

Ключ к здоровью и долголетию, или «ВОДНАЯ ТЕРАПИЯ»

С помощью простой системы, называемой «Водная терапия», можно победить старые и недавно приобретенные серьезные заболевания. Эта статья была опубликована Японской оздоровительной ассоциацией. Здесь описывается, какие болезни могут быть вылечены. Были проведены исследования на эту тему.

- Менингиты, кровяное давление, анемия, паралич, ожирение, артрит, потери сознания.
- Кашель, простуда, бронхит и т.п.
- Головные боли, заболевания печени, проблемы с почками.
- Повышенное содержание холестерина и липидов.
- Запор, геморрой, диабет.
- Заболевания глаз.
- Нарушения менструального цикла, лакунарность, рак яичников.
- Проблемы носа и горла.

КАК ПИТЬ ВОДУ (МЕТОД)

Рано утром нужно выпить 4 стакана питьевой воды (1,26кг) перед (ДО!) чистки зубов. 45 минут после этого не принимайте пищу или воду. После того, как вы выпили воды, вы можете умыться и почистить зубы. Когда вы начинаете лечение этой процедурой, соблюдайте правило: пить воду только после 2-х часов после любого приема пищи (завтрак, обед или ужин). Не ешьте на ночь перед сном!

Если вы не можете выпить 4 стакана за раз, начните с одного стакана, и через несколько дней постепенно увеличивайте до 4-х. Однажды начав практиковать этот метод, вы будете продолжать его на протяжении жизни, так как увидите улучшение состояния здоровья.

Также было выявлено, что этой терапией можно вылечить следующие недуги:

- * Гипертония ... 1 месяц
- * Газообразование ... 2 дня
- * Диабет ... 1 неделя
- * Запор ... 1 день
- * Рак ... 1 месяц

* Туберкулез ... 3 month

Все неудобства, связанные с артритом и повышенной кислотностью могут продлить терапию на неделю: просто вместо одного раза пейте трижды в день.

Эта терапия бесплатна, проста, экономична и позволит вам обойтись без медицинской помощи.

Пожалуйста, пропагандируйте и популяризируйте ее, так как у нее нет побочных эффектов!

Возможно, вы будете чаще ходить в туалет мочиться, но после периода лечения все придет в норму.

Я желаю всем сестрам и братьям быть здоровья и прожить долгую жизнь без болезней._

ВАЖНО:

1. Никогда не ешьте и не пейте во время ходьбы или когда стоите.
2. Пожалуйста, очень тщательно прожевывайте пищу, даже если она жидкая.
3. Делайте полоскания рта теплой соленой водой 32 раза вечером перед сном.
4. Питьевая вода может быть тёплой или комнатной температуры, на выбор. Но не ледяная и не из холодильника.
5. На Земле существуют три типа людей (точнее, их тел): пита, вата и кафа.
6. Для типа Пита подойдет вода комнатной температуры, но для двух других вода должна быть тёплой. Кстати, в Керале (штат в Индии) во всех кафе и рестораниках предлагают теплую воду, чтобы поддерживать энергию желудка.

ПРОГУЛКА В 10000 ШАГОВ

Также, нужно практиковать прогулки в 10000 шагов. По времени это занимает около часа. Прогулка обязательно должна заставить тело согреться. Так тело получит большую пользу. Темп прогулки должен быть по возможности быстрым шагом, но учитывая возраст. Должно быть, вы знаете о том, что Махатма Ганди совершал прогулки очень быстрым шагом. Другие люди должны были бежать за ним, чтобы успеть. Очень важно, чтобы во время прогулки люди не болтали друг с другом, а следили за дыханием, которое должно быть глубоким. Прогулки – это лучшее упражнение абсолютно для всех, но, повторимся, что скорость шага зависит от возраста. Люди должны шагать так быстро, как могут.

В общем-то, альтернативного прогулкам упражнения нет. Совершайте его под открытым небом, рано утром, в течение часа после восхода солнца. Если вы будете ходить босиком какое-то время, то уже никогда не будете болеть. Также важно надевать тонкую белую одежду, чтобы космическая энергия легко проникала в тело.