

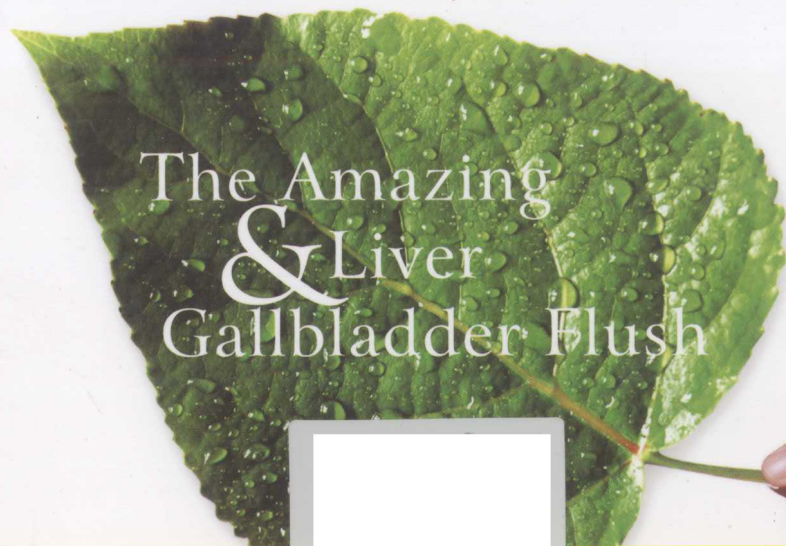
神奇的

[美] 安德烈亚斯·莫里茨 / 著

肝胆排石法

别等到有肝胆疾病才看！

这是你能为自己健康所做的，最重要且最棒的一件事！



The Amazing
& Liver
Gallbladder Flush

最详尽的肝胆净化圣经

风靡 | 美国 | 德国 | 俄国 | 巴西 | 西班牙 |
等 10 余国

湖南卫视《百科全说》推荐，
网友口碑转载！



中信出版社 · CHINACITICPRESS

全球
销售超过
100万册

神奇的

肝胆排石法

肝胆排石法

肝胆排石法



能帮你肝胆净化系统

肝胆排石法

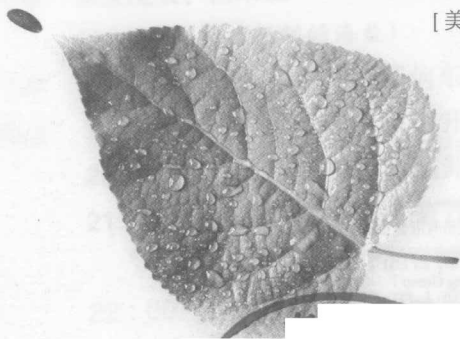
肝胆排石法



The Amazing
& Liver
Gallbladder Flush

神奇的 肝胆排石法

[美] 安德烈亚斯·莫里茨 / 著



图书在版编目 (CIP) 数据

神奇的肝胆排石法 / (美)莫里茨; 皮海蒂译. —北京: 中信出版社, 2012.9

书名原文: Amazing Liver and Gallbladder Flush

ISBN 978-7-5086-3442-5

I. ①神… II. ①莫… ②皮… III. ①胆道疾病-结石(病理)-治疗-普及读物 IV. ①R575.605-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第167737号

Amazing Liver and Gallbladder Flush

Copyright © 2010 by Andreas Moritz

Published by agreement with the author through the Chinese Connection Agency, a division of The Yao Enterprises, LLC.

All rights reserved.

本书仅限中国大陆地区发行销售

神奇的肝胆排石法

著者: [美]安德烈亚斯·莫里茨

译者: 皮海蒂

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承印者: 北京诚信伟业印刷有限公司

开本: 880mm×1230mm 1/32

印张: 8.75 字数: 143千字

版次: 2012年9月第1版

印次: 2012年9月第1次印刷

京权图字: 01-2010-8195

广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号

书号: ISBN 978-7-5086-3442-5/G·834

定价: 32.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000

投稿邮箱: author@citicpub.com

作者声明

本书作者安德烈亚斯·莫里茨，并未主张任何一种特定的医疗形式，但相信对希望改善自己健康状态的读者来说，呈现在本书中的事实、数据和知识，都应该被每位读者了解。

作者尝试为本书的主题内容提供最深入、正确且完整的信息，但对于部分来自外部的参考数据，若有缺漏、不精确或矛盾处，作者和出版社诚心接受指教。

本书所提供的方法并不试图取代现有的主流医疗方法，读者在采取任何方法之前都应自己谨慎评估。书里的所有陈述都是以作者本人的意见及理论为基础。读者在采用任何饮食、营养、草药和同类疗法营养补品前，都应向医疗专业人员咨询，在停止任何疗法前也一样，作者在此并未试图提供任何医嘱或替代建议。

此外，本书的陈述未经美国食品药品监督管理局 (Food & Drug Administration) 和联邦贸易委员会 (Federal Trade Commission) 的审查，读者在采用任何特定的方法治疗个人问题前，应靠自己的判断或向相关医疗人员咨询。



推荐序

展开人生的新一页

2004年，我的一位哥哥因胃癌过世；2006年，我陷入忧郁中；然后在2007年，我被诊断出甲状腺癌。生命对我并不宽容，因为我没有学会爱自己。

我的身体向我发出抗议已超过25年。首先是对花粉过敏，接着是膝盖肿胀，最后我竟然对我最爱的食物——虾，产生会危及生命的过敏……但我完全忽略了它们。

我的身体频频通过这些不舒服的症状来告诉我一些事，但我却不明白。我继续像只狗一样工作，来满足生命中那些合理也好、不合理也好的要求。有些要求是我自己给自己的，有些则是别人加在我身上的。数十年来，我不断压抑我自己的需求和感受，而让其他人不断突破我的个人底线。

我的“超我”对我产生极度不满，因而决定联合我的身体给我一个强烈的警告——在2006年，我的身体和心灵受到严

重忧郁的打击。

我终于收到这个信息——一切都不好！

2007年春天，当我听到我自己对家中一位长辈说，我不可能再这样照顾他永不满足的需求，而不顾我自己……那时我实在不敢相信我会说出这样的话。然后隔天，我就被诊断出患了癌症。

然后，我很平静地面对这个诊断结果，因为我认为上帝只有在在一个灵魂完成了他一生该做的功课时，才会召回他。所以，如果上帝认为我已经准备好了，我随时都可以脱去这个在凡尘中的躯壳。反正，生命实在是太艰难了。

2007年6月，我在纽约一家非常权威的癌症治疗中心——史隆凯特琳医院接受手术。幸运的是，癌细胞并未侵犯到我右侧的甲状腺，所以我只切除了一侧甲状腺。手术进行顺利，然后我的医生让我出院回家，并给我开了Synthroid（药名），以确保我那半边的甲状腺在手术之后仍会乖乖的。我服了一年的药，一切看起来都很好，除了我的体重开始不受控制——无论我吃多还是少，它就像是有自己的意志一样，不断波动着。我以为那是癌症存活者一定会有的宿命。

然而，我在2008年夏天，收到亚马逊网络书店的一封电子邮件。上面写着：“姚女士，根据你的购买习惯，我们相信你会对《癌症不是病：它是一种生存机制》感兴趣。”我心



想：“很多人因为癌症而死亡……你说‘癌症不是病’是什么意思？”但那个副书名吸引了我。在好奇心的驱使下，我点了那个链接，导引到该书的介绍页面。我在那里发现了一大堆读者的认同及感谢留言。很多人还提出，他们从作者的另一本书《神奇的肝胆排石法》中，获益良多。所有人都在说，自从他们累积的毒物从胆管清除之后，他们有多健康。

我迫不及待地想跟我正在国外出差的丈夫分享这个新知识，所以写了邮件给他，对他说等他回家后，我想要试试这个神奇的肝胆净化法。但他对于我的发现并不感冒，他说我不应该这么相信网站上的人说的话。

我感到很泄气，觉得自己被误解了，并决定不再提这件事。我只告诉他我已经购买并读了《癌症不是病》这本书，而作者对于情绪事件的解释，恰巧与我被诊断出癌症的情况相符，我明白我是如何因为压抑我的情绪让自己的身体变成一个有毒的环境；我告诉他我想要试试肝胆排石法，因为里面用的配方都是有机的，我不可能因为在一个星期里喝了苹果汁、一些泻盐、一杯橄榄油和葡萄柚汁而死。我向他保证，如果这个净化法没有效，我会嘲笑作者并把他的书丢掉。

隔天我们到大卖场，买足了一次净化所需的苹果汁。我们在那儿起了另一场争执，他对于我这么勇敢地尝试我们知之甚少的方法，感到极度不安。但出于爱，他勉强决定跟我一起体

验这个方法。

喝了油和果汁混合液的隔天清晨，我们都被结果吓呆了。他排出约有 200 颗的青豆色的软石。我排出大约有 1 000 颗，有些大，有些小，有些是亮绿色，有些是翡翠绿，还有无数酪梨色的细砂。我还排出一颗米粒大小的白色结石，我后来发现那是胆囊自己排出的，最毒的一种。我不敢相信它真的有用！

从那时开始，我就更仔细地读安德烈亚斯·莫里茨的著作。

我开始在每天早上晒太阳，接受阳光的治疗。我做了第二次肝胆净化。我还开始养成多吃色拉、少吃肉的习惯。在我第一次净化 4 个月之后，我比较亲密的朋友都说，我脸上的黄褐斑变少了；而我也觉得我的身体运作得更顺畅，我也变得更有朝气了。

同时，我开始思考，我为什么还要继续服用 Synthroid 呢？我不是还有半边的甲状腺吗？而且，固定的药物剂量能适应我不断在改变的身体状况吗？我在每半年的追踪治疗时，向我的内分泌科医生提出疑问。他说，我服用的药是为了关闭我还存在的那半边甲状腺的功能，这是用来治疗像我一样的甲状腺癌患者的标准疗法。为了预防被切除的甲状腺再长出来，这是必要的手段。他说如果新长出来的是癌细胞，那会很麻烦。

我对这个事实大感吃惊。我向他表达了我的想法，我想让

我的甲状腺自然地长出来。我的医生听从我的请求，并答应让我停药3个月。我唯一要做的事，就是3个月后验血，以让他确定我的身体在不服药的情况下仍能正常运转。

3个月过去了，我收到我的医生的信，他说我的血液状况非常健康。他要求我去他办公室，他想知道我在过去3个月做了什么。最后，他对我说我不用再服药了，每年检查一次身体对我而言就已足够。

我很感激我的医生能够倾听他的病人，且愿意承认另类疗法的效果。我知道他非常特别，因为我来自一个接受西医训练的医生家庭，他们有些人根本无法接受非标准的医疗方法。

我目前已完成了7次肝胆净化，最近一次排出少于100颗。我知道我还有一段路要走，因为我过去累积了过多的情绪压力。然而，我的朋友和家人都注意到，我的眼睛变得明亮，我的皮肤也变得有光泽；很多三四年没见到我的人，都说我看起来比以前更有活力，也更年轻。

我的癌症，的确让我展开了人生的新一页。

我已经有超过25年，没有感觉到如此健康。

我也很兴奋我在台湾地区的亲友，能有机会通过莫里茨的著作，体验这个特别方法的治疗力量。

我相信在接下来的岁月中，会有更多与我类似的故事发生。

——姚美 纽约

编注：本文作者姚美是在美国的代理商，有一次她在信中向我们推荐出版这本书。但一开始，我们对于所谓的“肝胆净化法”抱着保留的态度。接着，我们参加了法兰克福的书展，在那儿，遇见了至少有3年不见的姚美。她的外表让我大为震惊，她跟我印象中的姚美，有很大不同！她的气色变好了，讲起话来也很有活力！她说，这些改变，很大一部分是因为她做了数次的肝胆净化。因为感受到这个方法的神奇，所以她主动与作者接洽，从原本只是读者的角色，一跃成为本书的代理商。

干净的肝脏，健康的人生

■ 净化肝脏，远离结石

很多人以为，胆结石只会在胆囊中被发现。这是个很常见的错误认知。事实上，大多数胆结石是在肝脏中形成的，在胆囊中形成的反而较少。若你亲自进行一次肝胆净化，就能轻易地证实这个说法。无论你是一般大众，还是医生、科学家，甚至是胆囊已被切除的人也一样，都能因此而远离结石。肝脏净化^①所呈现的结果，会证明一切。这件事本身已极具价值，不须任何科学证据或医学解释来证明。一旦在第一次净化后，看到数百颗绿色、米白色、棕色或黑色的石头在马桶里漂浮，你

① 当文中提到“肝脏净化”时，也包括净化胆囊。

会确信你做了一件生命中非常重要的事。当然，为了满足你可能存在的好奇心，或许你会决定把这些排出的石头带到某个实验室进行化学分析，或询问医生他如何看待这些石头。医生可能会支持你，认为你正在进行自我治疗，但也可能告诉你这件事非常荒谬，甚至警告你不要相信。然而，在这次体验当中，最重要的是你已经为自己的健康采取了主动负责的态度，而这在你人生中也许是头一次。

并不是每个人都像你一样幸运。据估计，全世界约有20%的人，在他们人生的某个阶段会形成胆结石；而大部分的人会选择对这个重要器官进行手术切除。事实上，这个统计数字并不可靠，将形成（或已经形成）胆结石的人要多过这个数字。施行自然疗法三十多年，接触过数千名患有各种慢性疾病的患者，我在他们每个人身上都证实了这件事。毫无例外的，每个人的肝脏中，都有或多或少的胆结石。更令人惊讶的是，却只有相对少数的人在胆囊中有胆结石。通过阅读本书你将会了解到，肝脏中的胆结石是你获得并保持健康、年轻和活力的最主要的障碍。肝脏中的胆结石，确实是人们生病并且难以从生病状态中复原的主要影响因素。

不了解肝脏会形成胆结石，也不了解它可能造成的影响，是一个极为普遍的现象。这可能是医疗领域中最大的不幸，无论是对正统医学还是整合医学而言都是如此。

传统医学诊断时，通常侧重血液检查，而忽略了评估肝脏健康与否，以致造成了一个重大缺失。肝阻塞是造成健康问题的主要原因之一，但至今传统医学却甚少提及它，医生们也没有一个可靠的方法来检测或诊断这种阻塞。大多数身体上有某种病痛的人，血液中的肝酶指数可能完全正常，但这个人的肝脏其实已有阻塞情况。血液中的肝酶指数只有在肝细胞严重损伤时才会升高，例如罹患肝炎时。肝细胞中含有大量酶，当肝细胞破损至一定数量时，血液中就会开始出现这些酶。因此在做血液检查时，肝酶指数升高代表肝脏功能异常。然而，在这种情形下，伤害已经造成。在肝脏损伤变得明显之前，慢性肝阻塞事实上已经发生了好多年。

一般的门诊检查几乎从未检查出肝脏中的胆结石，事实上大多数医生甚至不知道它们会在这个部位出现。只有部分最先进的研究大学，例如知名的约翰·霍普金斯大学（Johns Hopkins University）曾在其研究论文及网站中，描述并以图解方式说明了这些结石，称其为“肝内胆结石”。^①

当你了解了肝内胆结石如何引发或加重各种疾病，以及如何采取简单步骤来移除它们，可以说你已经为自己长久的健康

^① 在网站上搜索“Johns Hopkins Medical Institutions”，进入“Digestive Disease Library”，点击“Biliary Tract”，选择“Cholangiocarcinoma”，到该页的最底端点击“Next Section”。重复数次，然后将滚动条拉到该页最后一个图表。

和活力迈出了一大步。为自己进行肝脏净化——或者你是位医疗从业人员，替你的病人进行——将会获得极大的回报。拥有一个干净的肝脏，就等于拥有全新的人生。

肝脏与你的健康息息相关

肝脏具有直接控制身体内所有细胞生长和作用发挥的功能。细胞的各种失能、失效或异常生长，绝大部分都是因为肝脏未能妥善发挥功能所致。甚至即使肝脏失去了60%的效能，其卓绝的设计及“资源”，也还允许它能“正常”地运作，血液指数也“正常”。但对肝脏不正确的认识经常在病人及其医生身上出现。多数疾病的源头都可追溯至肝脏，本书第1章即会将重点放在“肝脏”与“疾病”之间至关重要的关联上。

所有的疾病或不健康的症状，都是某种阻塞造成的。举例来说，一条阻塞的血管，无法输送维持正常运转所需的氧气和营养到细胞中，为了生存，这些细胞被迫不得不采取特殊的生存手段。当然，许多备受折磨的细胞因无法挨过这个“饥荒”而死亡；但有些较有弹性的细胞则会通过细胞突变调整到某种“逆转”状态，学习利用代谢废弃物，例如乳酸，以应付它们的能量需求。这些细胞就像一个在沙漠中缺乏饮水的人，饮用自己的尿液，希望依此能够生存下去。细胞突变导致癌症，只

是身体最后的挣扎，是身体为了避免因腐败的毒性物质与岌岌可危的器官构造而立即死亡采取的最后一搏。虽然在一般情形下，身体累积有毒废弃物及细胞崩解的自然反应，都会被称为“疾病”。

不幸的是，许多人忽视身体的真正天性，相信这种生存机制是一种“自体免疫性疾病”。“自体免疫”这种说法，是假设身体会企图攻击自己，并尝试自杀，没有比这个假设距离事实更遥远的了。癌化细胞，是因结缔组织、血管壁、淋巴管严重阻塞，导致健康细胞无法接收足够的氧气和其他维持生命所需的营养素而产生的。^①

此外，更明显的阻塞会严重影响你的健康。例如，大肠阻塞会让身体无法排泄含在粪便里的废弃物。这些粪便停留在肠道下部，会令结肠处在一个有毒环境中。如果这种状况不改善，最后整个身体都会处在有毒的环境中。

肾脏感染及肾衰竭，也应归咎于钙化的石头或肾脏油脂的废弃物累积下来的物质。它们阻塞了肾脏和膀胱内尿液的流动。排尿系统中这类矿物质层的堆积，会导致体液滞留、体重增加，以及十几种疾病症状。

当胸部和肺部累积了酸性、有毒的废弃物，身体就会分

^① 想要真正了解癌症到底是什么，以及造成癌症的原因，可参考作者另一本著作《癌症不是病：它是一种生存机制》。

泌出黏液将这些有毒物质“困住”。结果空气在肺里就变得很难通过，进而使你感到呼吸困难。一旦你的身体具有高度毒性且阻塞，你就很有可能会感染肺炎。肺部的发炎现象，是为了帮助人体摧毁及移除所有开始腐败或已被分解（形成脓）的受损、虚弱的肺细胞。如果这种阻塞没有以自然的方式清除，或因不良饮食习惯而导致情况更加恶化，这些脓就会被困在肺部组织里。自然地，破坏性的细菌会逐渐繁殖，以协助身体孤注一掷地努力去清除这个由分解的细胞及其他废弃物所组成的阻塞区域，医生称此生存机制为“葡萄球菌感染”或“肺炎”。

如果充满毒性物质、死菌或活菌的浓稠黏液，进入了连接喉咙和眼睛的通道（欧氏管，eustachian tube），就会造成听力减退和耳朵感染。而由高度酸性的食物或饮料所造成的浓稠血液，在流经毛细血管和动脉时也会出现困难，进而导致从简单的皮肤过敏到关节炎或高血压，甚至是心脏病或中风等多种症状。

这类相同或类似的身体阻塞，直接或间接地与肝功能不佳有关——尤其是肝脏或胆囊因累积结石所产生的问题。胆汁硬化所形成的结块，以及这些器官中其他受困的有机或无机物质，均大大地干扰了它们的诸多重要功能，例如消化食物、排泄废弃物，以及解除血液中有毒物质的毒性。通过疏通肝脏胆管以及胆囊，体内60万~100万亿个细胞就能呼吸更多