

LIMPIEZA DE HIGADO, VESICULA, PANCREAS Y SISTEMA LINFATICO

ES BUENO HACERLO CADA QUINCE AÑOS AL MENOS A PARTIR DE LOS 30 AÑOS

SE PUEDE HACER CADA AÑO

SE COME NORMALMENTE A LAS 2 PM

DE DOS A CUATRO CAPSULAS DE SALES DE EPSON,
CON CADA VASO DE AGUA

6 PM SE TOMA EL PRIMER VASO

8 PM SE TOMA EL SEGUNDO VASO

9.45 SE PREPARA LO SIGUIENTE: $\frac{3}{4}$ DE TAZA DE JUGO DE TORONJA PUEDEN SER DOS O TRES SEGUN EL TAMAÑO, AÑADA MEDIA TAZA DE ACEITE DE OLIVA, Y EL JUGO DE UN LIMON, SE ACERCA A LA CAMA, SE LO TOMA Y MUY IMPORTANTE NO SE PUEDE MOVER EN 30 MINUTOS DE DEBE ACOSTAR CARA ARRIBA, EN ESTE MOMENTO TODO EL ACITE Y JUGO CIRCULA POR EL CUERPO LIMPIENDO Y DRENANDO AL ESTOMAGO TODA LA SUCIEDAD QUE SACAREMOS DE NUESTRO CUERPO, PIEDRAS, MOCOS, NATAS, ETC DE VARIOS COLORES, AZULES, AMARILLOS, VERDE, ROJOS Y NEGROS SEGUN ESTEMOS DE CONTAMINADOS.
A LA MEDIA HORA YA SE PUEDE ACOMODAR.

PONER DESPERTADOR Y LEVANTARSE A LAS

6 AM PARA TOMAR EL SIGUIENTE VASO

8 AM SE TOMA EL ULTIMO VASO

10 AM SE TOMA DESAYUNO LIGERO

2 PM SE COME NORMALEMENTE