

Целебная сила ВОДЫ

Совет 1: принимайте ванны. Вы весь день провели на даче и устали? Снять головные боли, стресс и восстановить силы помогут теплые ванны. Температура воды не должна превышать 37-38°C. Погружаться в воду лучше до или через 1,5 часа после еды. Растворите в воде 5-6 капель эфирного масла чайного дерева. И уже спустя 15-20 минут приятной неги вы почувствуете прилив энергии.

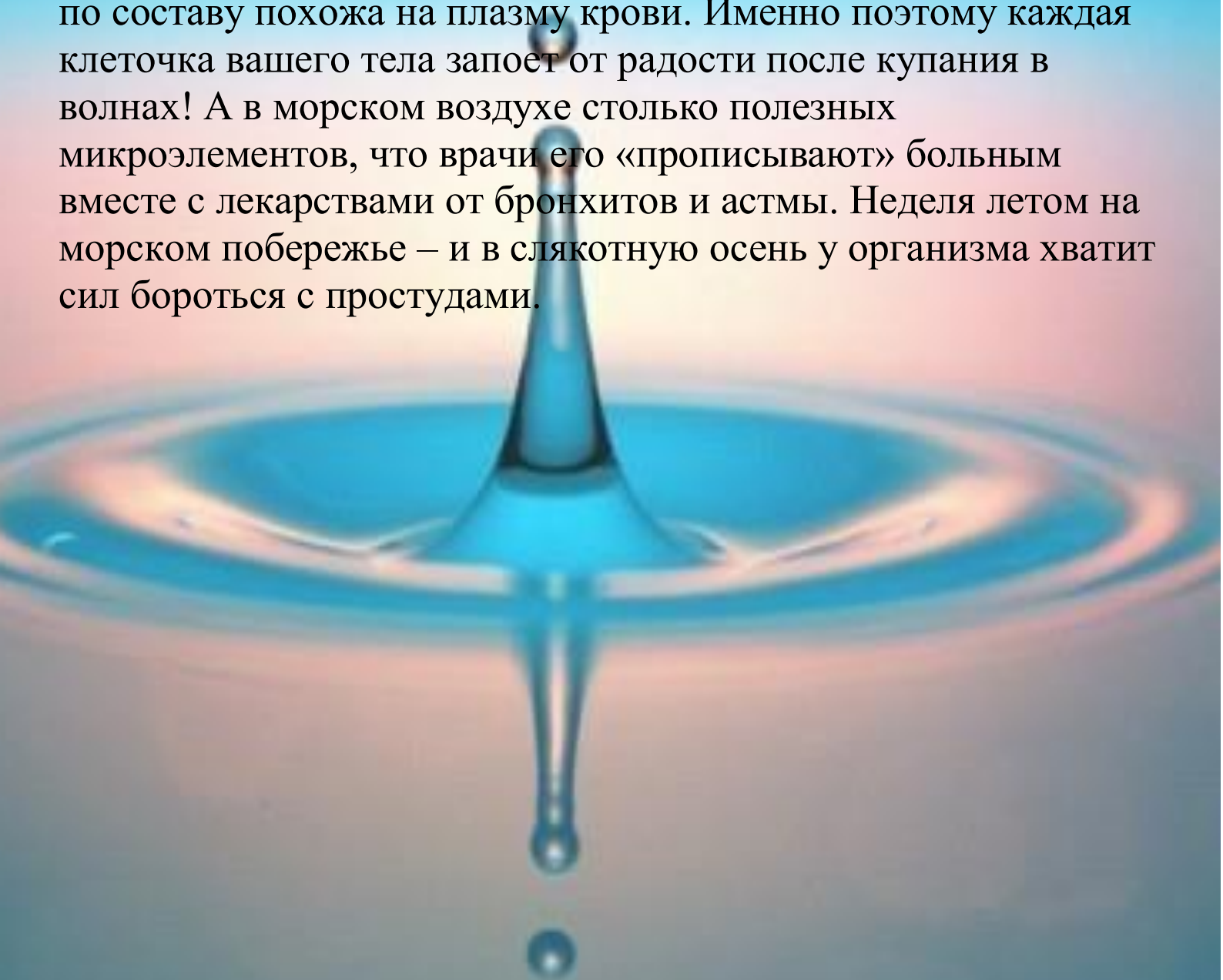
Совет 2: отфильтруйте и добавьте серебро. Пейте и готовьте пищу на воде, обогащенной ионами серебра. Серебро убивает в сотню раз больше опасных для организма микробов, чем антибиотик, при этом повышается иммунитет.

«Осеребрить» воду просто. Прокипятите ее, а еще лучше отфильтруйте, чтобы очистить от вредных примесей (они – причина образования камней в почках и желчном пузыре). Налейте чистую воду в кувшин и положите туда серебряную ложку. Через несколько часов живая «серебряная» вода готова!

Совет 3: зарядите воду энергией добра. Специалистами по биоэнергетике доказано: вода обладает памятью. Она впитывает в себя царящую вокруг ауру и сохраняет ее в себе. Особой силой обладает родниковая вода. Влага вбирает в себя гармонию окружающего пространства и готова придать силу тому, кто ее выпьет. Чтобы повысить положительную энергию воды, специалисты по биоэнергетике советуют «общаться» с ней только в хорошем настроении. Даже

принимая обычный душ, скажите водяным струям добрые, ласковые слова. И вода охотно поделится с вами положительной энергией. **Помните!** Общаясь с водой, нельзя произносить грубых слов, испытывать злость, зависть, гнев, раздражение. Вода «запомнит» негатив, и вернет вам его сторицей.

Совет 4: окунитесь в морские волны. Соленая морская вода по составу похожа на плазму крови. Именно поэтому каждая клеточка вашего тела запоет от радости после купания в волнах! А в морском воздухе столько полезных микроэлементов, что врачи его «прописывают» больным вместе с лекарствами от бронхитов и астмы. Неделя летом на морском побережье – и в сылотную осень у организма хватит сил бороться с простудами.



Талая вода летом: как ее сделать?

В талой воде почти нет вредных примесей. Если пить ее постоянно, снизится угроза образования камней в почках, улучшится работа пищеварения, нормализуется обмен веществ. Но где взять талую воду жарким летом? Все просто!

1. Воду в кастрюле поставьте в морозилку. Когда она замерзнет, все вредные вещества соберутся в центре ледяного круга (лед в этом месте будет мутнее).

2. Через сутки вытащите кастрюлю и прямо в ее центр направьте струю из только что кипевшего чайника. Кипяток вымоет все примеси, а глыба льда в кастрюле превратится в «бублик» с дыркой посередине.

3. Переложите «бублик» в чистую посуду и дождитесь, пока он растает. Талая вода готова! Выпейте ее в течение 8 часов. Позже она потеряет полезные свойства.