



RECETARIO



Terapia Colónica

Lavado Rectal - Terapia Colónica

Poner en el irrigador 4 tazas de agua de manzanilla, agregar media tapa de limón, el agua debe ser tibia. Aplicar a la cánula del irrigador aceite y también en el recto. Luego, introducir la cánula y pasar el agua. Acostarse en el piso del baño del lado izquierdo y tratar de soportar el agua durante 3 minutos. Luego hacer la deposición.

Repetir el lavado, pero esta vez con esencia de café. Preparar una taza de esencia de café y agregar 3 tazas de agua hervida tibia. Introducir la cánula y aplicarse la esencia de café. Luego acostarse en el baño del lado derecho y masajear suavemente el abdomen e hígado y mantener en el interior 15 minutos la esencia de café. Luego hacer la deposición. Se debe repetir 3 días seguidos, preferible aplicar el lavado a las 6 de la mañana.

Durante los 3 días se debe consumir solo frutas (preferible no mezclar las frutas, comer una sola fruta y alternarlas cada hora de acuerdo a su necesidad y preferencia), además de jugo de zanahoria y uvas. Al cuarto día se debe ingerir frutas más ensaladas crudas o al vapor. El quinto día ingerir fruta, ensaladas crudas o al vapor más comida cocinada.

