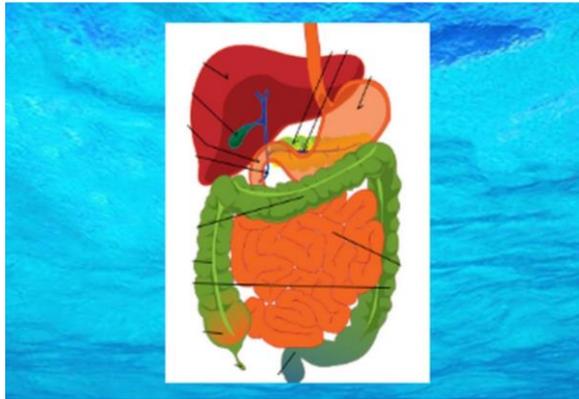


# **La Santé par le Nettoyage**



**LA SANTÉ À LA CLEF**

# **La Santé par le Nettoyage**

**3<sup>ème</sup> édition**

Copyright 2013, by **La Santé à la Clef**

Recueil de recettes publié comme support de formation

Copyright 1993-2013 by **New Century Press**  
pour tous les extraits de livres du Dr Hulda Clark

Association **La Santé à la Clef**

380, Chemin du Ranquet

F-30500 Saint Ambroix

## **Le premier Secret de la Santé**

### **La propreté des organes internes**

### **Programmes de Nettoyages**

**Compilation réalisée par Joseph Lamy**

# La Santé par le Nettoyage

## Le premier Secret de la Santé :

### Comment nettoyer son corps à l'intérieur ?

Dans le monde moderne civilisé la plupart des gens sont familiarisés avec l'idée qu'il est nécessaire, pour être en bonne santé, de **nettoyer son corps à l'extérieur** : les douches et les baignoires sont faites pour cela. L'étude attentive du phénomène montre aussi objectivement que ce ne sont pas les vaccinations qui ont fait régresser les épidémies mais bien les **progrès de l'hygiène** : l'apparition de salles d'eau dans les maisons et appartements et l'habitude subséquente de s'en servir au quotidien. La déesse grecque **Hygie** joue donc un rôle important dans la santé, presque autant que son confrère **Esculape**.

Tout le monde est également conscient du fait que la **bonne santé** - et donc la **longévité** - d'une automobile dépend étroitement de son **entretien**, c'est-à-dire des **vidanges** régulières telles que prévues par le constructeur et l'on ne connaît personne qui négligerait volontairement de vidanger sa voiture tous les 10.000 ou 15.000 kms, ou plus ou moins, selon la recommandation du constructeur. Car chacun sait que « couler une bielle » - comme l'on dit, cela coûte cher ! Et il vaut mieux prévenir que guérir !

Oui, **il vaut mieux prévenir que guérir** ! Si ce salutaire instinct de conservation déployé par les rois de l'hygiène

## La Santé par le Nettoyage

automobile pour leur voiture chérie - qui n'est pas biologique mais seulement mécanique - ils l'avaient au moins autant *pour eux-mêmes* ! C'est-à-dire pour *leur propre corps*. C'est malheureusement rarement le cas ! Cela les gêne encore trop rarement d'avoir l'intestin, le foie, les reins notablement encrassés. Le nettoyage des organes internes devrait pourtant, dans le monde moderne pollué, être enseigné à l'école et devenir, éventuellement à l'aide d'un « **carnet d'entretien** », une pratique aussi courante que l'habitude prendre une douche quotidienne ou de se brosser les dents !

Le présent ouvrage se veut résolument *pratique*. Pour celui ou celle qui a compris l'importance de l'**hygiène interne** il veut fournir les **informations concrètes** utiles à connaître pour pratiquer les **quatre grands nettoyages de base** que sont le **déparasitage**, le **nettoyage des reins**, le **nettoyage du foie** et le **nettoyage intestinal**, à réaliser dans cet ordre.

Les **nettoyages** ici présentés ont été mis au point par la Doctoresse en Biologie et thérapeute américaine **Hulda Clark**. Ils présentent l'avantage d'avoir déjà été pratiqués avec succès par des dizaines de milliers de personnes dans le monde, de pouvoir être pratiqués seul à la maison avec des ingrédients simples, entièrement naturels, peu coûteux en regard des médicaments chimiques, et sans aucun effet secondaire négatif. Ce sont d'authentiques **secrets de santé** !

## La Santé par le Nettoyage

**Décharge de responsabilité:** Les **documentations générales** ci-après relatives aux **Programmes d'Hygiène Interne Dr Clark**, extraites ou élaborées à partir des œuvres de la **Doctoresse Clark** sont fournies à titre purement **informatif**. Le lecteur doit *vérifier* par lui-même la *conformité* des informations fournies - en fonction de la *crédibilité* qu'il leur accorde - aux **indications apportées par Hulda Clark elle-même** dans ses propres ouvrages et publications.

Seul un **médecin** ou un **naturothérapeute** compétent et reconnu est à même de fournir, en toute fiabilité et sécurité, une prescription qualitative et quantitative *précise* entièrement *adaptée* à la personne qui consulte.

Toujours se souvenir aussi que, en ce qui concerne les **Programmes** et les **dosages**, la **Doctoresse Clark**, faisant appel au simple bon sens de chacun, dit toujours: **"Écoutez votre corps!"**

**La Santé à la Clef**

# La Santé par le Nettoyage

## Programme Antiparasitaire à base de plantes Dr Clark:

Documentation rédigée à partir des livres de la Doctoresse Hulda Clark.



### Programme de Base - Utilisation généralement conseillée

#### 1) Black Walnut Hull Tincture Extra Strong.

Jour 1 (C'est le jour du commencement; commencez dès la réception): Prendre une goutte. Versez-la dans une demi-tasse d'eau. Sirotez-la dans un estomac vide comme avant un repas.

Jour 2: Prenez 2 gouttes dans un demi verre d'eau; prendre comme précédemment.

## La Santé par le Nettoyage

Jour 3: Prendre 3 gouttes dans un demi-verre d'eau; idem.

Jour 4: Prendre 4 gouttes dans un demi-verre d'eau; idem.

Jour 5: Prendre 5 gouttes dans un demi-verre d'eau; idem.

Jour 6: Prendre 2 cc dans un demi-verre d'eau. Sirotez-le; n'avalez pas tout d'un coup.

Faites-le en 15 minutes. (**Si vous pesez plus de 70 kg, prenez 2,5 cc. Ne pas dépasser 3 cc**, parce que cela ne donnerait pas plus d'effet pour autant; après il y aurait un risque de dépendance).

Pour les **deux autres produits de déparasitage, Clous de Girofle** et **Absinthe**, voir le tableau ci-après.

# La Santé par le Nettoyage

## Programme de Déparasitage

<b>Produit</b>	<b><u>Teinture de Noix Noire Extra-Forte BWN Teinture</u></b>	<b><u>Absinthe - Armoise Wormwood - Capsules (200-300 mg)</u></b>	<b><u>Clous de Girofles Cloves Capsules (Type 0 ou 00)</u></b>	
<b>Jour</b>	<b>Gouttes par jour unique avant le repas</b>	<b>Capsules en prise unique à jeun</b>	<b>Capsules trois fois par jour aux repas</b>	
1	1	1	1.1.1	
2	2	1	2.2.2	
3	3	2	3.3.3	
4	4	2	3.3.3	
5	5	3	3.3.3	
6	2 cuillers à café	3	3.3.3	
7	2 cuillers à café une fois en milieu de semaine	4	3.3.3	
8		4	3.3.3	
9		5	3.3.3	
10		5	3.3.3	
11		6	3	
12	2 cuillers à café une fois en milieu de semaine	6	3 capsules une fois en milieu de semaine	
13		7		
14		7		
15		7		
16		7		
17		Une fois par semaine		
18				

## La Santé par le Nettoyage

La deuxième et la troisième semaine il suffit de prendre **deux cuillères à café de brou de noix noire** en teinture une fois dans la semaine.

De même, la troisième semaine, il suffit de prendre les **clous de girofles** (un à chaque repas), une fois pour la semaine.

Pour les deux **produits d'accompagnement, ornithine** et l'**arginine**, faisant aussi partie du **programme antiparasitaire** et destinés à éliminer l'**ammoniaque** accumulé dans le foie et dans le cerveau, afin qu'il ne trouble pas le sommeil (surtout au cours de la deuxième partie de la nuit), en prendre, matin et soir, comme indiqué sur les flacons (2 gélules pour l'arginine et 3 à 4 gélules d'ornithine par jour), de préférence l'**arginine** (tonique) le matin et dans la journée et l'**ornithine** (apaisante), le soir.

### Dr Clark Fx – Multi-Nettoyant



**Faites l'expérience du Soin!**

*Traduction française de la notice originale de  
Mountain Meadows Herbs ©*

C'est un **Cadeau de la Nature** pour nous.

Les **plantes** composant le **Clark Fx - Mountain**

# La Santé par le Nettoyage

**Meadows** d'après la célèbre **recette** de la **Doctoresse Hulda Clark** sont :

1. **Brou de Noix Noire** (provenant du Noyer Noir)
2. **Absinthe** (en provenance de l'artémisiaire)
3. **Clous de girofles** (provenant du giroflier)
4. Thé vert **Rooibos**

**Qu'est-ce que c'est ?**

**Clark-FX** est une formule **tout en un**, qui contient les trois herbes suggérées par le **Dr Hulda Clark**, ce à quoi s'ajoute encore le **Thé Vert Rooibos** afin de **renforcer l'effet de l'absinthe**.

## Bénéfices

- ♦ Puissant nettoyant intestinal
- ♦ Convient aux animaux domestiques (à l'exception des chevaux)
- ♦ Soutien du système immunitaire

## Avantages

- ♦ Sûr, 100% d'ingrédients naturels
- ♦ Ne cause pas de somnolence + sous la forme liquide, facilement assimilable
- ♦ Pur, pas d'additifs

**Clark-Fx** devrait être utilisé par **blocs de deux semaines** avec une **pause d'une semaine** entre les deux. Les doses peuvent

## La Santé par le Nettoyage

être augmentées ou diminuées en fonction de comment votre corps réagit aux herbes.

Commencez par la "**Dose de Démarrage**" pour votre poids figurant sur le **tableau** ci-dessous. Si vous n'avez pas de réaction, augmentez progressivement la dose quotidienne de 1 à 2 gouttes par dose jusqu'à ce que vous atteigniez les niveaux de dose maximale pour votre poids. Si vous avez mal à la tête, diminuez la dose. Vous pouvez mettre les gouttes dans de l'eau ou du jus, à votre goût.

**Nettoyant Intestinal:** Pour les enfants âgés de 0 à 5 ans et les mamans enceintes ou allaitantes, utilisez ***Olive Leaf Extract*** [**«Extrait de Feuilles d'Olivier»**]. De 5 ans d'âge à l'âge adulte, suivre le dosage prévu, pendant 3 mois, à deux semaines d'intervalle.

**Support du système immunitaire:** Pour les enfants âgés de 0 à 5 ans et les mamans enceintes ou allaitantes, utilisez ***Olive Leaf Extract*** [**«Extrait de Feuilles d'Olivier»**] De 5 ans d'âge à l'âge adulte: Suivre le schéma de dosage prévu pendant 3 mois ou jusqu'à ce que les résultats souhaités soient atteints. **Usage local – Usage externe:** Diluez une solution de 25 gouttes de Clark-Fx dans 50 gouttes d'eau et utilisez deux fois par jour. Soyez conscient(e) que vous pouvez ressentir une sensation de brûlure pendant quelques secondes après application sur la peau. La teneur en alcool peut dessécher la peau, il n'est donc pas conseillé de faire cela pendant de très longues périodes de temps. Il n'est pas suggéré de

# La Santé par le Nettoyage

continuer à utiliser le produit de cette manière si une irritation se développe.

## Utilisation Clark-Fx Mountain Meadows Herbs

Poids (1 livre = ½ kg)	20-29 livres (animaux seulement)	30-49 livres	50-59 livres	60-99 livres
<b>Dose de départ Semaine 1</b>	1 goutte 3 fois par jour	1 goutte 3 fois par jour	2 gouttes 3 fois par jour	3 gouttes 3 fois par jour
<b>Dose de croisière Semaine 2</b>	1-2 gouttes 3 fois par jour	2 gouttes 3 fois par jour	3-4 gouttes 3 fois par jour	4 gouttes 3 fois par jour
<b>Dose maximale Semaine 3</b>	Voir ci-dessus	4 drops 3 fois par jour	6 gouttes 3 fois par jour	8 gouttes 3 fois par jour
Poids	100-119 livres	120-149 livres	150 livres et +	
<b>Dose de départ Semaine 1</b>	3 gouttes 3 fois par jour	3 gouttes 3 fois par jour	3 gouttes 3 fois par jour	
<b>Dose de croisière Semaine 2</b>	6-7 gouttes 3 fois par jour	8 gouttes 3 fois par jour	10 gouttes 3 fois par jour	
<b>Dose maximale Semaine 3</b>	13 gouttes 3 fois par jour	16 gouttes 3 fois par jour	20 gouttes 3 fois par jour	
<b>Taille du flacon</b>	Un flacon de 2 oz/onces (60 ml) durera de 7 à 46 semaines d'utilisation en fonction du dosage, dépendant lui-même du poids ( <i>non incluse 1 semaine de pause</i> ) ( <i>Il durera 7 semaines à 20 gouttes 3 fois par jour, 46 semaines à 3 gouttes 3 fois par jour</i> ). Le double pour un flacon de 4 oz.			

# La Santé par le Nettoyage

**Contient:** Brou de Noix Noire, \* Clous de girofles communs, \* Absinthe, \* Thé Vert Rooibos, glycérine végétale, eau distillée et env. 35% \* d'alcool de grain.

(\* ) Ingrédients certifiés **biologiques**.

**Avertissement - Décharge de responsabilité émanant du fabricant «Mountain Meadows Herbs»:** L'utilisation des **plantes** est controversée. Les informations et témoignages contenus dans ce document sont destinés à apporter une aide dans le **choix** des produits. Ils ne sont pas destinés à être utilisés pour diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir quelque maladie que ce soit ou d'autres complications.

\* **Attention:** Si vous êtes **enceinte, allaitante, ou sous condition médicale** et / ou si vous prenez d'autres produits ou bien des médicaments, s'il vous plaît, consultez votre **fournisseur de soins de santé** avant d'employer ce produit.

**Remarque :** Si vous choisissez la teinture Clark Fx (3+1 produits en un seul) plutôt que le Programme Antiparasitaire de base de Hulda Clark, n'oubliez pas quand même (pour neutraliser l'ammoniaque et bien dormir) d'y ajouter l'arginine et l'ornithine !

# La Santé par le Nettoyage

## Programme de Maintenance Antiparasitaire

Dr Clark

1 fois par semaine (pendant un an ou plus...):

(Le même jour, prise unique - tout ensemble - à jeun.)

- 2 cuillères à café de brou vert de noix noire (Black Walnut Tincture) ou 4 gélules de brou en poudre à jeun.

- 7 capsules d'absinthe (*Artemisia Absinthum*) à jeun.

- 3 capsules de clous de girofle (Cloves) à jeun.

Extrait du livre : "*La Cure de toutes les maladies*" du Dr Hulda Clark.

## Programme Antiparasitaire pour les Enfants

### Teinture Extra-Forte de Brou de Noix Noire

Les **enfants** doivent suivre le même **Programme Antiparasitaire** que les adultes pour une durée de **5 jours**.

Le **sixième jour**, au lieu de 2 petites cuillères, il faut prendre le dosage suivant:

## La Santé par le Nettoyage

ÂGE	Teinture de Brou de Noix	Niacinamide
En dessous de 6 mois	1/4 cuillère à café	50 mg
De six mois à 5 ans 1/2	cuillère à café	50 mg
De 6 à 10 ans	1 cuillère à café	100 mg
De 11 à 16 ans	1 1/2 cuillère à café	500 mg

Remarque : La fonction de la Niacinamide est de neutraliser les effets de l'alcool.

### Absinthe et clous de girofle

**Il ne faut pas administrer d'absinthe aux *petits* enfants.**

Il faut **augmenter le dosage d'un jour pour chaque année d'âge**. Par exemple, à 4 ans, l'on suit le programme pour adultes jusqu'au quatrième jour et puis l'on s'arrête.

Il n'est pas recommandé de continuer avec le **programme de maintien** avec l'absinthe et les clous de girofles. C'est mieux de les prendre pendant le programme antiparasitaire ou lorsqu'ils sont faibles (il ne faut pas administrer l'absinthe aux *tout-petits* enfants).

En cas de besoin du programme plus fort, il n'est pas nécessaire d'augmenter le dosage de l'absinthe et des clous de girofles, comme c'est le cas pour la teinture de brou de noix noire.

# La Santé par le Nettoyage

## Programme antiparasitaire pour animaux domestiques

Les **animaux domestiques** hébergent souvent les **mêmes parasites** que l'être humain, entre autres: **ascaris, ankylostome, trichine, strongyloïdes, dirofilaria** et divers **vers plats**.

Si l'on veut rester en bonne santé sur le long terme, **tous les animaux domestiques vivant dans la maison doivent être débarrassés des parasites** ; par la suite un **programme d'entretien** doit être entrepris. La visite mensuelle chez le vétérinaire ne suffit pas.

**Si vous suivez exactement les mesures ici proposées vous n'avez pas le besoin impératif de céder votre animal domestique pour être vous-même libre de parasites. Si cependant vous êtes gravement malade, vous devriez confier l'animal à un ami jusqu'à ce que vous alliez mieux.**

Si vous avez un **animal domestique** vous devriez **faire attention à sa santé**, tout comme à la vôtre. Ceci est possible à **moindre coût**.

Suit la **recette** suivante:

# La Santé par le Nettoyage

## 1) Eau au persil

Faites bouillir un grand bouquet de **persil frais** durant trois minutes dans un litre d'eau. Jetez le persil. Congelez la plus grande partie du liquide dans des récipients de 200 ml de contenu. Ceci est la provision pour un mois. Donnez, à chaque fois, **une cuillerée à thé** de cette solution de persil sur la nourriture de l'animal. Vous n'avez pas besoin de vérifier si effectivement tout a été consommé. Déjà une petite quantité suffit.

Les **doses** indiquées sont valables pour **un chat ou un chien d'environ 5 kg**. Augmentez la dose proportionnellement au poids corporel réel.

Les animaux sont si fortement infestés de parasites qu'il ne faut pas procéder trop rapidement dans le combat contre les parasites. **L'eau de persil ne fait que stimuler la fonction rénale pour que les parasites morts soient rapidement évacués**. Les animaux s'habituent rapidement à l'eau de persil. Peut-être ressentent-ils que cela leur fait du bien. Poursuivez ce traitement **pendant une semaine** et alternez alors avec de la **teinture de noix**.

## 2) Teinture de noix

Ajoutez-en une goutte sur la nourriture. Ne forcez pas les animaux à le manger. Comptez juste. **Traitez les chats deux fois par semaine, les chiens tous les jours**, par exemple,

## La Santé par le Nettoyage

pour un chien de 15 kg: 3 gouttes tous les jours (augmentez progressivement la dose de 1 à 3 gouttes).

Si l'animal **vomit** ou a de la **diarrhée**, c'est certainement que **des parasites vont apparaître**. Ceux-ci sont particulièrement infestants et dangereux. Ne laissez jamais un enfant enlever les «déchets» de votre animal domestique. Jetez dessus du **sel** et un produit contenant de l'**iode** et laissez agir pendant cinq minutes avant de débarrasser. Enlevez les déchets à l'air libre de la même manière. Ensuite lavez-vous les mains avec de l'**alcool éthylique** dilué (une partie d'alcool pour quatre parties d'eau) ou de la **Vodka**. Mettez l'alcool hors de la portée des enfants. N'achetez pas d'alcool isopropylique (alcool modifié ou dénaturé) pour désinfecter. Commencez avec l'**absinthe** une semaine plus tard.

### 3) Clous de Girofle

Ouvrez une gélule (de 200 à 300 mg par gélule) et mettez **une petite quantité sur la nourriture sèche** (à partir de la 4<sup>ème</sup> semaine). Poursuivez ce programme de façon habituelle pour pouvoir vivre sans danger avec vos animaux. Remarquez combien ils seront alertes et heureux grâce à ce traitement. Procédez lentement pour que l'animal apprenne qu'il doit manger ces produits.

#### En résumé:

- Première semaine : eau de persil
- 2<sup>ème</sup> semaine : eau de persil et teinture de noix

## La Santé par le Nettoyage

- 3<sup>ème</sup> semaine : eau de persil, teinture de noix et absinthe
- 4<sup>ème</sup> semaine : eau de persil, teinture de noix, absinthe, girofle.

Semaine	Eau de Persil	Teinture de Noix	Absinthe Gélules	Clous Girofle Gélules
Quantité	Cuillère à thé sur les aliments	Gouttes sur aliments: Chats: 2 fois par semaine Chiens: tous les jours	Ouvrir gélule, petite dose sur nourriture	Ouvrir gélule, petite dose sur nourriture
1	1 ou plus selon taille			
2	1 ou plus	1		
3	1 ou plus	1 ou plus selon taille	1	
4	1 ou plus	1 ou plus	1	1
Après	1 ou plus	1 ou plus	1	1

Extrait du livre **"La Cure de toutes les maladies" - "La Guérison est possible"** par la Doctoresse Hulda Clark. Edition française 2011 - Pages 380-381.

# La Santé par le Nettoyage

## Programme Antiparasitaire Dr Clark Spécial pour Ascaris et Ténias

Ce programme est à faire après avoir suivi le Programme Antiparasitaire de base.

**Durée** : Trois semaines.

(Ajoutez 5 gouttes d'Acide Chlorhydrique à 5% Dr Clark dans de l'huile d'olive ozonée - cette quantité est pour quatre jours.)

<b>Produit</b>	Co-Enzyme Q10 (400 mg) en capsules	L-Cystéine (500 mg) En capsules		Huile d'Olive Ozonée en c. à soupe
		Petit-Déjeuner	Repas Midi	
<b>1</b>	8 à 10	3	3	3
<b>2</b>	1	3	3	3
<b>3</b>	1	3	3	3
<b>4</b>	1	3	3	3
<b>5</b>	1	3	3	3
<b>6</b>	8 à 10	3	3	3
<b>7</b>	1	3	3	3
<b>8</b>	1	3	3	3
<b>9</b>	1	3	3	3
<b>10</b>	1	3	3	3
<b>11</b>	8 à 10	3	3	3
<b>12</b>	1	2	2	3
<b>13</b>	1	2	2	3
<b>14</b>	1	2	2	3
<b>15</b>	2	2	3	3
<b>16</b>	8 à 10	2	2	3
<b>17</b>	1	2	2	3
<b>18,19,20</b>	1	2	2	3
<b>21</b>	8 à 10	2	2	3

# La Santé par le Nettoyage

## Programme antiparasitaire de la Doctoresse Clark - Dosage Fort

Avertissement - Remarque importante: Attention, ce Programme est très fort ! Le Programme *Fort* est juste mentionné ici pour mémoire, car il n'entre pas dans la simple **hygiène** et la **prévention**. **Ne pas prendre ce programme sans raison particulière. Ne pas prendre ce programme sans accompagnement médical ou thérapeutique.**

L'on a besoin de:

- Teinture extra-forte de brou vert de noix noire
- Capsules d'absinthe (armoïse) (200-300 mg d'artémise, chaque capsule)
- Capsules de clous de girofle (500 mg, chaque capsule)

Ces herbes doivent être prises en même temps (en une demi-heure ou même en 5 minutes), comme s'il s'agissait d'un seul traitement. Elles ne doivent pas être mélangées à l'avance, car elles interagissent entre elles, et ceci détruit leur puissance.

Les trois herbes tuent les *différents stades* de parasites. Les clous de girofles tuent les œufs, l'absinthe (armoïse ou artémise) tue les cercaïres et la teinture de brou de noix tue les parasites adultes.

Mais, en général, chez une personne **immunodépressive**, beaucoup de parasites échappent à l'élimination et recommencent leur cycle. Ceci arrive parce que les

## La Santé par le Nettoyage

**parasites mourants relâchent immédiatement leurs œufs**, qui voyagent dans le sang à la recherche d'un **point du corps isolé**, qui est sûr pour eux, comme, par exemple, **l'oreille interne, un muscle oculaire, ou la fente entre le cervelet et la moelle épinière.**

Pour cette raison, vous devrez prendre vos herbes antiparasitaires quotidiennes *en même temps* - et si possible *pendant* - que vous êtes en train de faire le zapping, avec encore une demi-heure de zapper après. Le zappeur tue les œufs et les stades de larves qui nagent dans votre sang.

Rappelez-vous que **vous devez nourrir vos globules blancs juste avant de prendre vos herbes antiparasitaires quotidiennes.**

**C'est seulement le brou vert (de noix noire) qui a la stupéfiante capacité de tuer les parasites.** Quelques jours après avoir ouvert la petite bouteille, l'extrait alcoolique peut devenir beaucoup plus foncé et moins puissant. Pour en maximiser la puissance et les effets, **utilisez une petite bouteille de 60 millilitres (2 onces), et, après l'avoir ouverte, conservez-la au congélateur.**

Dans les précédents livres l'on décrit les **méthodes pour éliminer les parasites pour débutants**, en commençant avec *peu de gouttes* de teinture de brou de noix noire. Pour la *prévention* utiliser le programme **pour débutants**.

**Mais, dans les cas où il y a urgence, où chaque heure de chaque jour est précieuse, il convient d'utiliser une seule petite bouteille en une seule dose, ou même autant**

## **La Santé par le Nettoyage**

**d'extrait alcoolique que vous êtes capables d'avalier, dès lors où cela reste confortable.**

**La teinture de noix noire ne pénètre pas bien dans le cerveau, l'absinthe, (armoïse ou artémise), oui. Ainsi, si vous voulez déparasiter le cerveau ou l'œil, vous devrez, à chaque fois, augmenter la dose d'absinthe.**

**Tableau du programme antiparasitaire fort**

## La Santé par le Nettoyage

Produit	Dose teinture brou de noix noire extra-forte (200-300 mg)	Dose capsules d'absinthe	Dose capsules clous de girofle (500 mg)
Jour	À petites gorgées en 5 minutes. Elle peut être mélangée avec du jus de fruit ou de l'eau.	Capsules à prendre en une seule dose, en 5 minutes	Capsules à prendre en une seule dose, en 5 minutes
1	2 petites cuillères à thé	10	10
2	Un flacon de 50 ml, ou autant que vous pouvez en boire	10	10
3	Idem	10	10
4	Idem	10	10
5		10	10
6		10	10
7		10	10
8		10	10
9		10	10
10		10	10
11		10	10
12		10	10
13		10	10
14		10	10
15	Un flacon de 50 ml, ou autant que vous pouvez en boire	10	10
16	Idem	10	10
17	Idem	10	10
18	Répéter la dose de 3 jours après 15 jours.	10	10
19, 20, 21		10	10

(Extrait du livre du **Dr Hulda Clark**: "**PAC**", page 246.)

# La Santé par le Nettoyage

## Nettoyage des Reins Dr CLARK



### Ingrédients de la Cure des Reins:

- **Vitamine B6** (100 gélules de 250 mg).
- **Oxyde de Magnésium** (100 gélules de 300 mg).
- **Blackcherry - Cerise Noire** (240 ml).
- **Gingembre** (100 gélules de 500mg).
- **Uva Ursi - Raisin d'Ours** (100 gélules de 500mg).
- **Golden Rod - Teinture de Verges d'Or** (30ml).
- **Sachet contenant 3 Plantes:**
  - *Hydrangea (Racines d'Hortensia).*
  - *Gravel Root (Racines de Gravier - Eupatoire Chanvrine).*
  - *Marshmallow Root (Racine de Guimauve).*

## La Santé par le Nettoyage

Suppléments facultatifs : **acide chlorhydrique** (HCL) et **Vitamine B2**.

Ces deux produits (HCL et Vitamine B2) ne sont pas indispensables mais prévus par la Doctoresse Clark à titre de *précaution* et destinés à stériliser vos préparations.

### Pour mieux comprendre l'utilité des produits

La Cure de dépuración des reins est à suivre sur une **durée de trois semaines**. Durant ce laps de temps, en suivant ce protocole, vous pourrez dissoudre tous vos calculs.

Il faut une grande quantité de liquide pour «laver» l'intérieur de votre corps, c'est pourquoi une partie du protocole consiste à boire suffisamment de liquide comprenant des plantes capables de **dissoudre les cristaux et les calculs** qui se forment dans les reins.

Ingérer ces préparations sous forme de tisanes aux herbes procure divers bénéfices et ce sera même plaisant si vous les préparez avec des variations (par exemple en ajoutant des épices).

Le gingembre et le raisin d'ours éliminent des reins le **malonate de méthyle** qui les obstrue. Cette substance est aussi la cause de **l'insuffisance rénale** et des **cystites des reins**.

La Vitamine B6 et l'oxyde de magnésium pris tous les jours peuvent empêcher la **formation des calculs d'oxalate**.

L'eau de persil bouillie se combine avec chaque composant du groupe des **acides maloniques** et **les élimine**.

## La Santé par le Nettoyage

Quand les reins ou la vessie sont directement impliqués dans le cancer, augmentez graduellement la dose jusqu'à rejoindre le double de la quantité normale. Mais, afin d'éviter la pression dans la vessie, assurez-vous de commencer très lentement.

Cette recette peut soutenir les reins lorsque des œdèmes ou « rétentions de liquide » sont présents dans **les poumons, les bras ou l'abdomen**.

Ingérez les compléments alimentaires en gélules juste avant les repas pour éviter ensuite de faire des rôtis.

Il est **conseillé** d'arrêter le thé, le chocolat et le cacao au moins pendant la durée de la Cure, car ces produits, qui ont une forte teneur en acides oxaliques, peuvent participer à la formation de calculs d'oxalate.

Enfin, n'oubliez pas que les cristaux de phosphate se forment quand on absorbe **trop de phosphate**. C'est le cas par exemple des boissons gazeuses sucrées, célèbres pour contenir une dose élevée d'acide phosphorique. Le Coca-Cola contiendrait jusqu'à 570 mg d'acide phosphorique par canette!

# La Santé par le Nettoyage

## Préparation et utilisation des produits

Les **produits reçus en gélules** sont à prendre quotidiennement en se référant au tableau ci-dessous.

<u>Repas/Produits</u>	<u>Gingembre</u>	<u>Raisin d'ours</u>	<u>Vitamine B6</u>	<u>Oxyde de magnésium</u>
<i>Petit déjeuner</i>	1	1	1	
<i>Dîner</i>	1			
<i>Souper</i>	1	2		1

Prenez ces compléments alimentaires **juste avant les repas**, cela permet d'éviter d'avoir des renvois.

Parallèlement à ces produits il vous reste à **préparer une boisson à boire quotidiennement**. Il s'agit d'un mélange de tisane aux herbes et de jus de persil, dans lequel vous ajouterez de la verge d'or. Les deux préparations (tisane aux herbes et jus de persil) sont **détaillées plus bas**.

Quotidiennement, pendant 3 semaines, versez ensemble :

- 180 millilitres de la tisane d'herbes
- 125 millilitres de jus de persil
- Ajoutez 20 gouttes de teinture de solidago [aussi appelée «verge d'or»] (à ne pas avaler en cas d'allergie)

## La Santé par le Nettoyage

Ne buvez pas cette préparation en une fois ! Vous pourriez avoir mal à l'estomac et sentir une pression sur la vessie. Ce mélange correspond à une boisson que vous allez **boire en petites doses durant la journée**. Vous pouvez varier le goût en ajoutant des épices, muscade, cannelle, etc.

**Maintenez la préparation au frais.** Si vous avez commandé les « suppléments facultatifs » ajoutez dans la boisson quotidienne 3 à 4 gouttes d'acide chlorhydrique alimentaire à 5% pour stériliser et une pincée de vitamine B2. Si vous **stérilisez** le liquide le matin vous pouvez l'emporter avec vous au travail sans avoir à le garder au frais.

**IMPORTANT : Afin de préserver les principes actifs, la tisane aux herbes et le jus de persil se préparent en 2 fois afin de couvrir les 3 semaines**

### Préparation de la Tisane aux Herbes (pour 10 jours)

1. Utilisez la **moitié** du mélange d'herbes conditionnées dans le sachet (Hortensia séché/Guimauve/Racines de Gravier).
2. Faites tremper le mélange d'herbes dans **2,5 L d'eau froide** dans un récipient **non métallique** recouvert d'un couvercle non métallique (une grande assiette fera l'affaire). Si vous avez de la vitamine B2 en poudre (facultatif) ajoutez 1 à 2 cuillères à café du produit. Laissez tremper le tout pendant une nuit (4 heures minimum).
3. Transvasez l'eau et le mélange d'herbes dans un récipient métallique pour faire chauffer jusqu'à ébullition. Laissez bouillir environ **20mn à feu doux**.

## La Santé par le Nettoyage

4. Ajoutez **120ml** de jus de cerise (la moitié du flacon) et relancez l'ébullition **1mn**. Ensuite, filtrez l'ensemble avec un filtre en plastique et placez la tisane de préférence dans des bocaux en verre.
5. Mettez au réfrigérateur la moitié de la tisane que vous allez utiliser les premiers jours, et au congélateur l'autre moitié dont vous aurez besoin pour la suite.

### Préparation du Jus de Persil (pour 10 jours)

1. Rincez 2 bottes de persil frais avec de l'eau très chaude.
2. Faites-les bouillir à grand feu pendant **5 minutes** dans 1,5 litre d'eau.
3. Filtrez et divisez le liquide en deux parties : mettez-en une partie au réfrigérateur (environ un demi-litre) et le reste au congélateur.
4. Commencez les premiers jours par la partie au réfrigérateur puis utilisez l'autre moitié du congélateur.

**Rappel :** Les deux préparations (tisane d'herbes et jus de persil) correspondent à une **boisson sur 10 jours**. Il vous faudra refaire ces préparations pour les 10 derniers jours (achetez deux autres bottes de persil frais pour le jus de persil et utilisez l'autre moitié du sachet et le restant de la cerise noire pour préparer une deuxième fois la tisane aux herbes).

# La Santé par le Nettoyage

## Recommandations finales

Pour obtenir de *très* bons résultats **lors de problèmes importants** il peut être opportun d'effectuer **le nettoyage des reins** pendant **six semaines**.

Si vous avez un estomac **très sensible** commencez par la moitié de la dose quotidienne du mélange tisane d'herbes, jus de persil et solidago.

La tisane d'herbes et le jus de persil peuvent facilement se gâter. Il est conseillé de réchauffer jusqu'à ébullition ce qui reste plus de 3 jours au réfrigérateur.

Pensez à utiliser autant que possible des  **récipients en verre** pour toutes vos boissons (tisane d'herbes, jus de persil ou le mélange des deux).

En cas d'**allergie** ne pas avaler la teinture de solidago.

**Ne jamais boire la tisane de la cure des reins en une seule fois**, vous pourriez avoir des douleurs d'estomac et une pression à la vessie.

Effectuez le nettoyage rénal, si possible, deux fois dans l'année.

### Remarque:

*Le Nettoyage des Reins s'inscrit dans le Programme de Nettoyage complet des organes internes de la Doctoresse Hulda Clark : en premier lieu le Programme Antiparasitaire, puis le Nettoyage des Reins (ou Dépuration Rénale), le Grand Nettoyage du Foie (ou Cure du Foie) et enfin le Programme Intestinal.*

## La Santé par le Nettoyage

*Pour celui ou celle voulant effectuer le Programme de Nettoyage complet (ce qui est très recommandé), la Doctoresse Clark conseille d'effectuer les quatre Programmes de Base dans l'ordre indiqué.*

### Le Grand Nettoyage du Foie

#### Le Grand Nettoyage du Foie, pour qui?

Pratiquement pour «tout le monde». Sachant que, selon le Dr Hulda Clark, **99% des Occidentaux ont des calculs dans le foie**, le tout est de répondre, chacun pour soi, à la question: **«Ai-je des calculs dans le foie, moi?»** Si oui, les calculs que j'ai dans le foie ne pourraient-ils pas être parmi les principaux *responsables* physiques de quelques-uns - si ce n'est tous - de mes problèmes de santé?

#### Par qui?

La **Doctoresse Hulda Clark** a remis à l'honneur le **grand nettoyage du foie** connu depuis au moins l'antiquité égyptienne et le présente dans son livre **«La Cure de toutes les maladies»**. **Andreas Moritz** le recommande aussi chaleureusement dans son livre **«L'étonnant Nettoyage du foie et de la vésicule biliaire»**.

#### Comment?

Très simplement, le **grand Nettoyage du Foie**, comme souvent vérifié, permet, en plusieurs fois, d'**évacuer** de façon **sûre** et **indolore**, **tous les calculs** que l'on a dans le **foie** et dans la vésicule biliaire, autrement dit, de **«refaire son foie à neuf»**.

# La Santé par le Nettoyage

## Que faut-il?

Des **Sels d'Epsom** (sulfate de magnésium hepta-hydraté - 60 grammes par cure), du **Brou de Noix «Extra-Strong»** Dr Clark, de l'acide chlorhydrique alimentaire à 5% (2 gouttes), de l'**Ornithine** (Dr Clark), de l'**huile d'olive** vierge bio de première pression à froid (de préférence ozonée), des **pamplemousses roses**.

## Questions : Le brou de noix du commerce courant peut-il convenir?

Pas sûr, car il faut une variété de noix spéciale (noix noire californienne *Nigra Juglans*) spécialement préparée («*Extra-Strong*») pour fortement accroître son pouvoir **anti-parasitaire** (lyophilisation et congélation). Qu'est-ce que l'**Ornithine** et à quoi sert-elle? C'est un **acide aminé** naturel et elle sert à éliminer l'ammoniaque en excès dans le cerveau et le foie ainsi qu'à bien dormir, la nuit du nettoyage! Quels effets ont les **Sels d'Epsom**? Diarrhée (!); goût assez désagréable, mais il en existe aussi en *gélules* (Dr Clark) permettant d'éviter le goût plus ou moins déplaisant dans la bouche.

## Où se procurer le nécessaire?

Utiliser, de préférence, les produits de la marque Dr Clark, spécialement conçus pour les nettoyages et ayant une pureté suffisante. (voir adresses fin brochure).

## Plus d'informations:

Il est important de **bien s'informer**. Livres: «*La Cure de toutes les maladies - La Guérison est possible*» de la Doctoresse Hulda Clark et «*L'étonnant nettoyage du Foie et de la vésicule biliaire*» de **Andreas Moritz**.

## La Santé par le Nettoyage

**N.B.:** Le **Programme Anti-Parasitaire complet** (zapping et/ou **cure végétale**) et le **Programme de Dépuration des Reins** sont prônées par le **Dr Clark** avant le Nettoyage du Foie. Le Nettoyage du Foie, en tant qu'hygiène interne du corps, sera souvent elle-même un préalable à d'autres Nettoyages (intestin, métaux lourds, etc.).

**Après une Cure du Foie...**



# La Santé par le Nettoyage

## Le Grand Nettoyage du Foie

### Comment nettoyer son foie, selon le Dr Hulda Clark

**Remarque préalable:** Ne vous découragez pas si, la première fois, les **calculs** que vous voyez ne sont pas aussi grands que sur la photographie qui précède, et si vous n'expulsez pas de **parasites**, mais, au contraire, **persévérez!** Même si vous arrivez à **débarrasser votre foie de "seulement" deux douzaines de calculs, c'est déjà faire beaucoup pour votre foie** et pour votre santé en général.

**Débarrasser le foie de ses calculs améliore considérablement la digestion, qui est à la base de la santé de tout le reste de votre corps.** Vous pouvez aussi vous attendre à ce que **vos allergies commencent à disparaître** et cela d'autant plus que vous faites de nettoyages du foie. C'est difficile à croire, mais cela nettoie aussi les **douleurs d'épaule, d'avant-bras** et de **milieu du dos**. Vous avez **plus d'énergie** et un **sentiment croissant de bien-être**.

**Le nettoyage des canaux de bile du foie représente la procédure la plus puissante que vous puissiez faire pour améliorer la santé de votre corps. Mais il ne faut pas la faire avant le programme d'élimination des parasites, et, si vous voulez obtenir les meilleurs résultats, il doit même se faire après le nettoyage de vos reins.**

**C'est la fonction du foie de faire de la bile, d'un litre à un litre et demi de bile par jour!** Le foie est rempli de canaux (canaux biliaires) qui permettent à la bile de passer dans un canal plus large (le canal de bile commun). La vésicule

## La Santé par le Nettoyage

biliaire est rattachée à ce canal et sert de **réservoir** pour la bile. Le fait de manger des **matières grasses** ou des **protéines** entraîne la vésicule biliaire à se vider après environ 20 minutes, et la bile qui s'y trouvait passe du canal commun aux intestins.

**Pour bon nombre de gens, y compris les enfants, les canaux biliaires sont bouchés par des calculs.** Quelques personnes ont des **allergies** ou de l'**urticaire**, mais d'autres n'ont aucun symptôme. Quand la vésicule biliaire est scannée ou passée aux rayons X, l'on ne voit rien. D'habitude, ces calculs ne sont pas dans la vésicule biliaire. Non seulement cela, mais la plupart sont trop petits et ne sont pas calcifiés; or **il faut qu'ils soient calcifiés pour qu'ils soient vus lorsqu'ils sont passés aux rayons X.** Il y a plus d'une demi-douzaine de calculs biliaires *différents*, la plupart ayant en eux des cristaux de **cholestérol**.

Ils peuvent être **noirs, rouges, verts** ou **bruns**. Les calculs de couleur **verte** obtiennent cette couleur, parce qu'ils sont recouverts de **bile**. Remarquez, sur les photographies, combien de calculs ont des objets incorporés non identifiés. S'agit-il de restes de douves? Remarquez combien de calculs ont la forme de bouchons avec des rainures longitudinales au-dessous de leur partie supérieure. L'on peut s'imaginer, sur la base de ces formes, les canaux de bile bouchés.

D'autres calculs sont *composites* - c'est-à-dire qu'ils sont composés de nombreux calculs plus petits - ce qui prouve qu'ils se sont regroupés dans les canaux biliaires un certain temps après le dernier nettoyage. Au centre de chaque calcul se trouve un **groupe de bactéries**, suggérant, d'après

## La Santé par le Nettoyage

les savants, qu'un **amas de parasites morts** a peut-être été le point de départ de la formation du calcul. Au fur et à mesure que les calculs augmentent en dimension et deviennent plus nombreux, la pression sur le foie fait que celui-ci produit moins de bile.

L'on pense aussi que le débit de fluide lymphatique se ralentit. Imaginez la situation: c'est comme si votre tuyau d'arrosage dans votre jardin avait des billes à l'intérieur. Beaucoup moins d'eau y passerait, ce qui à son tour diminuerait la capacité du tuyau à éjecter les billes. Avec les calculs biliaires, beaucoup moins de cholestérol sort du corps, et le niveau de cholestérol monte.

Les calculs biliaires, étant poreux, peuvent ramasser toutes les bactéries, les kystes, les virus et les parasites qui passent dans le foie. De cette manière, des "**nids**" d'**infection** se forment, fournissant indéfiniment au corps des **bactéries nouvelles** et des **larves de parasites**. **Les infections de l'estomac, tels que les ulcères ou la flatulence, ne peuvent être guéries de façon permanente aussi longtemps que ces calculs se trouvent dans le foie.**

**Pour obtenir les meilleurs résultats, il faut ozoner l'huile d'olive dans cette recette pour tuer tous les stades de parasites ou les virus qui peuvent être relâchés pendant le nettoyage du foie.**

### Préparation

**Vous ne pouvez pas nettoyer un foie sans l'avoir débarrassé d'abord des parasites qui y vivent.** Vous n'arriverez pas à sortir beaucoup de parasites, et vous vous sentirez bien malade. Utilisez votre zapper tous les jours

## La Santé par le Nettoyage

pendant huit jours avant le nettoyage et faites un programme complet de destruction des parasites avant d'essayer de faire un nettoyage de votre foie. Si vous êtes déjà dans un programme de routine de destruction des parasites, vous êtes toujours prêt à faire le nettoyage du foie.

**Effectuez le nettoyage de vos reins avant de nettoyer votre foie:** cela est aussi grandement recommandé. Vous voulez que vos reins, votre vessie et vos conduits urinaires soient dans leur meilleur état de fonctionnement, de telle sorte qu'ils puissent efficacement retirer toute substance indésirable qui serait incidemment absorbée par l'intestin au moment où la bile est excrétée.

### Ingrédients

- Sels d'Epsom: 4 cuillérées à soupe
- Huile d'olive: 125 ml (une huile d'olive légère est plus facile à faire descendre), et, pour obtenir les meilleurs résultats, ozonisez cette huile pendant 20 minutes. Ajoutez deux gouttes de HCl (acide chlorhydrique alimentaire à 5%).
- Pamplemousse rose frais: 1 grand ou 2 petits, suffisamment pour obtenir 360 ml de jus. Lavez-les deux fois à l'eau chaude et séchez-les à chaque fois.
- Ornithine: 4 à 8, pour vous assurer de pouvoir dormir. Ne pas oublier ces gélules ou bien vous risquez de vivre une nuit agitée!
- Une grande paille en plastique pour vous aider à boire la potion.
- Un bocal d'un demi-litre, avec couvercle.
- Teinture de noix noire, n'importe quelle concentration: 10 à 20 gouttes, pour tuer les parasites venant du foie.

## La Santé par le Nettoyage

Choisissez un jour tel que le **samedi** pour effectuer le nettoyage de votre foie, puisque vous aurez la possibilité de **vous reposer le jour suivant**. Ne prenez aucun médicament, aucune vitamine ni aucune pilule qui ne vous soient indispensables, ils peuvent empêcher le succès de votre nettoyage. Arrêtez également, le jour précédent, votre programme de destruction des parasites ainsi que le nettoyage de vos reins au moyen de plantes. Mangez un petit déjeuner qui ne contienne pas de matières grasses; prenez, par exemple, des céréales cuites, des fruits, un jus de fruit, du pain et de la confiture (pas de beurre ni de lait). Cela permettra à la bile de s'accumuler et de créer une pression dans le foie. **Une pression plus élevée fera sortir plus de calculs.**

**14 heures.** Ne pas manger ni boire après 2 heures de l'après-midi. Si vous ne respectez pas cette règle, vous risquez de vous sentir assez mal plus tard.

Préparez votre Sel d'Epsom. Mélangez 4 grandes cuillerées dans 4 verres d'eau et versez le tout dans le bocal. Cela correspondra à quatre portions d'un grand verre chacune. Mettez le bocal dans le réfrigérateur pour qu'il soit bien froid (seulement pour vous permettre de boire la potion plus facilement et pour en améliorer le goût).

• **18 Heures.** Buvez une **première** part (1 grand verre) de **Sels d'Epsom** froids. Si vous n'avez pas préparé cette portion à l'avance, mélangez 1 cuillerée à soupe de sel dans 1 grand verre d'eau, maintenant. Vous pouvez ajouter 1/8 de cuillerée à café de vitamine C pour en améliorer le goût. Vous pouvez aussi boire quelques gorgées d'eau après coup ou vous rincer la bouche. Mettez l'huile d'olive (si possible ozonée) et le pamplemousse à tiédir.

## La Santé par le Nettoyage

- **20 Heures.** Buvez de nouveau une **deuxième** part de **Sels d'Epsom** (1 grand verre). Vous n'avez pas mangé depuis deux heures de l'après-midi, mais vous ne vous sentirez pas affamé. Le respect des heures indiquées est très important pour que la procédure réussisse.

- **21 Heures 45.** Versez **125 ml** (exactement mesurés) d'huile d'olive dans le bocal d'un litre. Ajoutez **2 gouttes d'HCl** (acide chlorhydrique) pour stériliser. Lavez deux fois le pamplemousse dans de l'eau chaude et séchez-le, pressez-le à la main et mettez le jus dans la coupe de mesure. Enlevez la pulpe avec une fourchette. Vous devriez avoir au moins un grand verre, ou plus (jusqu'à un demi-litre) c'est mieux. Vous pouvez utiliser en partie de la limonade. Ajoutez cela à l'huile d'olive. **Ajoutez la teinture de noix noire.** Fermez le bocal en serrant bien le couvercle et secouez vigoureusement jusqu'à ce que le mélange devienne liquide comme de l'eau (seul du jus de pamplemousse **frais** permet d'obtenir cette condition).

Allez maintenant aux **toilettes**, une ou plusieurs fois, même si cela vous retarde un peu pour votre prise de potion de 10 heures du soir. Ne dépassez pas 15 minutes de décalage: vous sortiriez moins de calculs.

- **22 heures.** Buvez la **potion** que vous avez préparée. Prenez **4 capsules d'Ornithine** avec les premières gorgées pour vous assurer de bien dormir pendant toute la nuit. Prenez-en huit (8) si vous souffrez déjà d'insomnie. L'utilisation d'une grande **paille** en plastique vous permettra d'avaler plus facilement la potion. Vous pouvez prendre, entre chaque gorgée, de la vinaigrette pour salade ou du miel pour faire passer la potion. Ayez ces choses prêtes sur le comptoir de la cuisine dans une cuillerée à soupe.

## La Santé par le Nettoyage

Emmenez le tout près de votre lit si vous préférez, mais il faut le boire **debout**. Tâchez d'avalier la potion dans les **5 minutes** (dans les 15 minutes pour les personnes âgées ou affaiblies).

**Allongez-vous immédiatement.** Vous risquez de ne pas faire sortir de calculs si vous ne le faites pas. **Plus vous vous étendrez tôt, plus vous sortirez de calculs.** Soyez prêt à vous mettre au lit en avance. Ne nettoyez pas votre cuisine. Dès que la potion est descendue dans l'estomac, allez dans votre lit et couchez-vous de préférence sur le côté droit, avec la tête haute sur l'oreiller. **Essayez de penser à ce qui se passe dans votre foie.** Essayez de rester parfaitement **calme** pendant au moins **20 minutes**. C'est à ce moment que les calculs vont descendre. Il est possible que vous les sentiez descendre le long des canaux biliaires comme des billes. Vous ne sentirez aucune douleur parce que les canaux de bile sont ouverts (merci aux Sels d'Epsom!). Endormez-vous, vous risquez de ne pas réussir votre nettoyage du foie si vous ne le faites pas.

**Le lendemain matin.** Prenez, en vous réveillant votre **troisième** dose de **Sels d'Epsom**. Si vous avez une indigestion ou de la nausée, attendez que cela se dissipe avant de boire les Sels d'Epsom. Vous pouvez retourner dans votre lit. Ne prenez pas cette potion avant 6 heures du matin.

**2 heures plus tard.** Prenez votre **quatrième** (et dernière) dose de **Sels d'Epsom**. Vous pouvez, de nouveau, retourner vous coucher.

**Après deux heures de plus.** Vous pouvez {recommencer à} **manger**. Commencez avec un **jus de fruits**. Une demi-heure

## La Santé par le Nettoyage

plus tard, mangez un fruit. Une heure plus tard, vous pouvez manger de la nourriture habituelle, mais que ce soit léger, cependant. Quand le dîner arrive, vous devriez vous sentir remis.

**Comment cela s'est-il passé?** Attendez-vous à avoir de la **diarrhée**, le matin. Regardez dans la cuve des toilettes, au moyen d'une lampe électrique, si vous avez sorti des calculs au moment d'aller à la selle. Cherchez les calculs de **couleur verte**, car c'est la preuve que ce sont de *vrais* calculs et non des résidus de nourriture. Seule la **bile** provenant du foie a la **couleur des petits pois**. Votre selle tombe au fond de l'eau de la cuve alors que les calculs flottent à cause du **cholestérol** qui se trouve dedans.

**Comptez**, grosso modo, tous les calculs, qu'ils soient **bruns** ou **verts**. **Il vous faudra en compter au total 2000 avant que votre foie soit nettoyé suffisamment pour que vous puissiez vous débarrasser en permanence de vos allergies, de votre bursite ou de vos douleurs de dos.**

Le premier nettoyage peut vous en débarrasser pendant quelques jours, mais d'autres calculs, en amont des canaux, arriveront de nouveau et vous redonneront de nouveau les mêmes symptômes. **Vous devez répéter ce nettoyage de foie à deux semaines d'intervalle.** Ne jamais effectuer ce traitement lorsque vous êtes [sévèrement] malade.

Parfois les canaux biliaires sont pleins de **cristaux de cholestérol** qui ne se sont pas formés en calculs ronds. Ils apparaissent sous la forme de paillettes flottant sur l'eau de la cuve des toilettes. Ils peuvent être de couleur **brune** et remplis de millions de très petits cristaux. **Se débarrasser de**

## La Santé par le Nettoyage

**ces paillettes est tout aussi important que de se débarrasser des calculs.**

Quels sont les **risques** du nettoyage de votre foie? **Il n'y a pratiquement aucun risque.** Pour dire cela, je me base sur plus de 500 cas, y compris des personnes de 70 et 80 ans. Personne n'a dû se faire hospitaliser, personne n'a même senti une douleur. Vous pouvez cependant vous sentir assez indisposé, un ou deux jours après, quoique, dans chacun de ces cas, **c'est parce que le programme de destruction des parasites avait été négligé.** C'est pourquoi **je vous recommande de compléter le traitement anti-parasitaire et le nettoyage de vos reins avant d'effectuer le nettoyage de votre foie.**

### **FÉLICITATIONS!**

**Vous avez été capable de vous débarrasser de vos calculs sans opération chirurgicale!**

J'aime à penser que j'ai perfectionné ce traitement, mais je ne peux certainement pas dire que c'est moi qui l'ai inventé. Ce traitement a été inventé, il y a des centaines, sinon des milliers d'années, UN GRAND MERCI AUX HERBORISTES!

Cette procédure s'oppose à bon nombre de points de vue de la médecine moderne. Celle-ci pense que les calculs biliaires se forment dans la vésicule biliaire et non dans le foie. Elle pense que ceux-ci sont peu nombreux et non des milliers et qu'ils apparaissent que lorsque des douleurs de vésicule biliaire se produisent brusquement.

Il est aisé de comprendre pourquoi la médecine moderne pense ainsi: lorsqu'il vous arrive d'avoir d'intenses douleurs, quelques calculs sont dans la vésicule biliaire et sont

## La Santé par le Nettoyage

suffisamment gros et calcifiés pour pouvoir être vus aux rayons X, causant de l'inflammation à cet endroit. Quand la vésicule biliaire est enlevée, les douleurs aiguës disparaissent mais la bursite et les autres souffrances et problèmes digestifs subsistent.

La vérité - et il y a un fait qui le prouve sans ambiguïté – c'est que **les gens dont la vésicule biliaire a été chirurgicalement enlevée ont encore beaucoup de calculs verts recouverts de bile**; or, quiconque prend soin de disséquer ces calculs peut voir que les cercles concentriques et les cristaux correspondent exactement aux calculs biliaires décrits dans les livres scientifiques.

- Extrait du livre du Dr Clark: «**TCFAAC**», page 562 et suivantes, Copyright (C) 1999-2003 by Dr. Clark Information Center et New Century Press, Chula Vista, Californie.

## PLANTES POUR LE FOIE

### Liver Support Tea

Ne pas confondre ces **plantes** avec la recette pour le **Nettoyage du Foie** [Liver Flush]! Cette recette contient des **plantes traditionnellement utilisées pour aider les fonctions hépatiques**, tandis que le **Nettoyage du Foie élimine des déchets qui s'amassent** naturellement à l'intérieur du foie.

Elle comporte:

- **racines de grande consoude** (Symphytum officinale)
- **écorce de chêne blanc** (Quercus alba)

## La Santé par le Nettoyage

- **eupatoire pourpre** (Eupatorium purpureum)
- **bouillon blanc** (Verbascum thapsus)
- de **racines de réglisse** (Glycyrrhiza glabra)
- **racines d'igname sauvage** (Dioscorea villosa)
- **chardon-marie** (Sibylum marianum)
- **écorce de noyer noir** (Juglans nigra)
- **racines de guimauve** (Althaea officinalis)
- **scutellaire** (Scutellaria lateriflora)

**Mélangez toutes ces plantes.** Ajoutez un cinquième de la mixture à 1 litre d'eau. Amenez à ébullition. Couvrez. **Laissez reposer six heures**, ou pendant la nuit. Faites bouillir à gros bouillons. Passez et ajoutez un édulcorant. Ajoutez également une épice de votre choix. Stérilisez à l'**HCl**[acide chlorhydrique]. **Buvez une tasse et demie par jour pendant 6 à 8 semaines.** Mettez les plantes au congélateur et réutilisez-les une fois.

## Programme Intestinal selon Hulda Clark

Les causes de **troubles intestinaux** comme douleurs (coliques), gonflements et ballonnements sont toujours les **bactéries**. Elles ne peuvent pas être tuées par le zapping parce que **le courant hautes fréquences n'atteint pas le contenu intestinal.**

Alors que les bactéries intestinales sont pour la plupart utiles, des bactéries pathogènes, comme par exemple les

## La Santé par le Nettoyage

**salmonelles** et les **shigella**, peuvent préparer de sérieux problèmes, parce qu'elles ont la faculté de pénétrer dans le reste du corps et d'envahir des tissus blessés ou un organe affaibli. Ces mêmes bactéries envahissent aussi les tissus cancéreux dégénérés et repoussent la guérison si la croissance de la tumeur maligne est stoppée.

Une autre raison pour laquelle les bactéries intestinales sont si difficiles à éliminer est due au fait que l'on se **ré-infecte en permanence** avec les mains et les dessous des ongles.

L'intestin et le foie forment un **couple interdépendant**. L'intestin doit agir en harmonie avec le foie; si l'un est dérégulé, l'autre en souffre. Ainsi, si le sang venu de l'intestin est trop chargé de toxines acides, le foie devra filtrer et neutraliser ces impuretés avant de redistribuer le sang à l'organisme. Le foie alors surchargé gonfle et se congestionne, entraînant d'abord des désordres d'ordre statique (douleurs lombaires), puis peu à peu débordé, ne peut plus faire face à la situation et laisse passer dans le sang des substances indésirables, sources de maladies.

La Cure complète du Dr Clark pour le nettoyage intestinal vise à débarrasser les intestins des bactéries nuisibles et participe à rééquilibrer la flore intestinale. Elle se compose des **8 produits suivants**:

- **Curcuma 500mg** (100 capsules)
- **Fenouil 450mg** (100 capsules)
- **Enzymes digestives 500mg** (50 capsules)

## La Santé par le Nettoyage

- **Cascara sagrada 425mg** (100 capsules)
- **Teinture de brou de noix noire extra-forte** (120 ml)
- **Chlorhydrate de Bétaïne 350mg** (100 capsules)
- **Oxyde de magnésium 300mg** (100 capsules)
- **Solution d'iode du Dr Clark** (Lugol/Iodine) (flacon de 30 ml)

Hulda Clark préconise, pour les cas graves particulièrement, une hygiène très régulière. Si vos troubles sont importants mettez en place la **règle d'hygiène** suivante:

Préparez, dans un flacon vaporisateur à poser près du lavabo, une solution d'alcool éthylique à 50% (ou de la Vodka c'est très bien). Cette préparation vous servira pour **désinfecter vos mains après chaque passage aux toilettes et avant chaque repas**. Ensuite passez au programme intestinal proprement dit.

*Les produits du programme intestinal se prennent quotidiennement – sauf exception avant les repas - de la manière suivante:*

**1. Une tasse d'eau chaude au lever:** Il est conseillé de boire un peu d'eau chaude le matin au lever (par exemple une tasse à thé), cela **stimule l'intestin!**

**2. Curcuma (100 gélules de 500mg):** Prenez 2 gélules 3 fois par jour de Curcuma (il s'agit de la fameuse épice), qui agit

## La Santé par le Nettoyage

selon l'expérience de Hulda Clark **contre les shigella et escherichia coli**. Il est possible que la prise colore les selles en couleur orange.

**3. Fenouil (100 gélules de 450mg):** Prenez 1 à 2 gélules de graines de fenouil 3 fois par jour. Le fenouil **favorise le transit intestinal** et il a des propriétés **anti-inflammatoires** facilitant l'élimination des bactéries du tube digestif.

**4. Enzymes digestives (50 gélules de 500mg):** Prenez **au moment des repas** des comprimés d'enzymes digestives selon la posologie indiquée sur le flacon (en principe 1 à 2 gélules 3 fois par jour) et seulement aussi longtemps que nécessaire. Les enzymes digestives permettent de **supprimer les aliments non digérés** et d'éliminer les parasites morts.

**5. Cascara Sagrada (100 gélules de 425mg):** **Seulement en cas de constipation** prenez des gélules de Cascara Sagrada. Le Cascara Sagrada est un **laxatif doux** qui va **liquéfier les matières fécales** et redonne **tonus aux muscles du colon**. Commencez avec 1 gélule par jour avant d'augmenter progressivement – lorsque la constipation persiste - jusqu'à la dose maximale indiquée sur l'emballage. N'en prenez pas quand vous avez la colique, ou **arrêtez si elle provoque la diarrhée**. Ne prenez pas de Cascara Sagrada plus de trois semaines d'affilée.

## La Santé par le Nettoyage

**6. Chlorhydrate de Bétaïne (100 gélules de 350mg):** Prenez du chlorhydrate de bétaïne, 2 comprimés 3 fois par jour. Le chlorhydrate de bétaïne **permet d'éliminer le Clostridium** de la région intestinale.

**7. Teinture de brou de noix noire extra-fort (120ml):** Prenez une unique dose par jour de **2 cuillères à thé** de Teinture de Brou de Noix Extra-Forte. Ajoutez-la à un demi-verre d'eau ou à du jus de fruit, et buvez à petites gorgées, sur une période ne dépassant pas quinze minutes. En plus de son effet antiparasitaire puissant, cette dose se révèle efficace contre une quantité de bactéries, au nombre desquelles **Salmonella, Shigella et Clostridium**.

**8. Oxyde de Magnésium (100 gélules de 300mg):** Prenez en complément 2 à 3 gélules par jour de magnésium. Ce produit **régularise le transit intestinal**.

**9. Solution d'iode du Dr Clark - appelée Lugol ou Iodine - flacon de 30ml:** Prenez une solution de Lugol (ou Iodine), **6 gouttes dans une demi-tasse d'eau**, 4 fois par jour. L'iode est très efficace pour **tuer les salmonelles**. Attention, à éviter chez les sujets présentant une allergie à l'iode. Cette solution agit spécialement contre les salmonelles.

## La Santé par le Nettoyage

Il est possible que vous deviez entreprendre **toutes les neuf mesures** pour éliminer **en environ trois semaines** une infection massive de shigellas. Ensuite, si vous devez prendre des produits laitiers il est nécessaire de ne consommer que des produits laitiers **stérilisés**.

Notez aussi que la **cure de purification rénale** (nettoyage des reins) aide souvent dans les cas de troubles intestinaux.

Si votre Cure a été couronnée de succès vous n'aurez **plus de gargouillements intestinaux, votre ventre sera plat et vous serez en meilleure forme**.

*Ici le résumé des produits à prendre:*

	Au réveil	Déjeuner	Diner	Souper
Curcuma (Turmeric) avant repas		2 caps	2 caps	2 caps
Fenouil (Fennel) avant repas		1 cap	1 cap	1 cap
Digestive enzymes avant repas		1 cap	1 cap	1 cap
Black walnut tincture avant repas		1 tsp		
Betaine HCL avant repas		2 caps	2 caps	2 caps
Cascara (si constipation) avant repas		1 cap		
1 Verre d'eau chaude	1 cup			
Magnesium oxide (si constipation) après repas			1 cap	1 cap
Lugol's iodine après repas (ne pas prendre si allergique)	6 drops	6 drops	6 drops	6 drops

# La Santé par le Nettoyage

## Tisane laxative.

La **constipation** est souvent due à **Escherichia coli** et aux salmonelles provenant de produits laitiers ou du fait de la destruction des bactéries intestinales utiles par des antibiotiques (la destruction de bactéries par le zapping aide à rétablir la flore intestinale). Mangez des aliments qui favorisent la reconstruction de votre flore intestinale naturelle, à savoir légumes, lait stérilisé (ici cela dépend du lactose) et beaucoup d'eau.

Il existe de nombreux remèdes contre la constipation ; la recette ci-dessous est très appréciée :

- une cuillère à thé de **feuilles de séné**
- une demi-cuillère à thé de **feuilles de menthe**

## **poivrée**

Faites bouillir les plantes une minute dans un litre d'eau et ajoutez-y une pincée de **vitamine C** et du sucre roux, selon votre goût. Buvez ceci en petites gorgées réparties dans la journée contre les douleurs intestinales. Cela peut parfois durer des années jusqu'à ce que la flore intestinale se rétablisse après la prise d'antibiotiques ; soyez donc patient. Vous pouvez accélérer ce rétablissement avec des **probiotiques**.

# La Santé par le Nettoyage

## Les autres Programmes Dr Clark

# PROGRAMME D'ÉLIMINATION DES MÉTAUX LOURDS



**Un Programme de cent jours pour s'alléger des métaux lourds...**

Selon de récentes recherches, le **citadin moderne** se trouve **500 à 1000 fois plus exposé à l'influence des métaux lourds** que l'être humain pré-industrialisé. L'extraction des métaux lourds du sous-sol n'a commencé qu'à l'avènement de l'industrialisation, ce qui a abouti à l'**accumulation de métaux lourds dans notre organisme** par la nourriture mangée et l'eau bue, ainsi que par l'air respiré.

L'**amalgame** est un exemple bien connu de **métal lourd toxique**. L'amalgame est utilisé pour les **obturations**

## La Santé par le Nettoyage

**dentaires.** Il s'agit d'un alliage composé d'environ **50% de mercure.** Des chercheurs ont étudié la répartition du mercure dans un organisme vivant en plaçant quelques plombages au mercure radioactif dans le corps de moutons. **En moins d'un mois, des niveaux élevés de mercure radioactif furent mesurés dans les mâchoires, les intestins et les poumons ; et, plus tard également, dans le cerveau, le foie, les reins, la thyroïde, le pancréas, l'hypophyse, les glandes surrénales et les ovaires.** Cela montre bien que **le mercure des amalgames dentaires peut avoir une incidence sur n'importe quel processus métabolique et s'attaquer à presque tous les tissus du corps.** L'on trouve aussi le mercure dans les pesticides et les fongicides, les émissions industrielles (par exemple, lors de la production de chlore, de papier, d'encre, de glaces et de miroirs), les tubes fluorescents, les incinérateurs de déchets, les piles et les batteries, les désinfectants, les agents de conservation des médicaments et des vaccins, les collyres et les gouttes nasales, ainsi que les cosmétiques.

### Qu'est-ce que les métaux lourds?

Le groupe des métaux lourds comprend, entre autres, le **mercure**, le **plomb**, le **cadmium**, le **nickel**, l'**aluminium** et le **titane**, bien que ces deux derniers soient, en fait, des métaux *légers*. La plupart des **métaux lourds** sont **toxiques**, tandis que certains – comme le fer, le germanium et le cuivre – sont indispensables sous leur forme **organique**, mais toxiques sous leur forme inorganique.

## La Santé par le Nettoyage

Les **intoxications aux métaux lourds** agissent, le plus souvent, de façon lente et insidieuse ; elles éclatent rarement en crises aiguës. Elles se manifestent par des **symptômes en tous genres** et, pour ce qui est de la santé, leur **pouvoir destructeur** est généralement sous-estimé.

### Pourquoi les métaux lourds sont-ils aussi dangereux ?

- Les métaux lourds catalysent les **réactions oxydatives** et encouragent ainsi la **production de radicaux libres**.
- Ils **refoulent les minéraux** (par exemple le zinc et le magnésium) et les éléments à l'état de traces des sites de fixation enzymatiques, ce qui provoque un blocage du métabolisme.
- Une **exposition chronique aux métaux lourds** peut modifier les structures des protéines et, par voie de conséquence, aussi les anticorps de notre système immunitaire.
- Les structures des lipides présents au sein de chaque cellule peuvent subir une **altération**, ce qui a pour effet de perturber le flux d'entrée et de sortie des éléments nutritifs.

### Quels produits chélateurs choisir ?

La **science nutritionnelle** moderne et les découvertes de la **Doctoresse Hulda Clark** font état de tout un ensemble de

## La Santé par le Nettoyage

substances naturelles qui nous aident à **éliminer les métaux lourds avec succès**. Vous trouverez ci-dessous une description des effets spécifiques des substances qui font partie de notre Programme d'Élimination des Métaux Lourds.

La **vitamine B6** aide à éliminer l'**aluminium**.

La **vitamine C** (l'acide ascorbique) à hautes doses stimule le système enzymatique du foie, ce qui permet la détoxification du foie et l'élimination des polluants, des métaux lourds et des pesticides. De plus, elle protège contre le stress oxydatif élevé qui résulte de l'intoxication aux métaux lourds.

La **vitamine E** protège de l'**aluminium** toxique. Elle entrave également l'accumulation du **plomb** dans nos tissus connectifs, réduisant ainsi sa toxicité cellulaire.

Des niveaux insuffisants de **calcium** favorisent l'absorption d'**aluminium** par le corps. Le **calcium** réduit aussi l'absorption du **plomb** dans l'appareil digestif.

Le **sélénium** a un effet protecteur contre l'**aluminium** et diminue la toxicité et les **dégâts oxydatifs** dus au **mercure**.

Le **zinc** réduit la toxicité de l'aluminium et les dégâts cellulaires qu'elle provoque. Le zinc rivalise également avec le plomb pour les sites de fixation sur une quantité d'enzymes et peut ainsi **évincer le plomb**. La présence de cadmium occasionne souvent un manque de zinc.

## La Santé par le Nettoyage

La **cystéine** et la **méthionine** – deux **acides aminés** – contiennent toutes les deux du **soufre** dans leur structure chimique. **Les métaux lourds réagissent au soufre**, provoquant la formation de **sulfures**. Ce n'est que sous cette forme qu'ils deviennent solubles et peuvent être éliminés par les reins et le foie.

Le **MSM (Méthyl-Sulfonyl-Méthane)** est une **forme organique du soufre**. Poudre cristalline blanche, elle représente une source de soufre et par là même **chélate les métaux lourds en les rendant solubles**. Le MSM a une fonction essentiellement extra-cellulaire.

L'**acide alpha-lipoïque**, aussi appelé **acide thioctique**, est un acide gras saturé doté d'une structure en anneau inhabituelle qui contient deux atomes de **soufre**. Il a un **effet chélateur** comparable à celui du MSM, mais, de par sa nature de minuscule molécule hydro- et liposoluble, il a accès à presque tous les tissus du corps et, de ce fait, travaille également avec les cellules.

## La Santé par le Nettoyage

### Programme Dr Clark Élimination des métaux lourds

N°	Quantité (Nombre flacons)	Nombre total de gélules par produit	Dosage quotidien (Nbre gélules) Matin-Midi-Soir
1	1 Vitamine B6	100	1-0-0
2	1 Vitamine E	100	1-0-0
3	1 Acide Thioctique	100	1-0-0
4	2 Vitamine C en gélules	200	01/01/00
5	3 MSM	300	01/01/01
6	2 Sélénium	100	0-0-1
7	1 Zinc	100	0-1-0
8	2 Cystéine	200	0-1-1
9	2 Méthionine	100	0-0-1
10	1 Calcium	100	0-0-1

Prendre toutes les gélules **après les repas avec un verre d'eau.**

## La Santé par le Nettoyage

Le programme dure **100 jours** et, si besoin, peut éventuellement être **répété**.

En cas d'**effets contraires** ou si vous avez des **questions** à propos de ce programme, veuillez consulter un **médecin** ou un **thérapeute de santé naturelle reconnu**.

# La Santé par le Nettoyage

## COCKTAIL D'ANTI-OXYDANTS



### Le Programme Cocktail d'Anti-Oxydants en 100 jours

La chair d'une pomme que nous ne mangeons qu'à moitié, **brunit**. C'est le processus de l'**oxydation**. Un rapide coup d'œil sous une voiture révèle la présence de **rouille**. Là encore, c'est l'**oxydation**. **L'oxygène laisse son empreinte.** **Dans notre existence, nous respirons environ 18 tonnes d'oxygène.** Nous en avons besoin pour la production de l'énergie dans nos **centrales énergétiques cellulaires** appelées **mitochondries**. Mais **dix pour cent de cette énergie deviennent dangereusement instables parce que ces mitochondries contiennent un électron libre.** Nous appelons de telles molécules les **radicaux libres**. Ces molécules vont dans tout le corps comme des **bandits voleurs d'électrons** et, ce faisant, endommagent et

## La Santé par le Nettoyage

détruisent d'autres importantes molécules. Ce phénomène porte le nom de «*stress oxydatif*».

Les **radicaux libres** provoquent des **dégâts cellulaires**, qui, à long terme, peuvent occasionner bien des **problèmes de santé** – les **maladies dégénératives** imputables aux **radicaux libres** – ainsi qu'un **vieillessement prématuré**. **L'exposition aux rayons UV, l'absorption de produits pharmaceutiques, une alimentation déséquilibrée, le manque d'exercice et le stress produisent un nombre beaucoup plus important de radicaux libres.**

Mais il se trouve aussi des **radicaux libres** dans notre environnement. L'**ozone**, par exemple, est un agent réactif surtout dû aux gaz d'échappement des voitures. Lorsque nous respirons de l'**ozone**, nous produisons des **radicaux libres** à l'intérieur de nos **poumons**. La Doctoresse Clark a le mérite d'avoir signalé l'importance des **toxines de l'environnement** et mis au point un **protocole** destiné à contrecarrer leur **nocivité**.

**Les radicaux libres se révèlent *inoffensifs* en présence d'un niveau *suffisant* d'antioxydants. Ce type de substances vitales offre un électron aux radicaux libres afin de les stabiliser et de les rendre inoffensifs pour les autres molécules.** Nous avons besoin de ce bouclier pour protéger notre **ADN**, nos **cellules**, nos **fluides corporels**, notre sang, les **tissus connectifs** et les **organes** du **vieillessement** et de la **décrépiteude**.

## La Santé par le Nettoyage

Différentes parties du corps sont protégées par différents **antioxydants**. Les structures contenant des **lipides** (des graisses) sont surtout protégées par les vitamines **liposolubles A** et E, tandis que la **vitamine C hydrosoluble** nous aide contre les radicaux libres dans le **sang**, dans les **fluides corporels**, et à l'intérieur des cellules. Le **glutathion**, peptide composé de **trois acides aminés**, constitue l'un des plus efficaces **boucliers** contre les radicaux libres à **l'intérieur des cellules**. Des éléments de **zinc** et de **sélénium**, à l'état de **traces**, sont essentiels pour notre système d'**enzymes antioxydants**.

Les **plantes**, elles aussi, possèdent, des **antioxydants** pour se protéger contre les **radicaux libres**. Les **agents antioxydants** se trouvent souvent dans les **graines** et les **coques** pour se protéger de la **lumière ultraviolette** et de l'**oxygène**. C'est pourquoi **il est si important de manger des céréales complètes et des fruits avec leurs peaux**. Mais il est difficile de trouver de grandes quantités d'antioxydants dans la nourriture. Pour une dose quotidienne de 2 grammes (2000 mg) de vitamine C, par exemple, il faudrait ingurgiter 8 kilos d'oranges ou de brocolis par jour. Sans compter que votre brocoli perdra 85% de ses antioxydants dans un four à micro-ondes, 65% dans un autocuiseur, et 47% si on le fait cuire normalement.

**Les anti-oxydants travaillent en équipe**, ce qui signifie que **leur effet conjugué est supérieur à la somme de leurs divers composants**. En mettant au point notre **Cocktail**

# La Santé par le Nettoyage

**d'Antioxydants**, nous avons pris en compte les découvertes de la **Doctresse Hulda Clark** et de la **science nutritionnelle moderne**.

## Remarques :

- Prendre toutes les gélules **après les repas avec un verre d'eau**.
- Le **programme s'étend** sur une durée de **100 jours**.
- Le **glutathion** ne durera que **90 jours**.
- En fonction des besoins le programme peut être éventuellement **répété**.
- En cas de **réactions contraires** ou si vous avez des **questions** à propos de ce programme, veuillez consulter un **médecin** ou un **thérapeute**.

## Tableau des quantités à prendre pour le Cocktail d'Anti-oxydants

<u>Numéro</u>	<u>Quantité</u> (Nbre de flacons)	<u>Quantité Totale</u> (Nbre de gélules)	<u>Produit</u>	<u>Dose / Jour</u> <u>Matin-Midi-Soir</u>
1	1	100	Vitamine A	1-0-0
2	1	100	Vitamine C	1-0-0
3	1	100	Vitamine E	1-0-0
4	3	90	Glutathion	0-1-0
5	2	100	Sélénium	0-0-1
6	1	100	Zinc	0-0-1

# La Santé par le Nettoyage

## SOUTIEN DES FONCTIONS CARDIAQUE ET CIRCULATOIRE DR CLARK

Aidez votre cœur et vos vaisseaux!

« On a l'âge de ses artères! »

(Proverbe)

**Un cœur bat environ trois milliards de fois au cours d'une vie et, chaque jour, pompe approximativement 760 litres de sang**, qu'il redistribue à travers l'organisme. Il prend le **sang artériel**, riche en **oxygène**, qui vient de nos poumons et l'envoie aux **70 billions de cellules de notre corps**. Celles-ci prennent l'**oxygène** et les **éléments nutritifs** dont elles ont besoin et rejettent le **gaz carbonique** et les dérivés métaboliques. Les **problèmes cardiaques et circulatoires** ajoutés représentent **46% de toutes les causes de décès chez l'homme**, et **54% chez la femme**. De nos jours, même des patients d'une trentaine ou d'une quarantaine d'années sont opérés, parce qu'ils ont les artères coronaires bouchées.

Chaque année, les compagnies pharmaceutiques réalisent des chiffres d'affaires supérieurs à des milliards de dollars en vendant des médicaments destinés à faire baisser le taux de cholestérol et de lipides. Mais certaines études donnent à penser que **ces médicaments Statin n'augmentent pas l'espérance de vie des patients** – les effets **secondaires** (comme le **taux plus élevé de cancers**) contrebalancent les avantages de ces améliorations cardiaques. **Les**

## La Santé par le Nettoyage

**nutritionnistes suggèrent qu'un problème provoqué par la nutrition ne peut être résolu que par la nutrition.**

Le **cœur** est lié au **système circulatoire**. Avec un **réseau de plus de 90.000 kilomètres** [!], nos vaisseaux transportent l'**oxygène**, les **éléments nutritifs** et les **globules blancs** jusqu'aux organes, et débarrassent les cellules des dérivés métaboliques. L'alimentation de nos corps, l'apport de toutes les substances importantes, dépend en grande partie d'un **cœur fort** et de **vaisseaux élastiques**. Tout au long de l'existence, les vaisseaux sont irrités par le **cholestérol-LDL**<sup>1</sup> et les **radicaux libres**, ainsi que par une **tension** élevée (hypertension). Alors que la paroi des vaisseaux s'enflamme, les globules blancs entrent en scène, s'attachent aux agents pathogènes, meurent et sont emportés les uns après les autres. Le **cholestérol** commence à se déposer à ces endroits. Avec le temps, cette structure grossit et commence à se calcifier (**artériosclérose**). L'**artériosclérose** est favorisée par une alimentation industrielle riche en graisses hydrogénées et en sucre raffiné, mais pauvre en vitamines et en antioxydants. Le couloir se rétrécit pour le passage du sang, les artères s'obstruent. Cela réduit l'apport en sang et en **oxygène** ainsi que le nettoyage des **dérivés métaboliques**.

Les taux d'**homocystéine** constituent un important facteur de risque pour l'artériosclérose. L'homocystéine, un produit de dégradation du métabolisme des protéines, augmente quand les vitamines B – pour être précis, les vitamines B2, B6, B12 et l'acide folique – ne sont pas présentes en quantités suffisantes. Un autre paramètre bien connu est le **CRP** (protéine C-réactive). La protéine C-réactive (CRP) est un excellent indicateur des processus d'**inflammation**,

## La Santé par le Nettoyage

lesquels jouent un rôle important dans les maladies vasculaires. La **vitamine E** peut aider à maintenir les vaisseaux en bon état lors d'**épisodes inflammatoires**.

D'après le sondage réalisé à **Framingham** – l'une des plus importantes études épidémiologiques – **la lipoprotéine est un facteur de risque plus important pour l'artériosclérose que le cholestérol**. La **niacine** (qui est une **vitamine du complexe B**) ainsi que la **vitamine C** et les **Co-Enzymes Q10** sont indispensables à la **régularisation des niveaux de lipides dans le sang**.

Le **minéral** classique pour le cœur est le **magnésium**. Il maintient, de multiples manières, un système cardiaque **sain**. Nous avons ajouté du **ginkgo** et de l'**ail** à notre **Programme de Soutien des Fonctions Cardiaque et Circulatoire**, étant donné que leur influence positive sur la **circulation** est attestée par nombre d'études.

Notre **Programme de Soutien des Fonctions Cardiaque et Circulatoire** peut contribuer à donner **force à votre cœur** et **élasticité à vos vaisseaux**.

# La Santé par le Nettoyage

**Tableau des quantités de produits à prendre pour le soutien des fonctions cardiaque et circulatoire**

<b>N°</b>	<b>Quantité Produit (Flacons)</b>	<b>Quantité totale (Nombre total de gélules)</b>	<b>Produits</b>	<b>Dose quotidienne (Matin-Midi-Soir)</b>
1	1	100	Complexe de Vitamines B	1-0-0
2	1	100	Vitamine E	1-0-0
3	1	100	Extrait d'Ail	0-1-0
4	2	120	Ginkgo Extrait	0-1-0
5	1	100	Co-Enzyme Q10 (30 mg)	0-0-1
6	1	100	Magnésium	0-0-1

- Prendre toutes les gélules **après les repas avec un verre d'eau.**
- Le programme dure **100 jours.** L'Extrait de **Ginkgo** durera **120 jours.**
- Le programme peut, en fonction des besoins, être **répété.**
- En cas d'**effets contraires** ou si vous avez des **questions** à propos de ce programme, veuillez, comme toujours, consulter un **médecin** ou un **thérapeute de santé naturelle reconnu.**

\* \* \* \* \*

# La Santé par le Nettoyage

## Le Zapping selon Hulda Clark

Le Zapping est aussi un autre protocole d'importance du Docteur Hulda Clark, soit avec la **fréquence de base** (30 ou 32 kHz) en mémoire dans le Zappeur soit avec des **fréquences spécifiques** (programmes spéciaux) en fonction des fréquences des parasites déterminées par Hulda Clark à l'aide de son **Synchromètre**.

Note importante : Dans la plupart des pays le Zappeur Dr Clark, quel que soit le modèle, n'est pas considéré, par les autorités sanitaires, comme un appareil susceptible de faire, dans le meilleur des cas, autre chose que de la stimulation transcutanée électrique des nerfs (Transcutaneal Electric Nerve Stimulation -TENS). C'est le cas du **VariZappeur Dr Clark** (les autres modèles, le plus souvent commercialisés aux Etats-Unis et n'acceptant pas les programmes spéciaux, ne sont généralement officiellement reconnus pour rien du tout).

Cela explique la raison pour laquelle les notices officielles d'utilisation du Zappeur sont de simples notices techniques n'abordant aucunement l'éventuel aspect thérapeutique et, en particulier, la question du déparasitage à l'aide de l'électricité et des fréquences. Les constructeurs, ni, du reste, non plus, les distributeurs, à l'exception éventuelle du TENS, n'ont tout simplement pas le droit d'en parler. Cela implique que la pratique du Zapping selon les recommandations de Hulda Clark, pour l'utilisateur, dépend

## La Santé par le Nettoyage

exclusivement de la confiance des utilisateurs dans les recherches, travaux et conclusions de Hulda Clark - exposés dans ses livres - et de ses continuateurs (DCRA).

Selon Hulda Clark, outre son programme antiparasitaire végétal, il est aussi possible de se déparasiter efficacement à l'aide du Zapping, soit à l'aide d'une fréquence unique « arrosant » tout mais avec une efficacité limitée soit avec l'aide de fréquences spécifiques qui sont celles des parasites ainsi zappés. Lorsque les parasites sont connus ainsi que les régions du corps où ils se trouvent le Zapping fréquentiel est plus efficace.

Les deux procédés - Zapping standard et Zapping fréquentiel - sont, en fait, complémentaires et, pour un maximum d'efficacité, il est donc recommandé de faire les deux alternativement (pour plus de précisions sur le Zapping voir, en particulier, les différents livres de Hulda Clark). Le tableau de la page suivante a été établi par la *Dr Clark Research Association* (DCRA) et indique les fréquences appropriées, la durée de chaque programme respectif et les références correspondantes.



Dr. Clark Research Association | Dr. Clark Zentrum  
[www.drclark.com](http://www.drclark.com)

## La Santé par le Nettoyage

Code	English	Français	Dauer/Time/Durée
Z759	Acne	Acné	1:29'
Z701	Allergies	Allergies	1:21'
Z724	Alzheimer's	Alzheimer	1:25'
Z725	Arthritis	Arthrite	1:29'
Z702	Asthma	Asthme	1:20'
Z736	Eyes Macular	Degeneration Yeux	1:29'
Z762	Tapeworm	Ténia	1:11'
Z740	Cystitis	Cystite	1:29'
Z703	High Blood Pressure	Haute pression artérielle	1:15'
Z737	Lyme	Disease Borréliose	1:11'
Z750	Bronchitis	Bronchite	1:29'
Z704	Chronic Fatigue	Fatigue chronique	1:29'
Z728	Colitis	Colitis	1:15'
Z727	Depression	Dépression	1:03'
Z705	Diabetes	Diabète	1:29'
Z747	Ovarian Cysts	Kyste ovarien	1:19'
Z735	Endometriosis	Endométriose	1:23'
Z706	Epilepsy/Seizures	Epilepsie	1:03'
Z707	Fibromyalgia	Fibromyalgie	1:19'
Z708	Advanced Cancer	Cancer avancé	1:29'
Z709	Flu	Grippe	1:23'
Z749	Sore Throat	Maux de gorge	1:25'
Z760	Pets	Animaux de compagnie	1:27'
Z710	Skin Problems	Problèmes de peau	1:23'
Z729	Helicobacter pyloridis	Helicobacter pylori	1:3'
Z761	Hepatitis B	Hépatite B	1:15'
Z711	Herpes	Herpès	1:23'
Z712	Heart	Cœur	1:27'
Z713	AIDS	SIDA	1:29'
Z741	Hormonal Imbalance	Déséquilibre hormonal	1:23'
Z764	Homeographic Copying	Copies homéographiques	'20
Z753	Children's Diseases	Maladies infantiles	1:27'
Z714	Headaches and Migraines	Maux de tête et migraines	1:25'
Z715	Cancer	Cancer	1:23'
Z754	ALS	Sclérose latérale (SLA)	1:27'
Z716	Liver/Cholesterol	Foie/Cholestérol	1:27'
Z752	Pneumonia	Pneumonie	1:29'
Z745	Ulcers Stomach	Ulcère d'estomac	1:29'
Z751	Meningitis	Méningite	1:27'
Z717	Multiple Sclerosis	Sclérose en plaques	1:29'
Z718	Kidneys	Reins	1:19'
Z744	Earache/Otitis/Meniere	Maux d'oreilles/Otite	1:27'
Z758	Onco Viruses	Oncovirus	1:23'
Z731	Parkinson's	Parkinson	1:25'
Z719	Prostate	Prostate	1:29'
Z730	Crohn's Disease	Maladie de Crohn	1:29'
Z738	Pain	Douleurs	1:29'

## La Santé par le Nettoyage

Z755	Krankheiten STDs	MST	1:23'
Z732	Sinusitis	Sinusite	55'
Z733	Super Wide Sweep	Super Wide Sweep	1:17'
Z743	Tinnitus	Acouphènes	1:09'
Z757	Tropical Diseases	Maladies tropicales	1:29'
Z763	Tropical Dysentery	Dysenterie tropicale	1:29'
Z720	Tumors	Tumeurs	1:27'
Z742	Infertility	Stérilité	1:29'
Z756	Enteric /Digestive Problems	Problèmes de digestion	1:19'
Z734	Warts	Verrues	1:27'
Z748	Menopausal Dysfunction	Syndrome ménopausique	1:27'
Z721	Common Bacteria	Bactéries communes	1:27'
Z722	Common Parasites	Parasites communs	1:25'
Z726	Common Fungi	Mycoses communes	1:09'
Z723	Common Viruses	Virus communs	1:29'
Z739	Teeth Bacteria	Dents	1:23'
Z746	Cysts	Kystes	1:29'

**Limitation de responsabilité:** La technologie Zapper est basée sur les travaux du Dr Hulda Clark. La Dr. Clark Research Association, le Dr Clark Zentrum ne font aucune allégation quant à ce que ces fréquences vont faire dans le cas d'un traitement ou à des fins de prévention des maladies. Lorsque le Zappeur ne peut légalement pas être utilisé à des fins médicales, nous vous recommandons de ne pas l'utiliser à des fins médicales. La liste de fréquences des programmable ne doit pas être interprétée dans le sens d'une revendication de produit, quelle qu'elle soit.

# La Santé par le Nettoyage

## Se procurer le nécessaire pour les programmes Dr Clark

Pour trouver les livres, DVDs, appareils, programmes de nettoyages, compléments alimentaires Dr Clark nécessaires, etc., rechercher, sur Internet, notamment à partir de mots-clés comme « **nettoyages Dr Clark** » ou « **programmes Dr Clark** » ou « **protocoles Dr Clark** » ou « **cures Dr Clark** », etc.

Trouver, sur Internet, d'autres informations sur les protocoles et programmes Dr Clark : (suivre les différents liens mentionnés sur cette page): [totaldetox.blogspot.fr](http://totaldetox.blogspot.fr).

Adresses produits officiels Dr Clark vente en ligne:

<http://vivrenaturellement.com> Tél : (0033) 09 70 40 88 87

<http://drclark-france.com/>

<http://www.vivrenaturel.com>

En local Bretagne magasin « Souffle de nature » 22300 Lannion – 02 96 45 71 42

Formations santé et conseils spécifiques :

<http://www.lavieetlasantenaturelles.net>

Tél : 06 35 57 15 48

Décharge de responsabilité et Copyleft/Copyright

Copyleft :

Brochure : Le présent ouvrage « *La Santé par le Nettoyage - La propreté des organes internes* » est une compilation d'informations relatives aux programmes de nettoyage du

# La Santé par le Nettoyage

Dr Hulda Clark. Aucune responsabilité d'ordre thérapeutique n'est assumée ni par l'auteur ni par l'éditeur de l'ouvrage « *La Santé par le Nettoyage* » de Joseph Lamy. La teneur des informations ici présentées doit être *vérifiée* par rapport au contenu des ouvrages de Hulda Clark en langue originale anglaise. Le lecteur est informé que les travaux de Hulda Clark ne sont pas forcément reconnus par l'ensemble de la communauté scientifique internationale. En cas de besoin, il peut être utile de se faire accompagner par un naturothérapeute formé aux approches de la Doctoresse Hulda Clark.

Le présent ouvrage peut être librement reproduit sous la forme de la présente brochure et aussi sous la forme photocopiée à condition d'être complet avec toutes ses pages, non modifié et sa présente mention de *copyleft* et de *copyright*.

## Copyright pour tous les extraits de livres de Hulda Clark :

Tous les droits d'auteur de Hulda Regehr Clark, Ph.D., N.D. - Tous droits réservés. Il est permis de photocopier n'importe quelle partie de ce document pour but *non commercial*, à condition d'inclure les droits d'auteur ainsi que le nom de l'auteur. Les livres de Hulda Clark sont publiés aux Etats-Unis par *New Century Press*, 1055 Bay Blvd, Ste. C, Chula Vista, CA 91911.

Contributions : Outre les livres de Hulda Clark certains textes ici reproduits sont extraits de divers sites Internet d'information, dont les sites [drclark.net](http://drclark.net) et [drclark.fr](http://drclark.fr).