

25 novembre 2015

Scritto da:

<http://risveglio.myblog.it/wp-content/uploads/sites/245753/2015/11/CHI-SONO-24-novembre-2015.pdf>

Vitamine e proteine

Molto si parla di vitamine e proteine necessarie per il nostro corpo, c'è da dire che non tutti siamo uguali c'è chi ha bisogno di nutrirsi di certe vitamine e certe proteine ma non è una regola per tutti, ciò che è stato stabilito fa parte di una maggioranza ma una minoranza di persone possono vivere bene anche senza che rispettino quelle regole.

Anche ciò che dicono che per stare in salute è necessario bere tot litri di acqua al giorno ma anche qui non lo è per tutti.

Il nostro pensiero crea e quando una persona rimane convinta che per vivere è necessario che il corpo debba per forza nutrirsi, queste persone saranno costrette a mangiare.

Fino che ci facciamo prendere la gola per il cibo non si potrà vivere senza mangiare, perché desiderare un determinato cibo a lungo andare crea dipendenza.

Noi tutti se vogliamo stare sani è necessario che una volta alla settimana facciamo il digiuno, senza mangiare nulla ne bere per tutta la giornata, e questo vale anche per chi è sano, e per gli ammalati è necessario che cambiano il tipo di cibo perché alcuni alimenti a lungo andare fanno male alla salute, e se la malattia è più grave è necessario fare un digiuno terapeutico, o una dieta particolare.

Fino dall'infanzia siamo stati abituati a cibarsi in orari e questo modo di alimentarsi a lungo andare ha creato un'abitudine che se la persona rimane alcune ore a lungo senza cibarsi comincia

a sentire la fame o sentire qualche fastidio, per far sì che la persona possa iniziare a fare il digiuno è necessario che inizi progressivamente con sempre più distacco da un pasto all'altro col passare i giorni e dopo un anno circa la persona riuscirà a fare il digiuno totale ogni settimana pur lavorando.

Basta sapere che esistono alcune persone che vivono senza nutrirsi ed alcuni perfino senza mangiare né bere e si dedicano anche al lavoro.

Qui potete scegliere quale dieta fare per guarire da certe malattie.

E nell'altro link potete vedere il video delle testimonianze di alcune persone che vivono senza cibo pur lavorando.

.....

Scegliere (come curarsi dalle malattie)

<http://risveglio.myblog.it/wp-content/uploads/sites/245753/2015/11/Come-curarsi-dalle-malattie.pdf>

.....

Persone che vivono senza cibarsi

-Popolazione longeva-
donne che partoriscono
fino all'età di novant'anni
lo trovate nel link di questo video
andando al minuto 24

<https://www.youtube.com/watch?v=5nKZB9CNhCc>

BLOG: nidorondine TERRA:

www.nidorondine.blogspot.it