za ispiranje bubrega i bešike za 2 minuta

Stavite ove sastojke u blender:

- 0,5 - 1 litar destilovane vode
- sok od 1-2 limuna

- prstohvat ljute paprike u prahu ili 5-20 kapi tinkture **Cirkulacija**.
- po želji: mala količina javorovog sirupa ili meda za ukus

Blendati 10-15 sekundi. Konzumirati napitak.

Zapamtite: Potrebno je samo 60 sekundi za pravljenje napitka za ispiranje bubrega i bešike ujutru. Popijte napitak u rokuod 2-3 minute. Nemojte ga pijuckati.

Nakon pijenja napitka za ispiranje:

- 15-20 minuta nakon ispijanja napitka za ispiranje bubrega i bešike, popijte 2 šolje unapred pripremljenog **Čaja za bubrege i bešiku** (pogledajte uputstva na strani 90). Stavite po 120 kapi tinkture **Bubrezi- bešika** u obe šolje čaja (uzeti ukupno 240 kapi) ili popijte tinkturu odvojeno u 2 dl vode.

Metoda rastvaranja kamena u bubregu

Ova metoda traje dva dana i može da se ponavlja. Sipajte u lonac 3 litre sveže isceđenog soka od jabuke. Koristite čvrste jabuke koje imaju mnogo jabučne kiseline - one zbog kojih se mrštite od kiselosti (ne neke bezukusne, slatke jabuke koje imaju malo ili nimalo hranljivih ili lekovitih koristi). Dodajte 6 dl sveže isceđenog soka od citrusa, najbolji su od limuna. Zatim, dodajte 3 dl prirodnog jabukovog sirćeta. Dodajte 120 ml tinkture **Bubrezi- bešika** i 200 grama **Čaja za bubrege i bešiku**. Neka se ova mešavina tako na- tapa na toplom mestu celi dan, mešajući je na svakih nekoliko sati po minut ili dva. Ukoliko imate zaista ozbiljan prob- lem sa kamenom u bubregu, dodajte još nekoliko desetina mililitara tinkture od korena hortenzije i crvene konopljuše ovoj mešavini.

Kako bi ova formula bila jača, pomešajte sve sastojke u blenderu. Time će se svo bilje dobro samleti.

Neka ovo odstoji 24 časa, a zatim procedite kroz cediljku od nerđajućeg čelika ili iscedite kroz čistu pamučnu krpu. Procеđena formula sada mora da se čuva u frižideru dok ne bude vreme za konzumiranje.

Sledećeg dana nakon što je mešavina odstojala, pijte oko 100 ml ove tečnosti na sat. Možete čak da pijete 25 ml na svakih 15 minuta. S obzirom da spavate osam sati, a budni ste 16, ako pijete 100 ml svakih sat vremena dok ste budni, ukupno ćete konzumirati skoro 2 litre na dan; to znači da će vam ova mešavina trajati skoro dva dana.

Takođe ćete piti destilovanu vodu, do 2 litre na dan. Najbolja je destilovana voda (najpraznija voda). Destilovana voda je tako prazna da je poput vakuuma. Univerzalni je rastvarač, posebno za neželjene mineralne naslage.

Samo redovno pijenje destilovane vode dovodi do rastvaranja kamenja i sprečava stvaranje novog - međutim, kada se to doda ovoj metodi, dobićete pravog pobednika u rastvaranju.

Sastojci formule doktora Šulca za rastvaranje kamenja u bubrezima

U loncu veličine četiri litre ili većem pomešajte:

- 3 litre sveže isceđenog soka od jabuke
- 6 dl sveže ceđenog soka od limuna
- 3 dl prirodnog jabukovog sirćeta
- 120 ml tinkture **Bubrezi-bešika**
- 200 grama **Čaja za bubrege i bešiku**

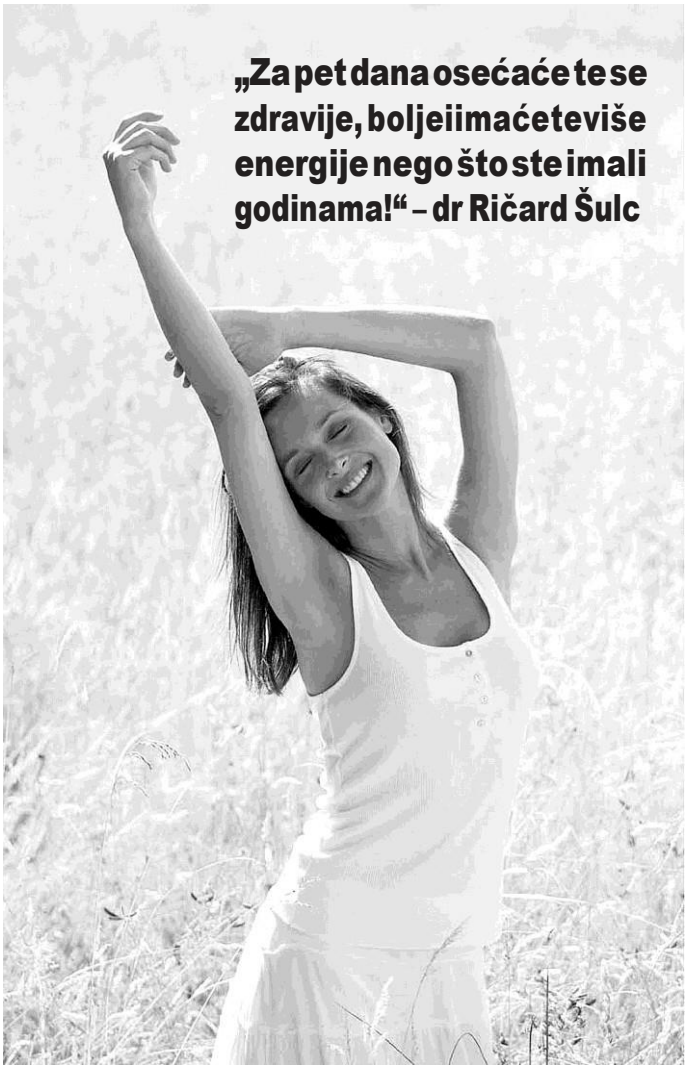
Jedna istorija bolesti

Imao sam doslovce stotine pacijenata koji su dolazili u moju kliniku sa kamenjem u bubrezima i svi su uspeli da ih rastvore.

Imao sam jednog čoveka u 30-im godinama koji je došao da me vidi iz bolnice UCLA, gde su ga snimali i našli da ima 19 velikih kamenja u bubrezima. Jedan doktor mu je predložio operaciju bubrega, a drugi razbijanje kamenja zvučnim talasima. Takođe, nadao se da kamenje neće zapeti na putu napolje.

Umesto toga, čuo je za moju kliniku od prijateljevog prijatelja kome sam pomogao da rastvori kamenje u bubrezima - i tako je on došao kod mene. Stavio sam ga na svoj program za rastvaranje kamenja, a zatim smo to učinili još jednom, za svaki slučaj. Suprotno mom savetu, vratio se u bolnicu dve sedmice kasnije na još jedno snimanje - otkrili su da više nije imao kamenja.

Zapamtite, prilikom rastvaranja bilo koje vrste kamena, (u bubregu, u žučnoj kesi ili bilo gde) 100 manjih kamenčića rastvoriće se brže nego jedan veliki - baš kao što će se i kesa s kockicama leda otopiti brže nego velika santa leda. Tako da, program može da se ponavlja koliko god je to potrebno, sve dok ne nestane sav šljunak ili Gibraltarski rt.


„Za pet dana osećaćete se zdravije, bolje i imaćete više energije nego što ste imali godinama!“ – dr Ričard Šulc

5. poglavlje

Biljne formule

Isperite i očistite bubrege i bešiku, i poboljšajte zdravlje.

Formula Bubrezi-bešika

- Otklanja infekcije urinarnog trakta
- Deluje kao diuretik i dezinfekcijsko sredstvo za bubrege i bešiku

- Sprečava stvaranje kamenje u bubrezima
- Sprečava nekontrolisano izbacivanje mokraće

Sastojci: *listovi uve, bobice kleka, rastavić, koren čička, kukuruzna svila, koren peršuna, borovnica, vodopija.*

Ovaj tonik deluje kao diuretik (povećava protok urina) i kao dezinfekcijsko sredstvo (otklanja infekcije urinarnog trakta) za bubrege, bešiku i urinarni trakt. Iako je ovo dejstvo poznato i prijavljeno od početka beleženja biljnih lekova, moderna medicina je konačno ispisala medicinske knjige dokumentujući ovo moćno lekovito dejstvo.

Kad god sam koristio ovu formulu u svojoj klinici, izlečila je svakog pacijenta sa infekcijom urinarnog trakta, čak i nakon što antibiotici nisu u tome uspeli. Delovala je u 100% slučajeva. Ova formula najbolje deluje ukoliko se koristi zajedno sa **Čajem za bubrege i bešiku** i napit-

kom za ispiranje bubrega i bešike, kao što je objašnjeno u 4.poglavlju.

Metaboličko dejstvo i botanička hemija

Listovi uve sadrže moćne fitohemikalije, kao što su eterična ulja, arbutin, kvercetin i jabučnu i galsku kiselinu. Arbutin deluje vrlo antibakterijski i uništava bakterije i gljivice koje inficiraju urinarni trakt, kao što su *E. coli, Candida albicans,* strafilokoke, itd. Jedan od načina na koje arbutin ovako deluje jeste otpuštanjem aglikonskog hidrohinona i drugih fitohemikalija u urin. Kvercetin štiti kapilare, štiti doslovce trilione kapilara koji postoje kao deo delikatnog bubrežnog sistema filtriranja. Jabučna i galska kiselina (iste koje se nalaze i u jabukama i jabukovom sirćetu) dugo se koriste za infekcije bubrega i bešike. Svo ostalo bilje u ovoj formuli sadrži fitohemikalije koje deluju ili kao diuretici, antimikrobi ili antiinflamatori za celi urinarni sistem.

Čaj za bubrege i bešiku

- Otklanja infekcije urinarnog trakta
- Deluje kao dijuretik i dezinfekcijsko sredstvo za bubrege i bešiku
- Pomaže u rastvaranju kamenja u bubrezima
- Smiruje urinarni trakt

Sastojci: *Bobice kleka, kukuruzna svila, listovi uve, koren peršuna, rastavić, zlatnica, koren hortenzije, crvena konoplja, koren belog sleza, kora pomorandže, listovi nane.*

Čaj blagog ukusa, ali moćnog učinka. Deluje i kao diuretik i antiseptik za celi urinarni trakt. Smiruje zapaljenja urinarnog trakta i takođe rastvara kamenje u bubrezima i bubrežni šljunak.

Ova formula ima jednaka dejstva kao i formula **Bubrezi-bešika** (iako je malo blaža), ali sadrži i dodatno bilje za smanjenje zapaljenosti u urinarnom traktu i za rastvaranje kamenja i bubrežnog šljunka.

Metaboličko dejstvo i botanička hemija

Bilje u ovoj formuli ima jednako dejstvo kao formula **Bubrezi-bešika** plus što su dodati koren kortenzije i crvena konopljuša, koje se koriste naročito za rastvaranje kamenja u bubrezima i bubrežnog šljunka.

Bobice kleke su moje najomiljeno bilje za bubrege i bešiku. Koristio sam ih u svakoj svojoj kliničkoj formuli za bub-

rege i bešiku koju sam ikada pravio. Saznao sam da deluju kao diuretici koji uvek uspevaju u tom dejstvu i najbolja su dezinfekcijska sredstva koja deluju čak i u najtežim slučajevima. Verujem da je ovo zbog njihovih odličnih esencijalnih ieteričnih ulja. Činile su čuda u mojoj klinici, ali nisu službeno prepoznata za bilokoju od gore navedenih upotreba, dok uva jeste.

Recept za kalijumovu čorbu

Ovo je odličan i ukusan dodatak programu čišćenja. Ispraće vaš sistem od otrova, kiselina i sluzi, a daće vam koncentrisanu količinu minerala.

Napunite veliki lonac sa pet oljuštenih krompira, pet oljuštenih šargarepa, pet celih iseckanih komada repe, dva cela iseckana crna luka, pet čena belog luka, pet stabljika celog iseckanog celera i ostatkom zelja repe.

Dodati ljutu papriku po ukusu. Dodati dovoljno negazirane vode samo da se prekrije povrće i krčkati na veoma niskoj temperaturi (od 60 stepeni) od jednogdo četiri časa. Procediti i piti samo čorbu. Napravite dovoljno za dva dana, te stavite u frižider ostatak čorbe.

Moja čorba će vas isprati i ojačati. Napravite je odmah!

Kako napraviti Čaj za bubrege i bešiku

Uputstva za početak pravljenja čaja:

Staviti 6 supenih kašika ovog čaja u 1,5 - 2 litra vode. Neka čaj stoji u ovoj vodi preko noći. Ujutru, zagrejte ga dok ne proključa, smanjite temperaturu i neka krčka jedan minut. Procedite bilje, nemojte ga bacati. Neka se čaj malo ohladi, ali ga koristite toplog. Ovim ćete dobiti dovoljno čaja da pijete dve šolje tri puta na dan. Ukoliko planirate da pijete čaj duže od jednog dana, stavite korišteno

bilje nazad u lonac, dodajte tri supene kašike svežeg bilja i 1,5 - 2 litra vode. Neka odstoji preko noći, pa ponovite celi proces. Nastavite da dodajete novo bilje starom tri dana. Posle toga, bacite svo bilje i započnite ispočetka.

Formula Detoks

- Najsnažnija formula za čišćenje koja je dostupna na tržištu
- Čisti nakupljene otrove iz krvi i limfnog sistema organizma
- Poboljšava zdravlje kože i tena

Sastojci: *cvet crvene deteline, čaparalbilje i smola, koren mahonije, koren čička, koren štavelja, koren vinobojke, koren ljutića, sveži beli luk, seme lobelije, ljuta paprika.*

Neke od ovih biljaka, u ovoj „politički nekorektnoj“ biljnoj formuli, snažno je bilo pod napadom američke vlade i medicinskih grupa tokom poslednjih nekoliko godina, a posebno tokom poslednjih 10 godina. Ovi „Božiji darovi“ postali su deo saslušanja Senata, lova na veštice, pretresa vladinih agencija i opasnih napada Američkog medicinskog udruženja, dovodeći do toga da su američki herbalisti i lekari prirodne medicine završavali u zatvoru, pa su čak bivali i prognani iz zemlje. Čega se svi oni tako plaše? Rekao bih da to samo za sebe govori.

Upotreba nekih od ovih biljaka bila je ilegalna za upotrebu, kao što je čaparal, koji je bio van zakona skoro pet godina. Dostavljači su prestali da ga prodaju, a herbalisti su se našli u problemu zbog po-

litike. Umesto toga, ja sam uzgajao sopstveni čaparal u pustinji u Kaliforniji i nastavio da ga koristim. Na posletku, u mojoj klinici, moćna sposobnost lečenja diktirala je koje biljke stavljam u svoje formule i primenjujem na svojim pacijentima, a ne politika. Kako bih mogao da pogledam u oči svog pacijenta koji pati i da mu kažem da znam šta pomaže, ali da mu legalno ne mogu dati to što mu treba? Nastavio sam da koristim ovo bilje tokom zabrane i to je bio jedan od razloga zašto je moja klinika zatvorena. Upotrebu drugih biljaka u ovoj formuli, kao što je seme lobelije, koren vinobojke, pa čak i cvet crvene deteline, lekari modern medicine su veoma obeshrabrivali. Kao posledica toga, mnogi herbalisti (uključujući i mene) bili su uhapšeni i zatvoreni samo zbog zagovaranja upotrebe ovih vrsta bilja, zbog njihove povezanosti sa lečenjem raka i hroničnih bolesti.

Nakon što sam rekao sve ovo, moram vam reći da bilje iz ove formule predstavlja klasične i tradicionalne tonike za čišćenje krvi i limfe, te sam ga uspešno koristio tokom niza godina u svojoj klinici. Svaki pacijent u mojoj klinici je koristio jednu celu flašu ove formule tokom programa 5-dnevnog programa čišćenja bubrega.

Ova formula zasniva se na poznatoj Hoksijevoj (Hoxey) formuli, formuli dr Kristofera zasnovanoj na crvenoj detelini (obojica herbalista su bila hapšena više puta zbog ovih formula) i takođe je zasnovana na mnogim sličnim moćnim formulama za čišćenje krvi koje se koriste širom sveta. Ovo bilje koristi se na klinikama prirodne medicine širom sveta za čišćenje od nakupljenih otrova iz krvi, masti i ćelija organizma, te je takođe poznato po svojoj efikasnosti.

Metaboličko dejstvo i botanička hemija

Slede opšte poznate činjenice iz brojnih medicinskih tekstova. Prema farmakološkim priručnicima, čaparal sadrži nordihidro-gvajaretinsku kiselinu. Prema Merkovom priručniku, jednoj od najcenjenijih medicinskih hemijskih knjiga na svetu, kiselina iz čaparala je navedena kao antioksidans sa terapeutskom kategorijom antineoplastičnog dejstva. Prema Taberovom enciklopedijskom medicinskom rečniku, antineoplastično sredstvo jeste „sredstvo koje sprečava razvoj, rast i umnožavanje malignih ćelija.“

6. poglavlje

Najčešće postavljana pitanja

Slede najčešće postavljana pitanja oko čišćenja i lečenja bubrega.

Koliko puta godišnje treba da uradim čišćenje bubrega i koliko dugo treba ostati na formulama kada obavljam čišćenje?

Za prosečnu osobu koja je zdrava inema nikakvu bolest ili oboljenje, najbolja prevencija jeste da radi čišćenje od sedam dana - četiri puta godišnje. To je jedna sedmica tokom proleća, leta, jeseni i zime. Izaberite sedmicu kada možete pet, šest ili sedam dana da sebi priuštite čišćenje i prevenciju. Očistite se u potpunosti. Moji pacijenti koji su ponekad radili čišćenje nisu imali nikakvih proble-

ma i nisu se čak ni razboljevali. A sve ukupno traje sedam dana. To je obično dovoljno dobro za osobu koja živi dobrim i zdravim načinom života, da spreči nastanak bilo kakvih problema. Međutim, ukoliko ste bolesti, svakako da možete da radite program čišćenja češće. I svakako, ukoliko ste i dalje bolesni, možete da produžite program čišćenja. Zapamtite, moj program za lečenje neizlečivih bolesti počinje sa minimalno 30 dana posta na sokovima i zdravstvenim programima. Tako da možete da se čistite koliko god dugo želite. Ipak, minimalno je sedam dana četiri puta godišnje.

Boja urina mi je nekada bila svetložuta. Sada je pomalo žućkasto-narandžasta. Da li je to normalno ili to znači da nešto nije u redu?

Ako vam je urin promenio boju u žućkasto-narandžastu, prvo što pitam jeste - da li uzimate **Super hranu**. **Super hrana** ima od tri do pet puta više vitamin B

kompleksa nego koliko vam je potrebno na dan. Jedna od stvari koja je sastavni deo vitamina B kompleksa jeste to što imaju žućkasto-narandžastu boju - a kada uzimate **Super hranu**, urin će vam se pretvoriti u žućkasto-narandžastu boju. Dakle, verovatno ste tek počeli da uzimate **Super hranu** i primetili ste da vam je urin tamnije boje.

Još jedan sastojak **Super hrane** je cvekla, a ako pojedete tanjir sirove cvekle uveče (rendane sirove cvekle), primetićete da sledeći put kad budete urinirali, urin će biti crven. Mislićete da vam ide krv iz bubrega. To je samo beta-karoten. **Super hrana** je jedan od najvećih poznatih izvora beta-karotena (to jest boje) i takođe vitamina B kompleksa. Obe ove stvari promeniće boju urina iz žute u narandžastu (ako ne i fluorescentnu), kada urinirate.

Dakle, ukoliko konzumirate **Super hranu**, ne treba da se brinete. Ukoliko ne konzumirate **Super hranu**, onda treba da

se zabrinete. Svaki put kad se telo promeni, ono želi da vi to primetite. Sve što se promeni na vama dok rastete i starite menja se ili na bolje ili na gore. Ukoliko ništa ne radite i počinjete da starite, telo se menja na gore. Počinjete da trulite iznutra ili da se raspadate, te vaše telo ne radi dobro. U drugu ruku, ako primetite promenu koja izgleda veoma slično, ali se dešava zbog toga što pijete mnogo soka od šargarepe, vežbate i volite sebe; onda je to pozitivna promena.

Ljudi su me uvek pitali u mojoj klinici kako da znaju da li im se dešava kriza lečenja ili se manifestuje bolest, jer simptomi mogu isto da izgledaju. Simptomi mogu da budu povraćanje zelene žuči i izlaženje parazita iz ušiju. Postoji samo jedan način da saznate. Morate da se zapitate šta ste radili prethodnu noć. Šta ste radili prošle sedmice? Da li ste išli na mnogo žurki? Da li ste išli na momačko veče? Da li ste popili bure piva, pojeli kutiju smrznute pice, jeli svu tu nezdravu

hranu, ostali budni celu noć i to ponavljali već sedmicama? Da li ste išli na žurku? Ili ste pak, kupili sokovnik i cedili svo moguće voće i povrće koje vam je došlo pod ruku? Da li ste vežbali i išli u duge šetnje svakog dana, dišući duboko i voleći sebe? Simptomi mogu da izgledaju identično. Bilo da se radi o bolesti ili lečenju, sve se zasniva na tome šta ste radili. To bi trebalo da vam pomogne da utvrdite zašto je došlo do promene boje urina.

Koja je normalna količina urina koja svakog dana treba da se izbacuje?

Normalno je da osoba urinira od četiri do šest puta na dan. Ova količina može da varira u velikoj meri u zavisnosti od količine tečnosti koju konzumirate, koliko imate kilograma, koliko vežbate, dišete, znojite se, itd. Prosečna osoba izbacuje između jedne do dve litre urina na dan. Svaka promena u količini izlučenog urina može da bude znak da nešto nije u redu sa urinarnim sistemom.

Patim od hronične infekcije bešike. Prijatelj mi je rekao da uzrok infekcije bešike može da bude kada dugo trpite da ne praznite bešiku, što takođe može da dovede do ozbiljnijih problema. Da li je to istina?

Kao prvo, niko ne bi trebalo da trpi da ne ode u toalet. Ne kažem da do infekcije bešike dolazi zbog predugog zadržavanja urina - ali niko ne bi trebalo da zadržava izbacivanje iz bilo kojeg razloga, bilo da se radi o pražnjenju creva, bešike ili izbacivanja urina, izbacivanje gasova bilo gore ili dole, kihanje ili bilo šta... Nikada, nikada, nikada ne zadržavajte izbacivanje iz svog tela. Zapravo, osnova programa za lečenje od svih bolesti jeste stimulisanje i povećavanje količine izbacivanja iz vašeg organizma. Najgora stvar koju neko može da učini jeste da zadržava izbacivanje, što obuhvata i izbacivanje urina.

Zadražavanje urina može svakako da rastegne mokraćnu bešiku i izazove infekciju koja izaziva oboljenje.

Tok urina je jedna od najjednostavnijih, prirodnih funkcija imunog sistema organizma kojom se sprečavaju infekcije urinarnog trakta, bubrega i bešike. Ukoliko želite da garantujete brzu infekciju bubrega i bešike, sve što treba da učinite jeste da zaustavite tok urina. Prirodni tok urina koji izlazi iz tela sapere bakterije, parazite i sve tipove štetnih mikroorganizama iz bubrega i bešike, pre nego što uspeju da se razviju i narastu u bilo šta što može da vam naškodi. Dakle, sistem eliminacije (koji stalno ispira telo) jedna je od primarnih funkcija imunog sistema koja vas čuva od dobijanja bolesti. Takođe, treba da shvatite da sve infekcije (posebno hronične, o kojoj ova osoba govori) uzrokuju toplotu i zapaljenost. Dalje, toplota i zapaljenost uzrokuju stvaranje oštećenja. Dakle, svaka hronična infekcija bubrega

i bešike uzrokuje stvaranje oštećenja. Tako da se ja slažem s ovom osobom. Najbolji način da se rešite bilo koje vrste infekcije (bilo akutne ili hronične) jeste da povećate tok urina (a to rade dijuretici) i uništite bakterije - to je ono što čini formula **Bubrezi-bešika** i **Čaj za bubrege i bešiku**. Same bobice kleke imaju eterična ulja koja uništavaju bakterije u urinarnom traktu, a istovremeno ova divna biljka uzrokuje da više urinirate, jer je diuretik. Uva (moja druga omiljena biljka u ovoj formuli) ne samo da je diuretik (čime povećava izbacivanje urina, samim tim brže ispire bakterije), nego takođe ima i esencijalna ulja koja ubijaju bakterije u urinarnom traktu. Poznata je upravo po tome. Dakle, dve glavne funkcije biljaka u ovim formulama jeste da vam pomognu da češće urinirate i da uništavate bakterije koje žive u vašim bubrezima i bešici.

Takođe, trebalo bi da ovde istaknem da je glavni uzrok infekcija bešike bakterija *E. coli*, a bakterija *E. coli*, naravno, jeste bakterija iz našeg probavnog trakta. Dakle, dve stvari koje uvek govorim svojim pacijentima, prvenstveno damama... ovo može da zvuči preterano jednostavno, ali bili biste iznenađeni brojem žena u mojoj klinici koje su se nakon uriniranja i izbacivanja brisale od pozadi ka napred. To ne možete da radite, a da bakterija *E. coli* iz rektuma ne dospe u područje oko vagine i uretre. Dakle, nikada ne smete da se brišete od pozadi ka napred. Znam da se neke od vas sada smeju, jer ovo zvuči kao stvar zdravog razuma ali ponavljam, pre sam morao da objašnjavam mnogim ženama kako da se brišu nakon što obave izbacivanje. Drugo, za muškarce i žene, veoma važan način kako ljudi mogu da spreče veliku većinu infekcija bubrega i bešike jesteto da treba da uriniraju nakon odnosa.

Tokom seksualne aktivnosti, veoma se često desi da *E. coli* dospe sa genitalija na otvor mokraćovoda, bilo kod muškarca ili žene. Zatim se bakterija kreće preko mokraćovoda pravo do bešike. Najbolji način za rešavanje bakterije *E. coli* jeste uriniranje nakon odnosa. Sve što mogu da kažem jeste da oni koji retko uriniraju nakon odnosa, ako ikad i uriniraju, dobijaju infekciju bešike i bubrega zbog bakterije *E. coli*. Ako mogu da kažem još jednu stvar, beli luk je naša sumporna biljka. Sadrži preko osamdeset poznatih sumpornih jedinjenja. Zapamtite da su nekada lekari birali beli luk kao lek za infekcije urinarnog trakta u današnje vreme, koriste sintetički sumpor. Ja smatram da je najbolje jednostavno koristiti sumpor koji nam je Bog dao, što je definitivno beli luk. Predlažem tri sirova čena na dan da se pojedu u različito vreme za doručak, ručak i večeru za sve koji imaju infekciju bubrega ili bešike kako bi se povećala efikasnog moja 5-dnevnog programa čišćenja bubrega.

Imam hroničnu infekciju bubrega ceo život. Može li Vaš program zaista pomoći?

Tokom tri decenije koliko je moja klinika bila otvorena, doslovce sam izlečio na hiljade i hiljade pacijenata sa infekcijom bubrega. Nekima od njih bila je to prva infekcija - ali, mnogi drugi ljudi su imali hroničnu infekciju bubrega tokom celog života i konačno su stigli do vrata moje klinike. U svakom slučaju, akutnom ili hroničnom, ljudi treba da znaju da 5-dnevni program čišćenja bubrega, koji obuhvata formulu **Bubrezi-bešika**, **Čaj za bubrege i bešiku** i formulu **Detoks**, zajedno sa napitkom za ispiranje bubrega i bešike, uvek je uspevao u 100% slučajeva. Bilo da se radilo o prvoj infekciji bubrega kod osobe ili stotoj infekciji, program je uvek uspevao! Imao sam pacijente sa infekcijama bubrega koje su bile tako strašne da lekovi koje je prepi-

sivao tim doktora nisu uspevali da ih izleče.

Sećam se kada je prvi put jedan moj pacijent primenio 5-dnevni program bubrega. Po njihovim sopstvenim rečima (koje je zabeležila telefonska sekretarica u mojoj klinici), „Infekcija bubrega i bešike, koju nijedan lekar i nijedan lek nisu uspeli da izleče, u potpunosti je izlečena nakon samo pet dana na ovom programu.“ Ipak se može reći da infekcije bubrega i nije tako teško izlečiti.

Godinama su medicinski doktori koristili sumporne lekove dok nisu otkrili da sumporni lekovi uništavaju drugedelove vašeg tela i pogoršavaju vam zdravlje. U današnje vreme, oni prepisuju lekove od sintetičkog sumpora, koji vam opet štete na drugi način dok pokušavaju da se izbore sa infekcijom bubrega. Bilje je najsigurniji i najmoćniji način za lečenje svih vrsta infekcija urinarnog trakta. Ono deluje na brojne načine, ali najviše ubija bakterije i povećava tok urina (što na pri-

rodan način jednostavno smanjuje broj bakterija ili infekcija u urinarnom traktu). Tako da, kako bismo ovo pojednostavili i kako bismo se držali teme, svi koji ovo čitaju, a imaju infekciju bubrega dobijaju garanciju doktora Šulca da ukoliko prate moj 5-dnevni program čišćenja bubrega (zajedno sa napitkom za ispiranje bubrega i bešike), izlečiće infekciju bubrega. Nikada nisam imao nijedan izuzetak u ovom pravilu tokom svih godina dok sam lečio pacijente sa infekcijom bubrega na svojoj klinici.

Odnedavno mi je veoma teško da zadržavam nagon za uriniranjem. Ovo se dešava sa godinama, ali odbijam da nosim pelene. Mogu li i šta da uradim oko toga ili je već prekasno?

Prva misao koja mi pada na pamet jeste da ne prihvatam da to dolazi sa godinama. Da, možete da uradite nešto oko toga. To se naziva ozdravljenje. Neki ljudi to nazivaju preokretanjem starosti. Kre-

nite sa svim mojim programima ozdravljenja. Često ljudima kažem da počnu sa **Super hranom**, da završe sa čišćenjem disajnog sistema, a da rade sve ostalo između toga. Očigledno je da treba da uradite ispiranje bubrega i bešike, celokupni 5-dnevni program čišćenja bubrega sa biljem za bubrege i bešiku, i formulom **Detoks**.

Može da bude da imate infekciju. Često infekcije uzrokuju da ljudi više uriniraju i da ne mogu da zadržavaju mokraću. Ovi programi će da osiguraju da ukoliko imate infekciju, rešićete se iste. Takođe, potrebno je živeti zdravim načinom života, baš kao što to treba da čine ljudi na koje se odnosi prethodno pitanje, koji imaju infekcije. Vodite zdrav način života i proces starenja će se preokrenuti u vašu korist - ojačaće vam se bešika i očistićete urinarni trakt. Jedan od razloga zašto ljudi imaju teškoća sa zadržavanjem mokraće jeste zbog količine toksina koji izlaze preko urina. Ljudi obično pitaju: „Odakle

dolaze ti toksini?“ Pa, ja mogu da vam kažem. Dolaze iz vas. Ulaze vam u usta, sa šaka i sa ruku. Dolaze iz onoga što jedete i pijete, posebno ako pijete gazirane napitke, redovno konzumirate kafu i alkoholne napitke.

Neki ljudi koji čitaju ovo znaju da nakon noći kad su se „provodili,“ probude se ujutru i uriniraju, a to peče kao da mokre vatru. To je sve zbog toksina koji se nalaze u vašem urinu u tom trenutku.

Dakle, živeći zdravim načinom života, urin će biti manje toksičan, bešika će biti manje nadražena i otkrićete da ne morate da počnete da nosite pelene.

Imam kamen u bubregu koji je zastao skroz dole u mokraćovodu. Da li ga napitak za ispiranje može rastvoriti?

Da. Moj 5-dnevni program čišćenja bubrega, koji obuhvata formulu **Bubrezi-bešika**, **Čaj bubrezi-bešika**, formulu **Detoks**, zajedno sa napitkom za ispiranje

bubrega i bešike, te program za rastvaranje kamenja u bubrezima i bešici, može da rastvori svaki kamen, bilo da se on nalazi u bubrezima, bešici ili da je zapao u mokraćovodu. Ako je kamen zaista zapao u mokraćovodu, znam da nijedna bol u životu nije ni blizu boli kada kamen zapadne u mokraćovod. Dakle, nemojte da se ustručavate da koristite moju formulu **Nervi**, koja će smanjiti bol i opustiti vas. Tako mokraćovod i telo neće osećati bol, kada je kamen tu. Međutim, morate da ponavljate rutinu rastvaranja kamenja, sve dok ne nestane svo kamenje iz bubrega, mokraćovoda ili bilo odakle. Bacite se na posao.

Kako visok nivo holesterola i visok krvni pritisak utiču na bolesti bubrega?

Bubrezi i bešika mogu da vam budu zapušeni, preopterećeni i začepljeni, jer je vaš program ishrane bogat hranom životinjskog porekla. Ovo uzrokuje visok

nivo holesterola, što zauzvrat uzrokuje visok krvni pritisak. Visok krvni pritisak uzrokuje gotovo polovinu svih bolesti bubrega.

Vašim bubrezima je mnogo teže da filtriraju gustu, masnu krv, nego da filtriraju ređu krv. Ovo je osnovna fizika. Pokušajte da sipate vodu kroz filter za kafu. Sada pokušajte da sipate i filtrirate sladoled ili sir kroz isti filter. To neće biti baš lako, zar ne? Zasićene masti iz hrane životinjskog porekla čine vašu krv veoma gustom, povećavaju nivo holesterola, te na taj način dovode do poteškoća bubrega da filtriraju krv. U stvari, one začepljuju sitne filtrirajuće kapilare i nefrone u bubrezima, čineći ih nesposobnim da bilo šta filtriraju.

Takođe, srcu je mnogo teže da pumpa krv širom tela, tako da srce mora da poveća snagu pumpanja (krvni pritisak). Ponavljam, ovo je osnovna fizika. Ako pumpate vodu kroz cev dugu 30 m, a onda želite da pumpate sir umesto vode, biće potre-

ban veći pritisak kako bi se pumpala gušća masa. Ovo uzrokuje visok krvni pritisak i veće prekide pritiska i krvarenja sitnih kapilara i mikroskopskih delova sistema za filtriranje bubrega, dovodeći do oštećenja, što naposletku može da vas ubije.

Šta je dijabetes i kako on utiče na bubrege?

Visok nivo šećera u krvi, odnosno dijabetes, uzrokuje drugu polovinu bolesti bubrega koju ne uzrokuje visok krvni pritisak. Postoje brojni poznati načini na koje visok nivo šećera u krvi šteti bubrezima, te brojne dodatne teorije. Ponovo, sistemi mikrofiltriranja bubrega su veoma osetljivi na viskoznost krvi, pritisak, otrovni otpad i ozbiljnu neravnotežu krvi, kao što je dijabetes. Dijabetičari prekomerno uriniraju, odatle naziv "dijabetes" (od grčke reči koja znači "prolaženje kroz").

Ovo čini samo neke od razloga zašto dijabetes narušava, uništava i pravi oštećenja na osetljivim mikro delovima za filtriranje i uništava ih, kao prvo, onesposobljuje ih, a zatim dovodi do njihove smrti.

U svojoj klinici, izlečio sam stotine dijabetičara, od kojih su svi, ukoliko su bili spremni da idu dovoljno daleko, stavili dijabetes pod kontrolu i skinuli se sa insulina uz pomoć zdravog programa ishrane, vežbanjem i rutinskim programima čišćenja i jačanja organizma.

Ako ste dijabetičar i uspeli ste da ne budete na insulinu, onda je vreme da započnete moj program lečenja neizlečivih bolesti. Međutim, moj program treba shvatati kao da je u pitanju neko slavlje, i zato treba da volite svaki delić istog. Sve što radite, treba da radite sa osmehom na licu. Slavite svaki uzdah i svaku stvar koju stavljate u usta. Uživajte u biljnim tonicima, kao da su najlepša pića iz Božje bašte.

Da li će dijabetes početi da šteti vašim bubrezima? Naravno da hoće. Dijabetes može da uništi vaše bubrege - doktori zvanične medicine će vam reći da će dugoročno vašim bubrezima biti bolje ako uzimate insulin. Ne, kratkoročno im je bolje bez insulina, jer ako uzimate insulin, kratkoročno, vaši bubrezi će malo da se oporave, jer će nivo šećera u krvi biti stavljen pod kontrolu. Ali, dugoročno, prva stvar koju činite jeste da ubijate svoj pankreas (gušteraču) - jer onog trenutka kada pankreas otkrije da uzimate insulin, on će prestati da stvara insulin za vas, zauvek. Dakle, postajete zavisni o insulinu. Dugoročno, svaki dijabetičar na insulinu zna da će mu bubrezi naposletku svakako biti uništeni. Dakle, vaši bubrezi biće uništeni ako pratite zvanični medicinski protokol, bez obzira šta vi uradili.

Moj predlog je da se probudite i počnete da živite na zdrav način koji je tako dobar da će pankreas ponovo početi da radi i rešićete se dijabetesa. To ne znači da ćete

se boriti, pokušavati i savladavati, nego ćete se zaista izlečiti. Hiljade ljudi su se izlečile od dijabetesa s mojim programom. Da, lečio sam i Tip 1 i Tip 2 dijabetesa. Video sam na stotine slučajeva u svojoj klinici. Video sam ih na svojim seminarima o prirodnom lečenju. Oni su na mojim video snimcima. Dakle, prestanite da se borite i da patite - počnite da slavite i da se lečite.

Da li zaista mogu da se skinem sa dijalize, čak iako mi je drugi bubreg izvađen? Da li mogu i kako da se izlečim?

Ako se pitate, nakon što su vam bubrezi otkazali, da li ćete ikako moći da ih ponovo probudite... odgovor je apsolutno da. Video sam da mnogi organi, posebno oni koje su lekari proglasili mrtvim, ponovo oživljavaju uz pomoć prirodnogle-čenja i tretmana biljem. Imao sam mnogo pacijenata koji su bili na dijalizi jer su im bubrezi otkazali. Ali, promenom njihovog načina života i programa ishrane,

zajedno sa biljnim programima i tehnikama prirodnog lečenja, bubrezi su im ponovo počeli da rade. Nije gotovo. To je sve što mogu da vam kažem - nije gotovo.

Uvek sam pod utiskom kada ljudi ne shvataju kada im prvi bubreg otkaže. Mislite da je to poziv za buđenje, ali mnogima nije. Ako dopustite da vam otkaže i drugi bubreg, onda morate na dijalizu - ovo znači da vam se krv u potpunosti izvlači iz tela dva ili tri puta sedmično, filtrira se i u nju se ubacuju hemikalije. Ako je ovo slučaj s vama, prva stvar koju želim da vam kažem jeste da svaka funkcija koju vaše telo isključi, vi možete to da preokrenete i da je ponovo uključite. Ako bubreg prestane da radi, vi ponovo možete da dovedete do toga da proradi. Ako dva bubrega prestanu da rade, onda možete da dovedete do toga da oba ponovo počnu da rade. Na skoro svakom seminaru o prirodnom lečenju kojeg se sećam, bio je neko ko mi

je rekao da se skinuo sa dijalize i da su mu bubrezi ponovo proradili. Dakle, mnogim ljudima su doktori zvanične medicine rekli da je njihova koštana srž, koja je nekada bila crvena i živa, sada žuta i masna, i da ne može da proizvede nove ćelije imunog sistema. Besmislica.

"Žao nam je, ali u vezi ove infekcije, ne možemo ništa da uradimo oko toga." Besmislica.

"Žao nam je, ali vaše arterije su tako zapušene da je jedina stvar koja može pomoći da vam ugradimo baj-pas operacijom." Besmislica.

Imao sam mnogo pacijenata kojima su glavni onkolozi u najboljim bolnicama govorili da će umreti kroz dve sedmice, jer ih je rak izjedao - a oni su ipak i danas živi. Sve je moguće. Treba da radite za bolje sutra i u to danas da verujete. To takođe znači da možete da se skinete sa dijalize.

Nikada ne odustajte od svog zdravlja. Nikada ne odustajte od organa koji je otkazao. Stvorite najveće moguće zdravo okruženje i vaše telo će samo da se izleči, a ovi organi će ponovo da prorade. Uvek kažem da treba da prestanete da radite ono što ste radili i da počnete da radite ono što će vas izlečiti. U ovom slučaju, prestanite da radite ono što ste radili što je dovelo do prestanka rada bubrega i počnite da radite ono od čega će vaši bubrezi da prorade, da se izleče i ojačaju.

Koje su koristi od uzimanja formula Creva 1 i Creva 2 kada se radi čišćenje bubrega i bešike?

U anatomskom pogledu, otpad iz jetre i žuči izbacuje se u naša creva - iz tog razloga, čišćenje jetre kada imate zatvor, veoma je loša ideja. Kao prvo, kada ispirate organ za eliminaciju, kao što je čišćenje žuči, ili bubrega i bešike, dobro je da drugi organ za eliminaciju bude pročišćen i da dobro radi.

Zapamtite, creva su najveći organ za eliminaciju čvrstog materijala. Određeno bilje iz formule **Creva 1** takođe stimulišu jetru i žuč, tako da pomažu kod njihovog čišćenja. Takođe, držeći creva očišćenim, smanjuje se teret bubrezima i bešici, i svakako će pomoći u njihovom čišćenju. Dakle, veoma je važno koristiti formulu za **Creva 1** i formulu **Creva 2**. Drugim rečima, uradite 5-dnevni program čišćenja bubrega tokom 5-dnevnog programa čišćenja, bilo da radite ispiranje jetre i žuči ili ispiranje bubrega i bešike.

Šta treba da uradim da se pripremim za ovaj program?

Najbolji način je da se pripremite od dve do četiri sedmice pre čišćenja. Minimalno ono što treba da uradite tokom ove dve do četiri sedmice jesu upotreba formula **Creva 1** i **Creva 2** kako bi se creva očistila i dobro funkcionisala. Naravno, druga stvar koja treba da se uradi jeste prelazak na dobar program ishrane.

Dok se pripremate za čišćenje, počnite da izostavljate hranu za koju znate da vam ne pomaže - počnite da uvodite više svežeg voća, povrća, klica, mahunarki i žitarica za koje znate da će vam izlečiti i izgraditi telo.

Nakon što pređete na dobar program ishrane, počnite da vežbate, povećavajte vreme vežbanja, probajte sa novim vrstama vežbi i zapamtite da treba da radite malo i na emotivnom planu. Počniteviše da volite i uradite neke pozitivne korake u tom smeru, vezano za vaše ukućane i prijatelje. Ako to budete radili u prve dve do četiri sedmice, onda kad počnete da se čistite, dobićete deset puta više koristi od čišćenja, ako prvo unapredite zdravlje.

Mogu li da primenim čišćenje bubrega i bešike?

Nikada ni od koga nisam očekivao da prati tačno sve što sam rekao. Morali biste biti robot da pratite. Sve što želim jeste da date sve od sebe. Naravno, vreme programa može da se prilagodi. Možeda se prilagodi vašem načinu života i radnom mestu, jer verovatno radite čišćenje dok ste na radnom mestu. Ono o čemu želim da razmišljate jeste da do kraja dana uzmete svu hranu, sokove, bilje i biljne formule koje sam predložio.Takođe, napravite razmak između svega koliko je god moguće.

Da li morate da pratite moj program u minutu i u sat? Ne, ne morate. Verovatno bi vam to bilo mnogo teško. Zapravo, svaki pacijent koji prati moje programe u sitne detalje, pomalo se brinem za njega. Moguće je da je pomalo neurotičan. Svakako da možete prilagodite program kako odgovara vašem načinu života.

Suština je u tome da ja želim da uradite ovaj program. Nikada nećete ozdraviti ako samo gledate moj 5-dnevni program čišćenja i proučavate ga, ali mislite da ne možete savršeno da ga uradite, pa ga uopšte i ne uradite. Dajte sve od sebe. To je sve što tražim od svakoga od vas, dajte sve od sebe dok radite ovaj program.

Šta treba prvo da uradim: ispiranje jetre i žuči ili bubrega i bešike?

Postoji nekoliko načina kako odlučiti. Prvi je povezan sa vašom prošlošću. Da li ste ikada imali problema sa jetrom ili žuči? Da li ste imali zapušenje žučne kese? Da li imate visok holesterol? Da li imate istoriju hepatitisa u porodici ili je neko u porodici imao probleme sa jetrom ili žučnom kesom? Ako spadate u tu kategoriju, onda je odgovor potvrdan, počnite sa 5-dnevnim programom začišćenja jetre i žuči.

U drugu ruku, ako ste imali kamen u bubregu, infekcije bubrega ili bešike, često mokrite ili ste u porodičnoj istoriji ili sopstvenoj prošlosti imali probleme sa bubrezima ili bešikom, onda prvo izaberite 5-dnevni program čišćenja bubrega i bešike.

Ako uopšte niste imali nikakvih problema i nemate porodičnu istoriju problema bilo sa jetrom i žučnom kesom ili bubrezima i bešikom, onda je svejedno šta ćete prvo odabrati. Međutim, ako imate problema s bilo kojim organom, možete da radite ispiranje istog tokom prva dva ili tri sezonska čišćenja, ali barem jednom godišnje probajte s drugim ispiranjem i drugim biljem. Dakle, ako uzimate napitak za ispiranje jetre i žuči, i bilje za jetru i žuč za čišćenje u proleće, leto i jesen, onda u zimu uradite ispiranje bubrega i jetre i bilje za iste. Treba uraditi drugo čišćenje barem jednom godišnje.

Da li treba da čuvam posebne dane za čišćenje?

Sve u životu bolje ide ako se za to pripremite. Označite dane na kalendaru barem nekoliko sedmica unapred. Neće vam pomoći ako se jedno jutro probudite i kažete „Uradiću program čišćenja," a sedam dana pre toga ste pijančili - ikada otvorite frižider, nemate s čim da počnete program čišćenja. Kao i sve učemu želite da uspete, malo priprema može zaista da vam pomogne da budete uspešni u svojoj nameri.

Koje proizvode i namirnice treba da nabavim za čišćenje?

Sastojci za ispiranje bubrega:

- 0,5 do 1 litar negazirane vode
- sok od 1 - 2 limuna
- prstohvat praha suve ljute paprike ili 5-20 kapi tinkture **Cirkulacija** od ljute paprike.

Po želji: Mala količina sirupa od javora ili meda za ukus.

Blendati 10-15 sekundi. Konzumirati napitak.

Biljne formule:

- 1 bočica tinkture **Bubrezi-bešika**
- 1 kutija **Čaja za bubrege i bešiku**
- 1 bočica tinkture **Detoks**
- prah suve ljute paprike ili tinktura (formula) **Cirkulacija** od ljute paprike

Alat:

- Blender (bilo kakav)
- 1 čaša vode (barem od 0,5 l)
- 1 ručni sokovnik za ceđenje citrusa
- 1 supena kašika
- Sokovnik (najbolje je koristiti za hladno ceđenje)

Da li je post na sokovima obavezan?

Iskreno, ako želite da ozdravite, post na sokovima jeste obavezan. Kao što znate, moj 5-dnevni program čišćenja sastoji se od dva dana na sirovoj ishrani i tri dana

posta na sokovima. Ako radite čišćenje od ponedeljka do petka, onda u ponedeljak i petak treba da jedete samo sirovu hranu, a utorak, sreda i četvrtak da budu dani posta na sokovima.

Ako pogledate bilo kojeg od velikih prirodnih iscelitelja iz prošlog veka, videćete da je post na sokovima bio osnova programa koje su koristili za ozdravljenje. Ne zanima me koga proučavate i koga gledate. Svi moji veliki učitelji, kao što su Pavo Airola, dr Bernard Jensen i dr Džon Kristofer, koristili su post nasokovima kao osnovu svakog izlečenja. Zapravo bismo trebali to da nazivamo ispiranje sokovima, jer ono što radite jeste uvođenje 4 litre na dan biljnih čajeva, vode i svežih sokova kroz svoje telo, što ne samo da vam daje sjajnu hranljivost, nego i ispira neželjene kiseline, soli, stare minerale, toksične naslage i hemikalije.

Ovo je verovatno najveći deo prirodnog lečenja, čišćenja i programa. Dakle, ne treba da preskačete post na sokovima.

Video sam da post stvara čudo za čudom u klinici. Post na sokovima je ono što zaista treba da uradite.

Međutim, kao što sam već rekao, ne treba da uradite celi program. Znate, ja se ponekad probudim ujutru (vi nikada ne treba da u potpunosti uradite ono što ja radim)... Probudim se ujutru i osećam se kao da bih mogao da uzmem napitak za ispiranje jetre, osećam se pomalo lenjo. Ponekad pomislim i da bih mogao uzeti napitak za ispiranje bubrega i bešike. Tako da uzmem napitak za ispiranje jetre ili bubrega, i uzmem to ujutru. Zatim se dan sam po sebi nastavi. Popijem **Super hranu** nekoliko časova posle - a zatim nakon nekoliko sati, malo ručam i onda večeram.

Dakle, poenta je u tome da ne treba nikada da oklevate ujutru da popijete napitak za ispiranje, bilo da se radi o napitku za jetru i žuč ili bubrege i bešiku. Ne morate da uradite celi program. Radije bih da sebi prilagodite program i po-

pijete makar samo jedan napitak za ispiranje, nego da ništa ne radite.

Sigurno da je optimalno da se posti na sokovima. Neki ljudi postavljaju ovo pitanje, jer imaju dijabetes i plaše se da urade post na sokovima. Da vam kažem, imao sam toliko dijabetičara i Tipa 1 i Tipa 2, koji su postili na sokovima i radili programe za ispiranje sokovima. Nemate oko čega da se brinete. Koristite svoju pamet i zdrav razum i vi to možete da uradite. Program je mnogo moćniji, kako za jetru i žuč, tako i za bubrege i bešiku, ako ga radite zajedno sa 5-dnevnim programom čišćenja, koji obuhvata moj 5-dnevni program ishrane.

7. poglavlje

Zaključak

Zapamtite, ljudi koji ne ozdrave uz pomoć prirodnog lečenja, ne ozdrave jer se nisu dovoljno potrudili... ne zato što su previše učinili.

Kada gradite kuću, potrebno vam je mnogo različitog alata. Kako biste počeli, treba vam veliki moćni buldožer da poravna nivo zemljišta i iskopa rupe za temelje. Zatim su vam potrebne mešalice za malter, težak kovani čekić, čekić za grede, cirkular i ručni električni alati da bi se izgradio kostur kuće. Konačno, kako biste završili posao treba vam delikatniji alat kao što su odvijači, klešta, mali čekići, šmirgla i četke za bojenje.

U svojoj klinici, stvorio sam brojne alate prirodnog lečenja i bilja, manji alat, alat srednje veličine i veoma veliki i snažan alat.

U svojoj klinici, naučio sam koliko je važno izabrati pravi alat za posao i imati raznovrstan alat. Bile su mi potrebne velike moćne tehnike prirodnog lečenja i alat biljnih lekova za velike poslove (kao što je program lečenja neizlečivih bolesti), kako bih pomogao svojim pacijentima da izleče ozbiljne i po život opasne bolesti. Bio mi je potreban i asortiman alata za završavanje i održavanje (kao što je 5-dnevni program čišćenja i **Super hrana**) kako bih pomogao pacijentima da izgrade zdrava i snažna tela i kako bi bili zdravi u godinama koje dolaze.

Iz razloga što je moja klinika zatvorena i nisam tu da vas lično vodim kroz putovanje izlečenja, onda kada sumnjate radite moje programe intenzivnije i duži period vremena.

8. poglavlje

Ko je dr Šulc?

Lično čudo izlečenja

Kada je dr Šulc imao samo jedanaestgodina, njegov otac je doživeo snažan srčani udar i umro. Nakon tri godine, kada je imao četrnaest godina, majka mu je takođe umrla od srčanog udara. Oboje su imali samo po 55 godina kada su umrli.

Kada je imao 16 godina, nakon godinu dana lošeg zdravlja, dr Šulcu su doktori zvanične medicine dijagnostifikovali genetski deformitet srca i deformisane srčane zaliske. Doktori su mu rekli da ukoliko se ne podvrgne otvorenoj operaciji srca, njegovo slabo i deformisano srce neće biti u stanju da obezbedi dovoljno krvi odraslom telu, te će on umreti do dvadesete godine života.

Odbio je da ode na operaciju i umesto toga se posvetio traženju alternativnih načina za izlečenje svog srca. Nakon tri godine intenzivnog posvećivanja programima prirodnog izlečenja i biljnim formulama, dobio je čist zdravstveni nalaz od istih doktora koji su mu rekli da ćeda umre bez operacije. Njegovo srce bilo je izlečeno. Nakon što se izlečio od ove tzv. „neizlečive“ bolesti, posvetio se misiji pomaganja drugima i upisao se u školu prirodnog lečenja (The School of Natural Healing), www.snh.cc.

Učenje od najboljih

Dr Šulc je studirao sa poznatim evropskim pristalicom prirodne medicine, Pavom Airolom. Obučavao ga je, a zatim je i stažirao kod poznatog lekara prirodne medicine dr Bernarda Jensena. Takođe je studirao i učio kod najvećeg američkog herbaliste, pokojnog dr Džona Kristofera, diplomirao je i predavao zajedno s njim, sve do njegove smrti. Osim što je uradio doktorat iz herbalizma i doktorat iz pri-

rodne medicine, ima sertifikate iz osam različitih tehnika prirodnog lečenja i tri crna pojasa u borilačkim veštinama.

Razvijanje iz iskustva

U ranim 1970-im, otvorio je prvu kliniku za lečenje na prirodan način u Nju Jorku, a zatim je preselio kliniku u Južnu Kaliforniju. Ukupno je dr Šulc radio u svojoj klinici za prirodno lečenje skoro 20 godina. Tokom ovog perioda, takođe je upravljao i vodio druge klinike za lečenje na prirodan način u Evropi iAziji. Tokom dve decenije prakse, izlečio je hiljade pacijenata - a u drugoj deceniji je postao poznat zbog intenzivnih programa lečenja na prirodan način i svojih moćnih biljnih formula napravljenih za lečenje degenerativnih bolesti.

Širenje misije ozdravljenja

Programi lečenja na prirodan način dr Šulca i biljne formule danas se koriste u

klinikama širom sveta, te su pomogle velikom broju ljudi da dođu do čudesnog ozdravljenja i povrate svoje zdravlje. Smatra se inovatorom, neki ga nazivaju čistuncem, a neki od njegovih kolega ga čak smatraju ekstremistom, ali ga pacijenti smatraju spasiocom života.

Podučavanje i lečenje

Dr Šulc se usudio da razvije nove tehnike i terapije, koje su otišle daleko van onoga što su ljudi mislili da je moguće sa alternativnom medicinom. Ishod njegovog rada bilo je postizanje čudesnih i jedinstvenih rezultata. Njegove biljne formule i programi lečenja na prirodan način koriste se u klinikama širom sveta kako bi pomogle ljudima da se izleče od brojnih navodno neizlečivih bolesti. Pozitivni rezultati su odjekivali širom prirodnih i medinskih zajednica.

Dr Šulc je radio kao direktor Fakulteta za herbalizma i prirodno lečenje u Velikoj

Britaniji 15 godina, te takođe i kao zamenik direktora na Osho školi za prirodnu medicinu u Engleskoj, Francuskoj i Španiji. Podučavao je i predavao na brojnim univerzitetima, uključujući Kembridž i Oksford univerzitete u Engleskoj, Triniti fakultet u Irskoj, Omega institut u Nju Jorku, Kortijo Romero u Španiji i druge institute za lečenje na prirodan način i bilje širom sveta. Bio je govornik na brojnim skupovima i nastupao je u brojnim radijskim i televizijskim emisijama. Vole ga zbog njegovepojave, strasti, posvećenosti studentima, smisla za humor, kreativnosti i zbog posebnog, entuzijastičkog i duhovnog načina podučavanja. Najviše je prepoznat zbog svog nedostižnog razumevanja lečenja na prirodan način.

Danas... vi dobijate

Dr Šulc i danas nastavlja svoju misiju lečenja, otkrivajući istinu o neograničenoj moći lečenja vašeg tela, uma i duha. Na-

kon 15 godina proizvodnje sopstvenih biljnih formula u svojoj klinici, doktor Šulc je otvorio Američku botaničkuapoteku 1994. godine, koja proizvodi i prodaje terapeutski moćne, biljne proizvode.

Dr Šulc je takođe jedan od vođa otkrivanja prevara u medicinskoj, farmaceutskoj, pa čak i biljnoj industriji. Do današnjeg dana, on nastavlja da promoviše poruku lečenja na prirodan način preko video i audio snimaka, knjiga i novina.

Distribucija:
069/102-1986

PREPORUČUJEMO

Biljne preparate koji se spominju u ovoj knjizi

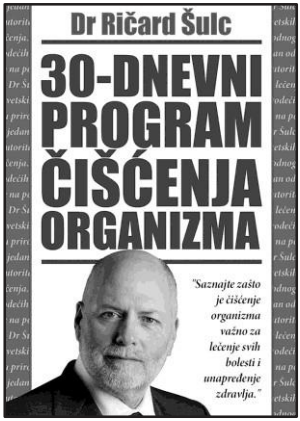
TINKTURE

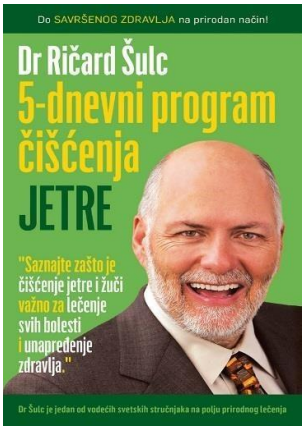
Kao i druge preparate koje preporučuje dr Šulc: za čišćenje i jačanje organizma, podizanje imuniteta, poboljšanje cirkulacije, rada mozga, regeneraciju nerava i dr.

Distribucija:
069/102-1986
www.originalnamedicina.org.rs

PREPORUČUJEMO

Knjige Dr Ričarda Šulca



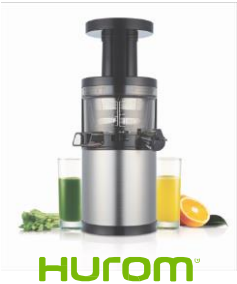


Distribucija:

069/102-1986

www.originalnamedicina.org.rs

enzita
merilo kvaliteta



Probudite maštu u sebi!

Odaberite najbolje aparate za vaše ukusne trenutke.

Blenderi Sokovnici Dehidratori Multipraktici Spiralizatori

enzita
+381 65 21 550 65 Info@enzita.rs www.enzita.rs
Enzita d.o.o. Jurija Gagarina 12B/15, Belville Iris, Novi Beograd