*6. poglavlje*

# Čišćenje creva

Debelo crevo je ono što koči izlečenje. Ako ga ne pročistite, otpadni produkti neće moći da izađu iz vašeg tela. Ako nikada niste radili u klinici sa pacijentima koji umiru, onda ćete teže shvatiti koliko samo bolesti nastaje zbog lošeg funkcionisanja debelog creva. Kasnije u ovom poglavlju videćete potrebne biljne formule u vezi sa tim. Ali, sada ćemo se upoznati sa jednim slučajem dr Ričarda Šulca, i sa nekim drugim informacijama koje mi je dao.

**Jedan 67-godišnjak je patio od teškog oblika depresije, koja je nestala kada su mu očistili „deponiju" iz njegovog debelog creva.**

- U emocionalnom smislu, taj čovek je bio mrtav. Bio je penzionisani učitelj i glavni savetnik u jednoj državnoj školi. Vodio je normalan život i bio je inteligentan čovek. Kada je napunio 67 godina, iznenada, našao se u nekom lošem stanju.

Govorio je: „Ne želim da ustanem. Ne želim da idem u školu. Ne želim da ustajem, niti bilo šta da radim". U januaru 1993. godine dijagnostikovana mu je klinička depresija. Vodali su ga u četiri različite bolnice, i davali mu tri vrste lekova: prozak, valijum i druge supstance slične valijumu, kako bi ga održali prisebnim.

Njegovi rođaci su ga doveli kod mene, ali on nije hteo da uđe u kancelariju. Sedeo je na kauču u dnevnoj sobi i sa spuštenom glavom izgovarao je: „Neću. Želim samo da odem odavde, ne sviđa mi se ovo. Biće posle gužve u saobraćaju".

Dao sam mu miris za usta i rekao mu: „Da li vam je neko nekad rekao da imate neprijatan zadah?" Nije mi ništa odgovorio.

Znate, njegovo stanje može se uporediti sa onim kada biste došli kući i kupatilo zatekli svo u izmetu koje preliva iz WC šolje. A znate li šta ljudi rade kada je reč o njihovim sopstvenim telima? Umesto da pročiste svoje

debelo crevo, da pozovu „vodoinstalatera", oni dodaju ulje na vatru i potom prskaju osveživačima vazduha. To oni rade.

Industrija koja se bavi proizvodnjom dezodoranasa, tečnosti za ispiranje usta, pasti za zube, gelova, osveživača daha, sprejeva, kolonjske vode i parfema, svetskog je obima. To je industrija od više milijardi dolara koja postoji da bi prekrila smrad ljudi koji trule iznutra i pune se izmetom. A samo kada bi ti isti ljudi pročistili svoja creva, cela ta industrija bi nestala.

Spomenutog pacijenta sam mogao da osetim na pet metara od sebe. Zato sam mu preporučio dve biljne formule za debelo crevo, koje ću vam malo kasnije opisati. Njegova porodica me nije zvala sledećih mesec i po dana, ali pošto nisu znali šta drugo da rade, ili pošto su želeli da mu pomognu, uzeli su ceo džak tih biljnih formula u kojem je bilo dovoljno za deset dana. Mislim da su ih uzeli više nego bilo ko pre njih.

To je bila izvanredna porodica. Svom ocu su prečišćavali jetru svakog dana tokom perioda od 30-40 dana. Davali su mu sokove da pije i sve ostalo. Primenjivali su one biljne formule za debelo crevo, da bi ga pročistili. Pet do deset puta dnevno je išao da prazni creva.

Govorili su mi: „Po ceo dan je na WC šolji". Zapravo, i njegov psihoterapeut me je zvao i rekao mi: „Ne znam šta ste mu radili, ali izgleda da je nešto ekstremno". Ja pitam: „Što?" A on kaže: „Zato što više ne mogu ni jednu terapiju da završim sa njim. Svakih 15 minuta ide u toalet".

Ja odgovorim: „Pa dobro, znate, mogu da ublažim". A on kaže: „A ne, izlečen je on. Ne treba mu više valijum, ne treba mu nijedan lek, ništa". Ponovo su ga doveli do moje kancelarije. Depresija je potpuno nestala i bio je skroz izlečen samo zahvaljujući čestom pročišćavanju creva.

*Niste čak ni koristili lekovito bilje protiv depresije?*

- Ni jednu jedinu. Nismo ni stigli dotle. Očekivao sam da ga vidim opet za tri sedmice, ali, evo najboljeg dela: prvi put me je posetio u februaru, a do tad, već je godinu i po dana bio hronično depresivan, dok lekari nisu mogli da mu pomognu. A zatim, njegova porodica je počela da primenjuje biljke i programe koje sam im preporučio. Drugog avgusta je sam došao na kontrolu. Šetao je ovde kod mene kao srećno dete. Želeo je još da čisti creva. Nikad neće prestati sa tim.

*A šta je sve izašlo iz njega?*

- Nisu mogli da veruju, kažu mi. Začepio je WC šolju. Bio je pun izmeta. Mogao sam to da osetim. Rekli su mi da je bilo grozno. Zapravo, psihotera-

peut mi je rekao da je jedva podnosio njegov dolazak, pošto mu je kancelarija posle satima neprijatno zaudarala.

*Zato su morali sve da izbace iz njega?*

- O da. Rekli su mi da je zapušio WC šolju. Govorili su mi da je koristio po celu rolnu toalet papira, bilo je strašno, ali ovo je... ovo je još jedna od onih priča koje nas vode nazad ka Džonu Kristoferu i Bernardu Jensenu; jednostavno ne znate koliko je velika moć čišćenja creva. Kažem vam, u ovom čoveku se sve sabilo. Baš pravo sabijanje.

*I uprkos tome, stomak mu nije bio ispupčen?*

- O, ne, nimalo. Bio je mršav. Na kraju sam ga poslao kod terapeuta koji vrši klistiranje debelog creva. Rekli su mi da je i nakon sat vremena klistiranja iz njega i dalje izlazio izmet. Morali su da prekinu i da mu kažu: „Vidite, moraćete da dođete još nekoliko puta". Rekli su: „Tretmani su prolazili i prolazili, a ono je samo izlazilo iz njega". Očito, nisu ni znali odakle mu sve to više izlazi.

Najbolje od svega je što je on posle sam zakazivao preglede i dolazio ovde. Ušao bi u moju kancelariju i rekao: „Zdravo, ja sam taj i taj, došao sam da vidim Ričarda Šulca". Naravno, kasnije smo mu davali lekovito bilje za mozak, ali uglavnom je izlečen uz pomoć čišćenja creva i jetre, i ničega više. A kada je prvi put dolazio, glava mu je bila spuštena među kolenima, i drhteći je govorio: „Neću". Stalno je ponavljao: „Neću i neću". Mislim da je jedanput rekao: „Moramo da odemo odavde", i da je onda stvarno otišao! Pre tri godine je takav postao, kada su mu dali dijagnozu da pati od „teške kliničke depresije". Sada bi rekli da je patio od Alchajmerove bolesti.

Bio je u penziji. Sada više nije. Rekao mi je da se samo jedne stvari plaši. Pitao sam ga koje. A on odgovori: „Plašim se da neću gde imati da uzmem biljke za pročišćavanje creva." I jedino se toga plašio u životu. Ja sam mu rekao da ne brine.

### Ako ne pročistite debelo crevo, drugi organi ne mogu da izbace otpadne produkte

*Svaki herbalista kojeg znate dao bi mu biljne formule za mozak.*

- Odmah bi lečenje time počeli. Ali ja sam mogao da mu osetim zadah iz usta. Znao sam zbog čega je to tako. Jer ne možete lečiti simptome.

Većina radi upravo to, što ja zovem „alopatski herbalizam". Kao što je dr Kristofer lepo rekao: „Morate da pronađete uzrok svih uzroka".

*Skoro svi misle da čišćenje creva nije neophodno. Oni misle da se tako ne može uticati bitnije na zdravlje.*

- Oni misle da se time ne može uticati na tumor, ili ako imaju bubrežnu infekciju ili srčane probleme. Oni ne shvataju da čak i kad očistite plak sa arterija, a ne pročistite creva, da će se plak vratiti. Samo će ga reapsorbovati. Telo neće izbaciti otpadne produkte ako debelo crevo ne funkcioniše dobro. Ovi telesni sistemi su povezani. Informacija od creva dolazi preko krvotoka do svih delova tela.

*Kao da telo zna kada je debelo crevo začepljeno?*

- Upravo tako. Ali zato kada crevo pročistite da se sjaji, dolazi do neverovatnog osećaja. Vaše telo će sa svih strana početi da izbacuje otrove. Jer „zna" da može.

Isto tako, ne treba zaboraviti da otpadni produkti iz debelog creva mogu da se previše nagomilaju i da zagade i druge organe, kao što ćemo posle videti. Te organe možete tretirati prirodnim metodama, ali rezultati će biti samo polovični, jer zbog čestica iz debelog creva stalno dolazi do ponovne infekcije ili iritacije istih organa.

### ***Merkov priručnik za utvrđivanje dijagnoze i terapije*** **kaže da kada bi poživeli dovoljno dugo, <u>svi</u> Amerikanci bi imali herniju debelog creva (kesice sa toksinima na debelom crevu)**

- Mislim da većina današnjih medicinskih knjiga potvrđuje dobrobit prirodnog načina lečenja. Ja svakog dana svojim pacijentima čitam iz *Merkovog priručnika*. Evo citata iz poslednjeg izdanja: „Svaka osoba će imati problema sa većim brojem hernija". To je bez sumnje tačno za ljude današnjice. Piše tamo da kada bi poživeli dovoljno dugo, svaki bi Amerikanac imao problema sa hernijom creva. Kažu da se rizik naglo povećava kod osoba starijih od 40 godina.

Dr Kristofer je govorio o tome pre 50 godina! Drugi su mu se smejali. Ismevali su ga. Govorio je da creva imaju na sebi kesice, i da se u njima nalaze fekalne materije. Oni su se smejali. Rekli su da je to najgluplja stvar koju su ikad čuli. Govorili su: „Znamo da creva nemaju nikakve kesice", a on im je odgovarao: „Creva imaju kesice, na njima se nalaze kesice." I rekao im je da ako fekalne materije predugo ostanu unutra, da mogu da

procure u ostatak tela i izazovu ono što je on nazivao autointoksikacija. Ali opet, lekari su mu se smejali.

Viđao sam i lekare prirodne medicine koji su govorili da su to sve njegove izmišljotine. Govorili su: „Pogledali smo u creva i nismo videli ništa. Ne vide se te kesice sa izmetom." Reći ću vam zašto ih nisu videli.

*Zašto?*

- Lekari nikako nisu mogli da ih vide, jer se one ne nalaze unutar creva, već izvan. Tako da ih iznutra teško možete videti, iznutra se sa instrumentima vide samo crne tačkice. To su možda samo delići fekalne materije. Oni su mislili da se radi samo o deliću fekalija koji se zaglavio u zidu creva. Međutim, iza tog delića nalazi se jedna od tih kesica na crevima.

**Kako zatvor uzrokuje zapaljenje slepog creva**

*Dakle, te kesice se nalaze na spoljnjem delu creva!*

- Da. Godine 1991. izneli su u javnost te nove spiskove bolesti digestivnog sistema, među kojima se nalazio i divertikulitis debelog creva, to jest, spoljašnje hernije creva ispunjene izmetom.

Ali onaj bolji deo informacija nalazi se ovde u ovoj knjizi: a to je da fekalne materije uzrokuju zapaljenje slepog creva (apendicitis). Oni sada govore da je uzrok zapaljenja slepog creva začepljenje otvora slepog creva, usled fekalnih materija, zbog kojih crevo ne može da otpusti tečnost, te dolazi do zapaljenja. Dakle, tu se ne radi o „nepotrebnom organu", već je zatvor uzrok zapaljenja slepog creva.

*Da li savremeni lekari znaju nešto o tome?*

- Ne, niko ne čita o tome. *Merkov priručnik* je Biblija za američke lekare u pogledu dijagnoze i načina lečenja. Savremeni lekari ni to čak ne čitaju. Ja kupujem svako izdanje i uvek pročitam od korice do korice. Sve je bolji sadržaj iz godine u godinu.

U suštini, tamo se kaže da su divertikule (kesice ili džepići na debelom crevu) ponekad uzrok rektalnog krvarenja i da često dolazi do zapaljenja, divertikuloze. Piše da su asimptomatični, tako da ljudi nisu ni svesni kada ih dobiju. A evo najboljeg dela: Kako ih lečiti?

„Lečenje: ishrana siromašna vitaminima nije preporučljiva za ljude koji pate od divertikuloze. U cilju normalnog funkcionisanja debelog creva, ishrana treba da se sastoji od dovoljne količine tečnosti i grube hrane: hleba od celog zrna, mekinja, voća i povrća."

Isto je i dr Kristofer govorio: „Ako dobijete zatvor, dobićete i crevne kesice, a najbolji način da ih se otarasite jeste hrana koja ne izaziva stvaranje sluzi: celo zrno žitarice, mekinje, voće i povrće." Oni u savremenim medicinskim knjigama samo citiraju reči dr Kristofera. Neverovatno!

Dalje se govori o divertikulozi kao zapaljenju divertikula, onih kesica koje izlaze iz zida debelog creva. Tamo piše da i male, čak najmanje rupice na tankom zidu divertikula, usled zapaljenja ili velikog pritiska u debelom crevu zbog zatvora, dovode do – *šta mislite čega?* – bakterijske i fekalne kontaminacije unutrašnjeg tkiva.

*Unutrašnjeg tkiva?! Eto, i to se nalazi u Merkovom priručniku. Koje izdanje i koja stranica?*

- To se nalazi na 813-814. stranici 15. izdanja. Izdaju ga tek svake pete godine. Ovo izdanje je iz 1987. godine. I tu se nalazi ono što je dr Kristofer govorio, kada su mu se svi lekari smejali. Evo sada jednog izdanja iz 1992. godine. Uglavnom se može kupiti po prodavnicama knjiga sa popustom. Moram da kažem da sam bio šokiran, nisam verovao da sam pročitao sledeće reči:

„Divertikule, mukozne kesice koje se javljaju na mišićnom sloju debelog creva/rektuma, mogu nastati bilo gde na debelom crevu, mada uglavnom u sigmoidnom delu, retko ispod rektuma. Variraju u veličini, uglavnom ih ima u većem broju, retka su pojava kod osoba mlađih od 40 godina, ali se povećava rizik od tog doba pa nadalje, tako da će ih vremenom svaka osoba imati mnogo."

To je to. Vremenom, svaka osoba će ih imati, zaboravite na 10%, 15%, 20%, 30% kako su navodili u prethodnim izdanjima. Sa vremenom će ih svaka osoba imati mnogo.

### ***Merkov priručnik*** **kaže da iz ovih crevnih kesica cure gnoj, krv i fekalne materije nazad u krvotok**

*To znači da svi ljudi imaju te kesice.*

- Naravno, baš tako. Pacijenti mi govore: „Ja po nekoliko puta dnevno praznim creva. Zar baš moram da ih pročišćavam?" Ali po *Merkovom priručniku*, svaka osoba će dobiti mnogo ovih kesica ili hernija, a da simptomi ne budu prisutni. Što znači da i ako redovno praznite creva, to pak ne znači da nemate kesice pune fekalne materije, koje vise sa zida debelog creva.

*A u tim kesicama može doći do zapaljenja, a time i do pojave gnoja.*

- Upravo tako. Jer kada fekalne materije izađu odatle, tkiva ne mogu ostati čista i zdrava, o čemu je govorio i dr Kristofer. Tu će biti crva, nastaće gnoj, i krvariće. Zato je u svoju formulu za debelo crevo stavio alevu papriku zbog krvarenja, i ljutić zbog gnoja i infekcije. Tako ju je napravio, jer je znao da postoje ove inficirane kesice.

Ali nikada nisam saznao sledeće: Kako je znao da one postoje? Kako je znao da se one nalaze na crevima svakog čoveka, kada je savremena medicina, po njenim rečima, to otkrila tek 1992. godine, devet godina nakon njegove smrti?

**„Čir na nozi neće zarasti ako prvo ne pročistite creva. Telo ih stvara kao vrstu drugog rektuma, da bi izbacilo otpadne produkte iz sebe."**

- Dolazili su ljudi sa čirevima na nozi, iz kojih su samo isticali gnoj i krv. Nisu mogli to da zaustave. Oni bi stavljali zavoje, ali bi sve curilo kroz njih. Shvatio sam da su oni kao neka vrsta drugog rektuma. Jer kada telo ne može da izbaci otpadne produkte normalnim putem, ono će pokušati kroz bilo koji svoj deo. Nemoguće je izlečiti čir na nozi ako samo lečite njega. Ja sam to shvatio. Ne možete ga izlečiti kada vaše telo pokušava da izbaci sve one otrove iz sebe.

*Stariji ljudi mogu i umreti od čireva na nozi.*

- Jedini način da se izleče jeste putem pročišćavanja creva. Očistite creva, pa tek onda čir, i on će nestati. Ali ako imate zatvor, čir na nozi se ne može izlečiti.

Tumori mogu nastati kao posledica pokušaja tela da izbaci iz sebe otpadne produkte. Ponekad, ti spoljni kancerogeni tumori imaju rupice na svom vrhu iz kojih izlaze gnoj i krv. I koža ponekad pocrveni ili postane tamnije boje, pa se otvori. Tako se desilo jednoj ženi. Ona je imala tumor na vratu. Imala je preko toga gazu i zavoj. Stalno je morala da je menja, pošto je iz vrata curelo mnogo tečnosti. Pitao sam je: „Kako to mislite, da curi?" Ona mi kaže: „Pa pogledajte". Sklonila je gazu i odjednom kao da je potekla voda. Ta voda je curela iz njenog vrata, i bila je gusta i neprijatnog mirisa. Znate, to je uobičajena pojava. Dr Kristofer je govorio da će telo na sve načine pokušati da izbaci otpadne produkte iz sebe ako kanali za izlučivanje nisu otvoreni.

**Dve formule Ričarda Šulca za detoksikaciju i čišćenje creva**

Prva formula izaziva pražnjenje creva, čak i ako su nervi do njega oštećeni ili ih nema. Formulu možete napraviti kod kuće ili je kupiti, ali kao što iznova govorim, napominjem vam da naučite kako sami da ih napravite.

Formule se mere u „delovima" – to može biti bilo šta: šolja, šaka, kašičica ili bilo šta što želite. Ako ikada budete pravili bilo koju od ovih formula, lekovito bilje bi bilo najbolje da uzimate iz zemlje.

Evo prve biljne formule:

- **2 dela** aloja listova (ako ih nemate, koristite jedan deo kore krušine ili dva dela rabarbare)
- **jedan deo listova i mahuna sene** (počnite prvo sa polovinom jednog dela, jer je ova biljka jaka)
- **jedan deo stare kore krkavine** (počnite sa polovinom jednog dela)
- **jedan deo kore šimširike**
- **jedan deo korena đumbira ili lista pitome nane ili komorača**
- **jedan deo glavice belog luka ili koren ljutića**
- **jedan deo afričke ptičje papričice** ili najljuće aleve paprike koju možete naći.

U činiji pomešate isitnjeno bilje i dobijenu smesu stavite u prazne kapsule, koje se mogu kupiti u mnogim apotekama. Nema veze i ako vam fali jedan, dva ili tri sastojka određene formule, ili ako treba da zamenite originalne sastojke. Ova formula će vremenom ojačati zidove tankog creva. Ona sprečava razvitak kandide, uništava i izbacuje parazite, i oslobađa gasova i grčeva.

Doza: Uzimajte jednu kapsulu dnevno, tokom ili odmah nakon večere. Formula ima najbolji učinak ako se uzme zajedno sa hranom. Ako sa tom dozom bude bilo efekta na vaša creva, onda koristite nju, jer vam je onda tolika doza potrebna. Ako ne bude nikakvih promena sa vašim crevima, povećajte dozu za jednu kapsulu. Povećavanje doze za jednu kapsulu po večeri možete nastaviti sve dok ne uvidite velike promene u radu vaših creva. Nastavite da povećavate dozu, sve dok ne budete mogli ujutru da odete do kupatila i uzviknete: „Kakvo olakšanje".

**Posebna uputstva...**

*Pacijent tipa A:* tip sporih creva. Gore opisana, prva formula preporučljiva je za 97% ljudi, onima kojima je potrebno da se creva prazne redovno.

*Pacijent tipa B:* tip iritabilnih creva. Odnosi se samo na mali broj ljudi, onih koji pate od kolitisa, sindroma iritabilnog creva, Kronove bolesti, itd. Ako su vam creva iritirana ili se prazne prečesto, preskočite prvu i pređite na drugu formulu.

Moja supruga koristi ovu prvu formulu, moja creva su previše aktivna pa koristim samo drugu formulu.

**Druga formula se koristi tek nakon prve formule za creva.**
**Ova druga predstavlja snažan „usisivač" za creva.**

*Druga formula* se koristi posle prve. Ona je snažan pročišćivač i „usisivač" za creva.

Evo sastojaka:

- **2 dela lanenog semena**
- **2 dela pektina iz jabuka** (Nije obavezno. Ima ga samo u velikim količinama za prodaju i teško se nabavlja. Najmanja količina je oko 25 kg.)
- **2 dela farmaceutske bentonit gline** (ima je u prodavnicama zdrave hrane) **ili neke druge gline**
- **7 delova semena i ljuspi bokvice**
- **2 dela unutrašnjeg dela kore bresta ili korena belog sleza**
- **1 deo semena komorača ili pitome nane**
- **1 deo drvenog uglja od vrbe**

Ova formula će sa zida debelog creva i sa crevnih kesica otkloniti davno zaostale fekalne materije. Otkloniće i otrove, toksine, teške metale poput olova i žive, i čak radioaktivne materijale poput stroncijuma-90. Otkloniće i ostatke 2.000 poznatih farmaceutskih hemikalija i lekova. Njeno prirodno dejstvo omekšavanja opustiće stvrdnute fekalne materije kako bi se lakše otklonile i ublažiće zapaljenje u stomaku i crevima.

Posebna uputstva: Ova formula ponekad može izazvati zatvor. Stoga, sve što treba da uradite jeste da povećate dozu prve formule.

Doza: Pomešajte jednu punu kašičicu isitnjenih biljaka sa oko 120-180 ml svežeg soka. Nakon toga, popijte još 250-500 ml vode. Radite tako 5 puta dnevno, ili jedite više, a smanjite broj doza. Budite pažljivi, pošto ova

formula može izazvati zatvor, te možda bi bilo potrebno da povećate dozu prve formule.

**Odredite posebne dane za pročišćavanje creva**

- Povremeno, recimo, jedanput u nekoliko sedmica, odredite dan-dva za pročišćavanje creva. Recimo četiri ili više puta u tih nekoliko sedmica odredite dan kada uopšte nećete jesti hranu, ili ako morate, onda da jedete samo što laganiju hranu; probajte da jedete samo voće. Istog dana popijte i oko 3,5 litara tečnosti: vode, biljnih čajeva, sokova od voća i povrća.

Tog dana, biće vam lako da u tim tečnostima, sokovima, izmešate i po kašičicu one druge formule za creva, pet do šest puta dnevno.

**Kako primeniti temeljni klistir**

*Temeljni klistiri su obavezni za one koji su na programu za neizlečive bolesti, dok očito su manje potrebne za one koji nisu preterano bolesni. Ričarde, šta je neophodno da ljudi znaju o ovome da bi klistir primenili pravilno?*

- Temeljni klistir služi da opere, iščisti i isprazni čitavo debelo crevo. Recimo, obični klistir otklanja fekalnu materiju samo iz dela koji je blizu rektuma. Zapravo, ako budete dovoljno strpljivi i uporni sa temeljnim klistirom, voda koju ubacite stići će sve do slepog creva. Naravno, to je najniži deo creva, početak debelog creva, sve do ileocekalne valve (mali mišić koji se nalazi između tankog i debelog creva) gde se završava tanko crevo.

*Da li naši čitaoci mogu to da urade kod kuće?*

- Možete raditi kod kuće. Veoma je jednostavno. Prvi put kad radite, morate biti malo strpljivi. Počinje se sa primenom običnog klistira. Ubacuje se oko 250-500 ml vode u rektum, na šta većina ljudi reaguje otprilike ovako: „Au, moram ovo što pre da izbacim iz sebe". Zato se posle ode u kupatilo.

Ubacuje se voda ili biljni čaj, dok vi ležite na leđima na podu. Lakše je ako imate nekog pored sebe ko je upućen u ceo proces. Na podu svog kupatila stavite par starih peškira, pošto ćete verovatno prosuti dole vodu, ali mogućno i malo fekalne materije, biljne masti i druge stvari.

*Uvek sam mislio da je bolje uraditi klistir brzo sa malo vode, i izbaciti sve šta se nalazi unutra.*

- Da, upravo tako.

*Jer ako pokušate odjednom da stavite veliku količinu, nećete moći da sve zadržite u sebi.*

- Tako je. Morate da primenite najmanje dva-tri rektalna klistira. Obavezno lezite dole na peškirima, uredite sve da bude udobno i prijatno, i stavite neku grejalicu u kupatilo, da bi vam bilo toplo.

*I uz neku „klistir-muziku"?*

- Da, pustite neku muziku, poprskajte kupatilo malo esencijalnim uljima, pošto će biti neprijatnog mirisa usled zastarelih fekalnih materija koje izlaze. Učinite, dakle, da se osećate prijatno. Lezite na pod, obavezno nanesite malo neke biljne masti, i dobro namažite predeo oko rektuma. Bilo bi dobro da nanesete malo vazelina, jer bolje je da bude previše biljne masti, nego da je ima premalo. Napunite kesu za klistir s lepom toplom vodom, na telesnoj temperaturi ili malo nižoj.

Ako želite, u to možete dodati i malo mačje metvice, ako su vam creva malo sklonija grčevima. Lezite i neka vam neko ubaci samo malo vode. Obično ćete osetiti početni grč, posle čega odmah ustanite i sedite na WC šolju da biste izbacili sve one fekalije iz creva. Uradite tako ponovo. Možete uraditi dva-tri puta. Posle nekog vremena voda će izaći.

Posle toga treba da se voda ubacuje u samo debelo crevo. Veoma je jednostavno. Prvo treba da legnete na svoju levu stranu. Lezite tako, a neka neko drugi primenjuje klistir nad vama. Napunite kesu za klistir sa litar-dva vode, ako može da stane toliko. Unutra ste stavili i malo nekog biljnog čaja. Lezite na levu stranu, a druga osoba neka otvori ventil da voda počne teći iz klistira u debelo crevo. Osetićete je kako ulazi u rektum; dišite. Morate disati. Duboko dišite i opustite se. Možda budete osetili manje grčenje. Zbog toga možete reći svom pomoćniku da stane, i on će zatvoriti ventil. Neka ostane tako dok grčevi ne prestanu.

*Na levoj strani se leži.*

- Tako je. Osetićete kako voda ulazi, naročito ako se koristi malo prohladnija voda. Osetićete je na svojoj levoj strani. Ulazi u sigmoidni i silazeći deo debelog creva. Ponovo, ako osetite neki grč ili ne možete da izdržite, recite da vaš pomoćnik zaustavi vodu. Opustite se i dišite, ali probajte da ubacite što je više vode moguće.

*Kako da se zadrži voda, a da se ne izbaci čim uđe, da ne bi posao ostao potpuno neobavljen?*

- Možda bude bilo i toga. Ali ne zaboravite, ova procedura se radi oko sat vremena. Nema žurbe za ustajanjem. Ispraznićete rektum, ali treba isprazniti sigmoidni i silazni deo debelog creva. Lezite dole, nanesite malo više biljne masti ili vazelina, ponovo napunite kesu sa vodom i onda lezite na levu stranu. Drugog ili trećeg puta verovatno ćete ubaciti mnogo više vode. Verovatno ništa neće ostati u onoj kesi za klistir. Osetićete vodu na levoj strani tela. Mislićete da je voda došla sve do ispod levih rebara, do mesta koje se zove slezinski pleksus, pošto se nalazi odmah do slezine. Zatim se okrenite i lezite na leđa.

Od pomoći može biti neki stari jastuk, da ga stavite ispod zadnjice, da je malo izdigne. Telom napravite mali nagib, pa ćete osetiti kako voda prolazi kroz poprečni deo debelog creva, s leve na desnu stranu, nazad kroz debelo crevo i u suprotnom smeru od kretanja fekalija.

Potom ćete osetiti vodu. A kada je budete osetili u predelu pupka, ispod rebara, kako prolazi kroz poprečni deo debelog creva, osetićete i kao da vam je stomak ili donji deo abdomena pun vode – neverovatan osećaj! Zatim se okrenite na desnu stranu.

Dok se budete tako okretali, možda bude bilo potrebno da promenite vodu. Neka vaš pomoćnik izvadi cev za klistir. Znate, u Evropi postoje kese za klistir sa otvorenim gornjim vrhom, tako da voda može stalno da se dodaje, a da se ne prestane sa primenom klistira. Međutim, u našoj zemlji, te kese su zatvorene, zbog čega morate da prestanete sa primenom, izvadite cev, ponovo napunite kesu i onda ponovite postupak.

Sada ćemo puniti vodom desnu stranu. Osetićete vodu, naročito ako je prohladna, kako ide kroz silazni deo debelog creva, sve do cekuma i slepog creva, koje se nalazi na pola puta između pupka i kuka.

Cekum (crvuljak) se nalazi između pupka i onoga što se zove ilijačna kresta na vašoj karlici. Vodu ćete osetiti tu. Kada vam bude dosta, stanite. Recite: „Pun sam vode", i lezite. Možda biste mogli da se još više izdignete na nagibu, da vam zadnjica bude na još višem položaju, ako imate šta ispod da vas podrži.

*To će pomoći da se voda zadrži?*

- Pa, pomoći će samo da se voda više kreće po telu. Ako znate da uradite onu vežbu sa dizanjem nogu u vis, dok ste dole oslonjeni na laktove, ili nešto slično tome, uradite tako. Ili ako ne znate to, onda podignite noge na zid i pokušajte da se malo izdižete i spuštate. Lezite tako i opustite se.

Pokušajte da ostanete tako 5 minuta, ako ne i 10-15 minuta. Posle toga sedite na WC šolju. Samo se opustite. Možda u početku ništa ne bude izlazilo. Ali onda, kada se budete opustili, izaći će voda, a vi ćete se pitati: „Je l' to to?"

Opustite se još malo, pa će voda još više poteći. Onda će krenuti velike količine vode i fekalne materije. Kada budete završili, i ako budete mogli, postupak treba da ponovite.

Ne morate više da radite rektalni, već možete odmah preći na temeljni klistir. Primenite ga ponovo. Pre nego što voda koja izlazi počne da izgleda nešto čistije, moći ćete da uradite još dva-tri klistira.

Ako budete imali sreće, doći će do tzv. cekalnog ispuštanja. Odnosno, dok budete sedeli na WC šolji, iznenada ćete osetiti grč u crevima. Svo crevo se odjednom skuplja; to je cekalno ispuštanje, što znači da će sva voda iz cekuma i creva izaći iz vas. Pre nego što sednete na WC šolju osetićete nešto vruće, veoma toplo, kao talas kretanja creva koji ide od vaše desne do leve strane tela. Neverovatan osećaj. Tada ćete znati da je došlo do dobrog očišćenja. U medicini to zovu cekalno ispuštanje, koje možete uraditi kod kuće sa temeljnim klistirom.

*Drugim rečima, nije vam potrebno na stotine litara vode ili šta god je već potrebno za klistiranje creva koje oni rade.*

- Tako je, ne treba vam. Njihovo klistiranje čini primena 20 temeljnih klistira u sat vremena. Oni to rade brže, brže nego što vi možete sa jednom kesom za klistir. To je to. Ista stvar.

Kada se uhodate, vaš pomoćnik može da vas blago, po malo, udara po stomaku, dok ste vi na leđima. To vas ponekad može opustiti. Ako se uhodate, drugi može i da vas blago masira po stomaku.

Šta može biti korisnije za opuštanje od malo masaže stomaka ili trljanja vrata? Bilo šta što može da vas opusti. Bilo šta slično će imati efekta. Na kraju, kada završite, i ako želite, možete izbaciti svu vodu i ubaciti nešto što zovemo „umetak". To može biti i obična aloja, koja je od koristi za tkivo creva ako je prisutan kolitis (upala debelog creva).

**Kako koristiti implant nakon temeljnog klistira**

*Ako neko pati od raka, da li se može koristiti crvena detelina?*

- Crvena detelina, čaparal i kao najčuveniji – sok od pšenične trave. Možete uzeti oko 60, 90 ili 120 ml tog soka. Ako ga ima, možete uzeti i

sok od bokvice. Možete koristiti bilo koju biljku za ono što želite da uradite. Ubacite ih u creva, ali u malim količinama, oko 500 mg.

*Zato što ne želimo da ih izbacimo?*

- Tako je. Ne želimo da to izađe. Samo ostavite bilje unutra. Opustite se, ostavite ih, i jedan deo njih će biti upijen. Vaše debelo crevo upija velike količine vode, u redu, to je jedna od njegovih funkcija. Upija tečnosti. Ali ako stavite malo crvene deteline, čaparala, soka od pšenične trave ili aloje u creva, ono će ga upiti i odvesti direktno u crevno tkivo.

*Šta je sa kritikama koje kažu da svim tim temeljnim klistirima vi ispirate i mineralne sastojke iz debelog creva?*

- Tu veoma malu količinu ispranih minerala možete nadoknaditi sa malo morskih trava, bademom, malo brazilskih oraha; plus, temeljni klistiri se ne rade svakog dana tokom celog života. Već svakog drugog dana do trenutka ozdravljenja, a onda, oni koji nisu mnogo bolesni, primenjuju ga sa većim vremenskim razmacima.

### Mačja metvica i lobelija za temeljne klistire

- Neki ljudi imaju creva koja se grče. Malo stavite vode u njih, i temeljni klistir nećete moći da primenite, jer se creva počnu grčiti i uvek sve izbacuju. Ovaj problem se rešava lobelijom. U vodu stavite malo tinkture od lobelije. Možete je napraviti i od mačje metvice, kao što je to radio dr Kristofer.

### Dok primenjujete klistire, uvek imajte alevu papriku i lobeliju pri ruci

- Aleva paprika se koristi kada osoba oseća nesvesticu ili pada u nesvest, kada je klimava i želimo da joj damo stimulans, i ako će više krvi u glavi da je vrati u normalno stanje. Lobelija je korisna ako će osoba imati neku vrstu grča. Možda se creva zgrče ili dođe do ukočenosti ruku; lobelija ublažava i usporava te procese.

### Temeljni klistir treba svi da koriste

*Ako ste na programu za neizlečive bolesti, da li je zaista toliko neophodno da se koristi temeljni klistir?*

- Naravno. Važno je zapamtiti da to treba raditi i tokom posta na sokovima, kada su creva sklona da ne funkcionišu kako treba. I to je ujedno

deo programa za neizlečive bolesti. Znači, ako vam creva ne rade, formule jedan i dva za creva su skoro potpuna garancija za aktiviranje creva. To se koristi tokom posta na sokovima. Takođe, primenjujte i klistir tokom tog posta, kako biste bili sigurni da creva ostaju uredna i čista, i da otpadne produkte izbacujete najvećom mogućom brzinom.

**Temeljnim klistirima izbacuju se paraziti**

*Da li ste nekada videli da mnogo toga izađe iz creva?*

- Neverovatne stvari sam viđao. Svašta. Jedanput sam video kako je jedna pacijentkinja izbacila iz creva gomilu parazita, crva. Nikada pre zbog toga nije imala probleme, nikad se ni zbog čega nije žalila, niti je pomislila da ima crve.

*Videli ste crve?*

- O da, video sam ih. Gomilu crva.

*Odmah nakon prvog temeljnog klistira?*

- Da, izbacila je gomilu njih.

*Da li se desilo nekada da više puta primenite klistir i da se ništa ne desi, već tek kasnije izbacite crve posle nekoliko puta?*

- Naravno.

*Znači, ako ih nema prvog puta, to ne znači da ih uopšte nema?*

- Da, upravo tako. Svako ko je duže vreme imao zatvor očistiće creva nakon prve primene temeljnog klistira. Neće biti taloga, kesica ili divertikula; biće izbačen stari sendvič sa salamom od kojeg ste se prejeli za praznik.

*Koliko vremena je potrebno da se izbace crvi?*

- Dve-tri sedmice, nakon 5, 6 do 8 temeljnih klistira. Tada ih može biti.

*Postoji li neko lekovito bilje koje može pomoći u njihovom izbacivanju?*

- Naravno. Možete koristiti ono što nazivaju biljnim sredstvom za izbacivanje glista; ponekad ih zovu vermicidima. Ovo prvo izbacuje crve, a vermicidi ih uništavaju. Ljudi će pomisliti da sam neki fanatik za belim lukom, ali jedan od najboljih lekova ove vrste jeste upravo beli luk. Postoje i druge egzotičnije biljke, ali beli luk je izvanredan. Naravno, tu su i gorke biljke: pelen, meksički čaj, koji su poznati po efektu izbacivanju crva iz creva.

*Te biljke mogu da se koriste pri temeljnom klistiru?*

- Da, naravno. Možete koristiti pelen pri temeljnom klistiru, ali treba biti oprezan koja količina se koristi, jer zapamtite, kada biljku ubacite u creva, to je skoro kao da je konzumirate.

*O kojoj količini govorimo?*

- Trebalo bi da napravite veoma blag čaj od pelena. Nekoliko punih kašičica listova pelena na par litara vode. To će imati efekta. I zapamtite ovo: beli luk uništava crve i izbacuje ih iz creva. Nijedan crv kome je stalo do života ne bi želeo ni da priđe belom luku. Nemojte stavljati bilje u kesu za klistir, jer će zapušiti otvor. Koristite samo isceđen biljni čaj.

*Znam za mnoge lekare prirodne medicine koji uvek imaju neku svoju posebnu biljku, a za beli luk kažu da ne može da uništi crve. Kažu: „Morate da uzmete ove specijalne biljke iz Južne Amerike", ili tako nešto.*

- Ako biste imali samo jednu, jednu jedinu biljku u kući, neka to bude beli luk. On može da vam spasi život.

*Pitanje za kraj: Šta ste viđali da izlazi iz creva osim crva?*

- Viđao sam kako izlaze učaurene fekalne materije. To nije tako često kako bi ljudi pomislili. U određenim slučajevima višegodišnjeg hroničnog zatvora, viđao sam kako čaure izlaze i raspadaju se. Viđao sam na litre sluzi kako izlaze iz creva. Mnogo guste sluzi, koja liči na sir. Viđao sam i krv kako izlazi, sveža krv.

*Da li je ona izlazila kao posledica primene klistira?*

- Ne, ne, ne. Apsolutno ne. Divertikuloza je kao neki balon sa strane vašeg creva. Fekalna materija, usled zatvora, pritiska zid debelog creva i tako stvara taj balon ili herniju. Naravno, u njemu se nalazi fekalna materija. Kada otklonite fekalije, ne ostaje samo uredno, čisto, lepo, ružičasto tkivo. To je inficirano, puno gnoja, izritirano, a možda čak i kancerogeno tkivo. Tu će biti gnoja i krvarenja, razlog više da se koristi prva biljna formula za creva, koja sadrži alevu papriku, radi zaustavljanja krvarenja. Formula sadrži i beli luk, zbog mogućnosti infekcije. Tu leži moć lekovitog bilja kod primene temeljnog klistira. Moji pacijenti su viđali i kamenje iz žučne kese izbačene u WC šolju iz creva, nakon urađenog temeljnog klistira.

### Klistiranje protiv groznice

*Sećam se da sam pre koristio klistir protiv groznice, koja je mogla da usmrti moju suprugu. Jedino je to moglo da snizi temperaturu.*

- Preko klistira može da se ubaci voda koja će rashladiti telo, i koja će izbaciti otpadne produkte zbog kojih groznica biva gora. Sećam se da sam jedanput koristio klistir sa bentonit glinom nad jednim pacijentom koji je imao jako zapaljenje creva. Lekari su hteli da mu izvrše odstranjivanje jednog dela creva. Rekli su mu da nešto začepljuje debelo crevo, a da ga oni ne mogu dohvatiti. Tkivo se rasprslo i došlo je do curenja u stomačni zid. Mi smo mu dali bentonit glinu, a ona je sve otrove i opstrukcije momentalno otklonila. Lekari su ispitali pacijenta i rekli ovako: „Šta god da je bilo, više ga nema".

*Kako ste mu to dali glinu?*

- Bentonit glinu. Creva smo mu napunili velikim količinama gline i vode. Bentonit glina izvlači fekalne materije do 40 puta veće težine od sebe. Ona ih izvlači iz crevnih kesica i divertikula. Tako se radilo i pre sto godina, koliko mi je poznato. Ljudi su koristili tečnu bentonit glinu da pročiste creva, i to im je polazilo za rukom.

*Kada to ubacite, koliko traje klistiranje – sat-dva?*

- Trajalo je oko pola sata. Jednom kad završite, sve je očišćeno, nema više, sve je suvo.

*Da li ste mešali sa vodom ili ste samo koristili tečni bentonit?*

- Bentonit i voda. Koristite i aloju. Kada se radi o kolitisu (upali debelog creva) ili divertikulozi, napunite creva sokom ili gelom od aloje, kako biste ublažili upalu.

**Suština je u tome da svi umiru zbog trulih creva**

- Nedavno sam dao otkaz jednom nastavniku zbog toga što je mojim studentima govorio kako krkavina može da iziritira creva i da moraju biti oprezni sa njom. Reći tako nešto za mene je potpuno neodgovorno. Ja sam mu rekao: „Vidi, 100% Amerikanaca, ako požive dovoljno dugo, imaće prolapse ili herniju creva (ispadanje sluzokože), a najučestalija vrsta raka kod muškaraca i žena zajedno jeste rak debelog creva".

Suština je u tome da svi oni umiru zbog trulih creva. A nikada, ni od koga, u svom životu nisam čuo da je neko umro od biljke krkavine. Američki Indijanci su je zvali „sveta kora", i koristili je za sve.

Ta vrsta neodgovornosti kod herbalista, koji rade po udžbeniku, jeste nešto što me izluđuje. Kakve koristi imamo od gore spomenute informa-

cije? Time se studentima govori da ne treba da koriste lekovito bilje. A sve što one mogu da urade jeste da spasu nečiji život.

**Tumor od 1,5 kg izašao iz creva**

- Ovaj slučaj sa izbacivanjem tumora od 1,5 kg tipičan je prikaz onoga što čišćenje creva lekovitim biljem može da učini. To bilje ima moćno dejstvo, ali su ih zato savremeni herbalisti potisnuli svojim pričama o njima. Drugim rečima, stari herbalisti su znali za njihovu neverovatnu učinkovitost, ali ovi moderni herbalisti su ih potisnuli u pozadinu svojim pričama o nekakvom izdvajanju jednog ili više aktivnih sastojaka iz njih. Oni su zaboravili šta jedna cela biljka može da učini, ili jednostavno ne žele ni da znaju.

Biljke za creva, poput aloje, krkavine ili sene, sve sadrže emodin. Hemijski emodin je gorka supstanca koja stimuliše rad jetre, dok aloja stimuliše bolji rad creva. Pre nekoliko godina se govorilo da otklanja i rak iz tela, ali o tome se više ne govori, iz mnogo razloga.

Znate, nakon poslednjeg hapšenja, dr Kristoferu je bilo zabranjeno da koristi reč „rak". To je jedna od stvari sa kojom se složio, ali on jednostavno nije mogao da ne govori. Veliki broj puta je upadao u nevolje, jer je govorio da je ova biljka dobra za lečenje raka, tako da je sve propalo.

Najgore od svega je što se za te gorke hemikalije iz aloje, krkavine i sene pre znalo da podstiču peristaltičku aktivnost debelog creva, i ne samo to, već i da otklanjaju rak iz creva. Ali danas se niko od konvencionalnih lekara ne usuđuje da o tome govori. Niko se ne usuđuje da izgovori tu opasnu reč „rak", kada su u pitanju biljke, sokovi ili prirodan način lečenja. Niko ne sme da kaže da sok od pšenične trave definitivno leči rak, iako sam to hiljadu puta video kako se dešava.

Ali pošto niko ne priča o tome, tumori i dalje izlaze iz ljudi. Kad sam bio u Engleskoj, desilo se da je jedan pacijent izbacio tumor od 1,5 kg tokom pražnjenja creva. Da, tako se desilo. Bio je to rak debelog creva. Ličio je na spljeskanu pomorandžu. Do izlečenja su dovele biljke koje sam još od malopre preporučio vašim čitaocima.

*Bio je toliko mali? Kako je onda mogao da teži 1,5 kg? Pomorandža nije toliko teška.*

- Tumori su veoma zgusnuti, oni su recimo poput parčeta govedine. Oni se godinama razvijaju u koncentrisanoj masi, tako da su gušći od sveg tkiva. Skoro poput čvrste kože.

O ovome ne možete čitati po knjigama, jer niko o tome više ne govori. Ali ovo bilje zaista ima lekovito dejstvo. Ako budete pitali farmaceuta, on će vam nezvanično potvrditi. Čak su urađena i istraživanja Nacionalnog instituta za lečenje raka, koja su pokazala da emodin stvarno uništava određene vrste tumora. Međutim, niko o tome ne sme da govori. I ako vam život zavisi od toga, informacije o degenerativnim oboljenjima ne možete dobiti iz knjiga o lekovitom bilju, a više ni od herbalista. Oni se time ne bave, ne znaju ništa o tome i ne žele da imaju posla sa tim.

*Onda ovaj priručnik treba nazvati „Kradljivci izgubljene umetnosti".*