

LA CURE DU FOIE D'ANDREAS MORITZ

Voici un résumé sur le protocole de nettoyage du Foie & de la Vésicule Biliaire d'Andreas Moritz, conçu pour servir de notes de cours détaillées. Il couvre les ingrédients nécessaires, la préparation de la purge, le protocole détaillé de la purge, les pratiques associées et le rappel des contre-indications les dangers potentiels.

Andreas Moritz, affirme que la plupart des maladies chroniques sont directement ou indirectement liées à la présence de **calculs biliaires dans le foie**, et pas seulement dans la vésicule biliaire.

Le nettoyage du foie et de la vésicule biliaire est **une des procédures les plus importantes et efficaces pour regagner et améliorer sa santé**. Il permet de restaurer l'efficacité naturelle de ces organes, ce qui peut entraîner la disparition de nombreux symptômes de maladie.

CE DONT VOUS AVEZ BESOIN POUR RÉALISER LA CURE

- 6 L de Jus de pommes ou un paquet d'acide malique
 - 60 gr de sel d'Epsom alimentaire (sulfate de magnésium)
 - 12 cl d'huile d'olive extra vierge bio
 - 20 cl de jus de pamplemousses roses frais ou orange /citron à parts égales
 - 1 boc à lavement ou 2 rendez-vous pour une irrigation du côlon
 - 1 seau (en cas de vomissements)
 - Le nécessaire pour faire un cataplasme d'huile de ricin (facultatif)
 - 1 passoire pour récupérer les calculs lors de l'évacuation sur les toilettes (facultatif).
-
- Pour la reprise alimentaire :
 - Bouillon de légumes
 - Jus de légumes ou jus de fruits frais (le mieux est de le faire vous-même)
 - Fruits



Il existe un pack complet disponible sur le site de [Nature et Partage](#)



LA CURE EN PRATIQUE

Le nettoyage est un processus qui nécessite une préparation de six jours, avec d'une phase de nettoyage de 16 à 20 heures.

LA PRÉPARATION : DURÉE 6 JOURS

1. **Boire 1 litre de jus de pomme par jour pendant six jours.** L'acide malique contenu dans le jus ramollit les calculs biliaires, facilitant leur passage. Il est conseillé de boire le jus entre les repas, tout au long de la journée. En cas d'intolérance au jus de pomme (diabète, candidose, etc.), voici quelques alternatives :
 - **Acide malique en poudre** : 1 cuillère à café dans 1 L d'eau par jour.
 - **Jus de cerise acidulée (griottes) sans sucre ajouté** : 25 cl par jour pendant 6 jours.
 - **Jus de canneberge** : Il contient aussi de l'acide malique.
 - Teinture mère d'herbe aux écus dorés et de buplèvre (Gold Coin Grass) pendant 8-9 jours.
 - **Vinaigre de cidre** : 1-2 cuillères à soupe dans un verre d'eau, 4 fois par jour.
2. **Eviter les aliments et boissons froids ou glacés**, les aliments d'origine animale (viande, poisson, œuf, produits laitiers...), les sucres raffinés et les aliments frits. Il est important de ne pas faire d'excès.
3. **Nettoyage du côlon** : Il est essentiel de nettoyer son côlon avant et après la cure pour éviter que les calculs expulsés ne restent bloqués, ce qui pourrait causer un malaise ou une toxicité. Via une irrigation du côlon (hydrothérapie) maximum 2 à 3 jours avant la purge (le jour de la purge étant l'idéal) ou un lavement (en faire 2 à 3 d'affilée pour un meilleur nettoyage).
4. **Le sixième jour (jour de purge)** :
 - Prendre un petit-déjeuner léger le matin avec des fruits par exemple.
 - Manger des légumes nature ou des fruits à midi, sans protéines ni graisses.
 - **Après 14h, ne plus rien manger ni boire (sauf de l'eau).**



LE NETTOYAGE (SOIR ET MATIN SUIVANT)

Voici l'horaire précis à suivre (c'est important de suivre celui-ci à la lettre pour le bon déroulement du nettoyage) :

- **Avant 17h** : Réaliser 2 à 3 **lavements** d'affilée afin de nettoyer le côlon le mieux possible et faciliter l'évacuation des calculs biliaires.
- **18h00** : Dissoudre 4 cuillères à soupe de **sulfate de magnésium** (sel d'Epsom) dans 720 ml d'eau. Boire la **première portion** (180 ml). Le sulfate de magnésium dilate les canaux biliaires.
- **20h00** : Boire la **deuxième portion** de sulfate de magnésium (180 ml).
- **21h30** : Si vous souhaitez faire un **cataplasme d'huile de ricin** sur le foie avec une bouillote, c'est le moment de le placer.
- **21h45** : Laver soigneusement les pamplemousses (ou les citrons et les oranges). Presser à la main et en extraire le jus. Préparer un mélange **20 cl de jus** et de **12 cl d'huile d'olive**. Verser le jus et l'huile dans un bocal en verre muni d'un couvercle qui ferme bien. Secouer fortement jusqu'à obtenir une solution homogène.
- **22h00** : Placez-vous debout à côté du lit et boire le mélange d'huile et de jus, si possible d'une traite. Bouchez-vous le nez pour plus de facilité. L'idéal est de prendre maximum 5 minutes pour boire le tout.
- **SE COUCHER IMMÉDIATEMENT** : C'est une étape cruciale. Allongez-vous sur le dos avec la tête surélevée grâce à plusieurs oreillers ou sur le côté droit avec les genoux repliés et toujours la tête surélevée par rapport à l'abdomen. Restez parfaitement immobile pendant au moins 20 minutes. Concentrez-vous sur votre foie, envoyez-lui votre amour, célébrez tout ce qu'il est en train de réaliser.

Le lendemain matin :

- **6h00-6h30** : Boire la **troisième portion** de sulfate de magnésium.
- **8h00-8h30** : Boire la **quatrième et dernière portion** de sulfate de magnésium.
- **10h00-10h30** : Boire un jus de fruits frais ou un jus de légumes.
- Une demi-heure plus tard, manger un ou deux fruits.
- Une heure plus tard, un repas léger peut être consommé.

Pendant 2 à 3 jours :

Manger léger en évitant toujours les produits animaux, les aliments gras (même les avocats), les fritures et aliments transformés. Votre foie vient tout de même de subir l'équivalent d'une opération chirurgicale sans les effets secondaires. Il a donc besoin de quelques jours pour se remettre

Reminéraliser bien votre corps pour optimiser la récupération de votre foie. Avec des jus de légumes par exemple.

Au bout de 2 à 3 jours, **faite à nouveau un nettoyage du côlon** (via irrigation du côlon ou lavements). Attention cette étape est vraiment importante et n'est pas à oublier.



LES RÉSULTATS ATTENDUS

Durant la matinée qui suit le nettoyage, attendez-vous à des selles liquides qui contiendront des calculs biliaires.

Ils sont souvent de couleur vert pomme (indiquant qu'ils viennent du foie), flottent car ils contiennent du cholestérol, et leur taille varie de celle d'une tête d'épingle à celle d'une petite noix. Certains peuvent être de couleur bronze ou blanchâtres (calculs calcifiés de la vésicule biliaire) et plus denses.

UNE PRATIQUE SUR DU LONG-TERME

RAPPEL : Il est grandement nécessaire de répéter la cure **toutes les 3 à 7 semaines jusqu'à ce que plus aucun calcul ne soit expulsé lors de deux nettoyages consécutifs**. Cela peut nécessiter de 8 à 12 nettoyages. Arrêter la cure prématurément peut causer plus de malaises qu'avant de commencer.

SÉCURITÉ ET CONTRE-INDICATIONS

Cette procédure est **sans risque si toutes les instructions sont suivies à la lettre**. Cependant, des complications peuvent survenir en cas de non-respect du protocole :

- **Ne pas nettoyer le côlon après la cure** : C'est le risque le plus important. Des calculs peuvent rester coincés dans le côlon et devenir une source d'inflammation, d'infection ou de toxicité.
- **Interrompre la série de nettoyages** : Laisser le foie à moitié nettoyé peut causer des malaises, car les calculs restants se déplacent et peuvent créer de nouvelles obstructions.
- **Maux de tête ou nausées** : Peuvent survenir si des toxines sont relâchées dans la circulation ou si des calculs continuent d'être expulsés après la cure. Boire 20 cl de jus de pomme les jours suivants (le temps que dure l'inconfort) peuvent aider.
- **Voici les contre-indications à la réalisation de la cure du foie** :
 - Occlusion intestinale
 - Faiblesse (personnes de très faible constitution, en sous poids, épuisement...)
 - Les maladies intestinales (maladies de Crohn, RCH, diverticulose...)
 - Infection aiguë, traitement pharmaceutique
 - Constipation et hémorroïdes
 - Grossesse et allaitement
 - Cycle menstruel (éviter pendant les menstruations)
 - Chimiothérapie (au moins attendre 6 à 8 mois après la fin du traitement anti-cancéreux pour éviter des brûlures ou intoxications graves)
 - Stent dans le conduit biliaire
 - Diabète
 - Les personnes prenant des médicaments comme les antidépresseurs, anti-inflammatoires, antibiotiques...
 - Seul exception : médicaments pour la thyroïde n'entravent pas le bon déroulement du nettoyage du foie
 - Compléments alimentaires : il vaut mieux les arrêter pendant le jour du nettoyage et le lendemain.