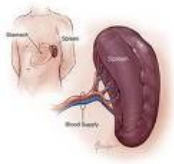


JADWAL PIKET ORGAN TUBUH



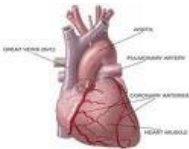
LAMBUNG

Jam 07.00 – 09.00: Jam piket organ lambung sedang kuat, sebaiknya makan pagi untuk proses pembentukan energi tubuh sepanjang hari. Minum jus atau ramuan sebaiknya sebelum sarapan pagi, perut masih kosong sehingga zat yang berguna segera terserap tubuh.



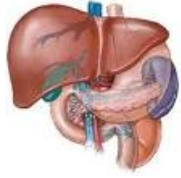
LIMPA

Jam 09.00 – 11.00 : Jam piket organ limpa kuat, dalam mentransportasi cairan nutrisi untuk energi pertumbuhan. Bila pada jam-jam ini mengantuk, berarti fungsi limpa lemah. Kurangi konsumsi gula, lemak, minyak dan protein hewani.



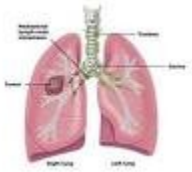
JANTUNG

Jam 11.00 – 13.00 : Jam piket organ jantung kuat, harus istirahat, hindari panas dan olah fisik, ambisi dan emosi terutama pada penderita gangguan pembuluh darah.



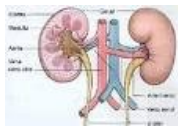
HATI

Jam 13.00 – 15.00 : Jam piket organ hati lemah, bila orang tidur, darah merah berkumpul dalam organ hati dan terjadi proses regenerasi sel-sel hati. Apabila fungsi hati kuat maka tubuh kuat untuk menangkal semua penyakit.



PARU-PARU

Jam 15.00 – 17.00 : Jam piket organ paru-paru lemah, diperlukan istirahat, tidur untuk proses pembuangan racun dan proses pembentukan energi paru-paru



GINJAL

Jam 17.00 – 19.00 : Jam piket organ ginjal kuat, sebaiknya digunakan untuk belajar karena terjadi proses pembentukan sumsum tulang dan otak serta kecerdasan.



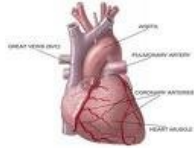
LAMBUNG

Jam 19.00 – 21.00 : Jam piket organ lambung lemah sebaiknya tidak mengonsumsi makan yang sulit dicerna atau lama dicerna atau lebih baik sudah berhenti makan



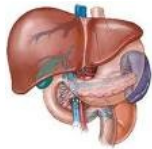
LIMPA

Jam 21.00 – 23.00 : Jam piket organ limpa lemah, terjadi proses pembuangan racun dan proses regenerasi sel limpa. Sebaiknya istirahat sambil mendengarkan musik yang menenangkan jiwa, untuk meningkatkan imunitas.



JANTUNG

Jam 23.00 – 01.00 : Jam piket organ jantung lemah. Sebaiknya sudah beristirahat tidur, apabila masih terus bekerja atau begadang dapat melemahkan fungsi jantung.



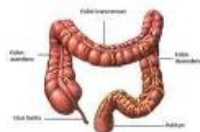
HATI

Jam 01.00 – 03.00 : Jam piket organ hati kuat. Terjadi proses pembuangan racun/limbah hasil metabolisme tubuh. Apabila ada gangguan fungsi hati tercermin pada kotoran dan gangguan mata. Apabila ada luka dalam akan terasa nyeri.



PARU-PARU

Jam 03.00 – 05.00 : Jam piket organ paru-paru kuat, terjadi proses pembuangan limbah/racun pada organ paru-paru, apabila terjadi batuk, bersin-bersin dan berkeringat menandakan adanya gangguan fungsi paru-paru. Sebaiknya digunakan untuk olah nafas untuk mendapatkan energi paru yang sehat dan kuat.



USUS BESAR

Jam 05.00 – 07.00 : Jam piket organ usus besar kuat, sebaiknya biasakan buang air besar secara teratur.