



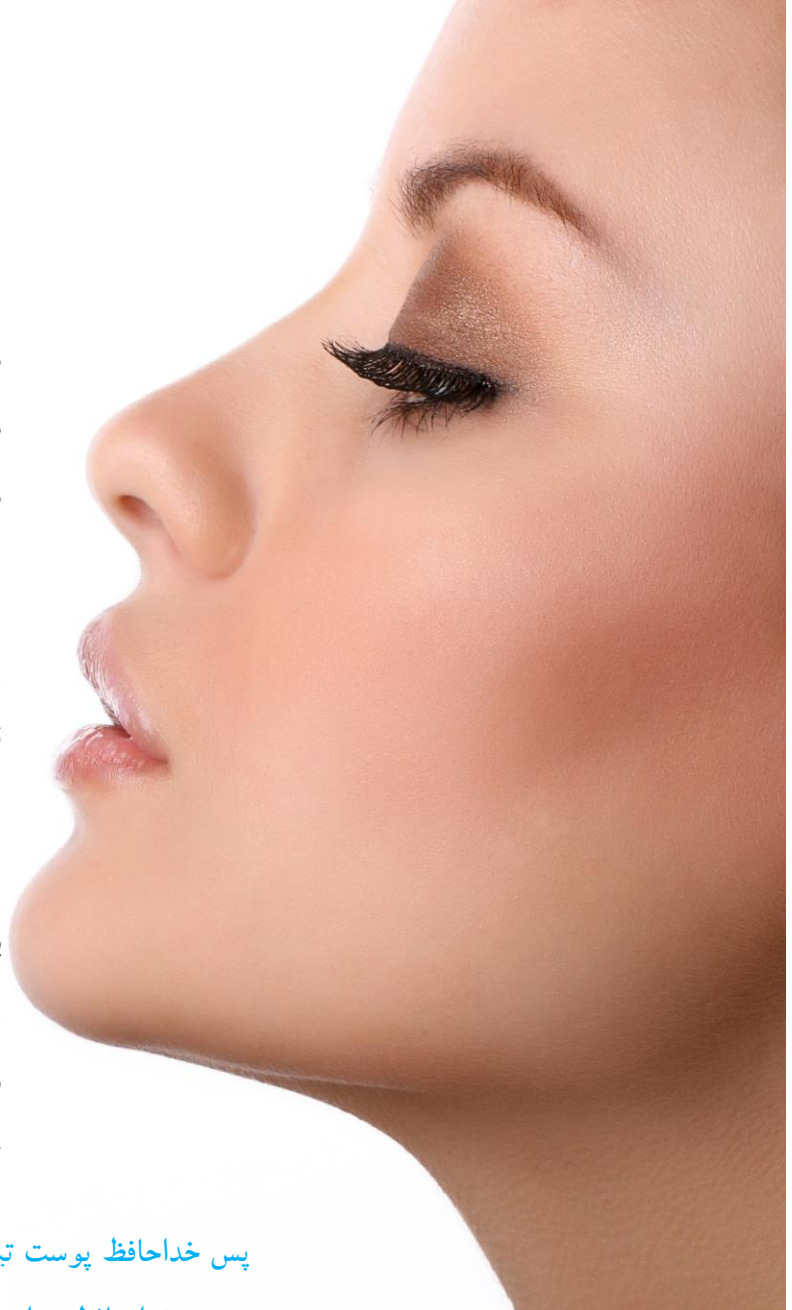
پیشنهاداتی که هرگز نمیتوان آنها را نادیده گرفت...
۷ معجزه بزرگ و راز کلیدی برای داشتن چهره ای زیبا، سالم و سرشار از انرژی
دوست عزیز و دوست داشتنی...

مقدمه

دوست مهربان من در این فایل متنی میخواهیم شما را با **خارق العاده ترین معجزاتی** که میتواند پوست و چهره شما را دگرگون کند و شما را به چنان درخشندگی و جذابیتی که لایق آن میباشید برساند آشنا کنیم.

با خواندن این فایل متنی دوست من متوجه میشوی که این معجزات الهی چقدر بزرگ و زیبا میباشند و با مصرف و توجه به این معجزات قدرتمند از بروز تمام بیماریها از جمله بیماریهای قلبی عروقی، سرطانهای پستان و روده بزرگ، پوکی استخوان، تومورهای سرطانی، سرطان مثانه و روده بزرگ، سنگ کلیه، سرطان مجاری ادرار، یبوست، چاقی در خردسالان، ورم مفاصل، کرم خوردگی دندان، آسم، برونشیت، روماتیسم، نقرس، میخچه و زگیل (به صورت موضعی)، سل، نیش زدگی و فشار خون بالا پیشگیری خواهی کرد تا زندگی شاداب و سرشار از نشاط را در پیش روی خودت داشته باشی دوست مهربانم.

دوست من بهتره با خودت صادق باشی، بهتره رودر واسی رو بزاریم کنار، اگه جدا خواهان سلامت و زیبایی پوست و چهره و حتی اندام خودت هستی! اگه خواهان شادابی و نشاط هستی! اگه توان اراده ی بالایی داری پس شروع کن، زندگی و پوست خودت رو با این معجزات الهی که در اختیارت قرار داده شده دگرگون کن، تو زیبا ترین و در عین حال شادابترین هستی چرا؟! چون از قدرت اراده استفاده میکنی، قدرتی که از خالق یکتا بشما بخشیده شده، دقیقا مثل همین معجزات خارق العاده.



دوست عزیز و مهربان این معجزات رو شما مدام باشون در ارتباطی و ممکنه در طول روز بارها و بارها اسمشون به گوشت رسیده، اما دوستانه از تو میخوام که از امروز شروع و عمل به انجام این ۷ معجزه و راز بزرگ کنی چرا که این معجزات بر اثر تحقیقات چندین سال و ماه بدست آمده،

روزها و ساعات بسیاری زمان صرف کردم، شب های بسیاری تا به صبح مطالعه انجام دادم تا به تو دوست مهربان این ۷ معجزه قدرتمند را بگویم، تنها لطفی که تو دوست عزیز در حق من انجام خواهی داد اینست که ازت میخوام بارها این معجزات رو با دقت بخونی و عمل کنی، چرا؟! چون دوستانه خواهانه زیبایی و شادابی برای تو هستم. دوستانه خواهانه تغییر در تو هستم، این رو خود شما بزودی متوجه میشوی، کافیه فقط و فقط اراده کنی و در راه تغییر و دگرگونی، عمل کنی.. به چنان اطمینانی خواهی رسید که باور خواهی کرد این معجزات چقدر زیبا میباشند.

پس خداحافظ پوست تیره و چروک های پیشانی

خدا حافظ مواد شیمیایی و آرایشی

خدا حافظ بیماریها و استرس ها

و خدا حافظ انرژی های منفی

شاید سوال برات پیش بیاد که آیا جدا با این معجزات میشه به این همه زیبایی و دگرگونی که دربارش صحبت میشه رسید! آیا با خواندن این معجزات تمام بیماریها درمان یا شفا داده میشن!؟

خب اجازه بده بیشتر دربارش صحبت کنیم دوست مهربان، ما در دنیایی زندگی میکنیم که به طور فراوان آلودگی هوا و محیط از طریق انواع کارخانه های صنعتی وجود داره، که روی پوست تاثیرات منفی خواهد گذاشت، پس اینجا خودمان باید دست بکار شیم و محیط را پاکسازی کنیم، میتونیم از نزدیکترین شروع کنیم یعنی معجزه ذهن!

از تو میخوام برای چند تايه خودت رو در جایی پر از بیماری، خشکی، آب و هوای بد تصور کنی! میبینی چی شد! دیدی چقدر روحیت رو باختی و تحلیل رفتی! دیدی که ذهن برای تو از آن تصور واقیت ساخت، پس بیا و تغییری در این تصور بده لطفا. حالا بیا و تصور رو عوض کن، در بهشتی زیبا سرشار از مهر و محبت، شادابی و نشاط با معجزات فراوان ذهن ت را درگیر کن! میبینی چقدر تغیر، بزرگ و اعجاز انگیز شد، دیدی چقدر شادابی، پس چرا از تمام معجزات استفاده نکنی؟ چرا گوشه ای بنشیننی و منتظر باشی تا زیبایی و شادابی به سراغت بیاد؟

بیا و شروع به تلاش کن، تلاش کن تا خودت نتیجه را احساس کنی و از دیدنش لذت ببری. دوست مهربان و پر مهر من، تنها دانستن وجود این معجزات کافی نیست، شما باید این معجزات را درک کنی، زیرا با درک کامل و دانستن این معجزاته که به راز آنها پی خواهی برد، پس چندین بار این معجزات را بخوان تا تمامی کلمات را از صمیم قلبت درک کنی تا زمانی که میخوای از این معجزات استفاده کنی با عشق به آنها بنگری و قدرت خداوند متعال و بلند مرتبه را احساس کنی و ببینی که خالق یکتا چه معجزاتی را برای ما با عشق به امانت داده است.

دوست مهربان من این تنها هدیه ما به شما نیست، بلکه هدیه های ارزشمند دیگری نیز در حال

آماده سازی میباشد که بزودی بر روی سایت قرار خواهیم داد و برای شما عزیزی که در سایت

www.zibayeman.com نیز از قبل عضو میباشید به پست الکترونیکتان ارسال خواهیم

کرد.

شروع عشق با معجزات خداوند



شیر

دوست مهربان من، با نوشیدن روزانه فقط و فقط ۲ لیوان شیر روزت را با شادابی آغاز و با آرامش به پایان برسان.

مصرف شیر برای داشتن دندان‌ها، ناخن‌ها و موهایی سالم و شاداب تر و عملکرد بهتر مغز و سلامت روانی لازم است. این نوشیدنی به علت داشتن کلسیم فراوان مصرفش به همراه ویتامین‌های دیگر از جمله ویتامین **D** باعث استحکام استخوان‌ها، دندان‌ها، تقویت ریشه مو و پیشگیری از ریزش آن‌ها می‌شود. وجود کلسیم به همراه ویتامین **A**، ویتامین‌های گروه **B** و پتاسیم نیز مانع از نرم و نازک شدن موها می‌شود و به درخشان شدن آن‌ها کمک فراوان می‌کند. شما همچنین می‌توانید برای سلامت و قوت ماهیچه‌ها از شیر به علت داشتن پروتئین بهره ببرید. **پیشنهاد میشود بعد از ورزش یک لیوان شیر بنوشید تا تمام پروتئین و انرژی مورد نیاز بدن را جذب کنید.**

نوشیدن منظم و روزانه شیر باعث پیشگیری از بیماری‌های قلبی عروقی، سرطان‌های پستان و روده بزرگ، پوکی استخوان، دیابت نوع دوم، افزایش فشار خون نیز میگردد، همچنین به علت وجود کالری، پروتئین، انواع ویتامین و کلسیم، مصرف آن برای دوران بارداری و شیردهی پیشنهاد خواهد گشت.



عسل

دوست مهربان من، عسل خوراکی است که جوانی را جاویدان می سازد، حافظه را نیرو می بخشد و اندیشه را پاک می سازد، زبان را می گشاید و درد را ریشه کن می کند.

عسل که آن را به فارسی آنگبین گویند، مایعی شیرین و گران رو است که زنبور عسل از شهد گل ها تولید می کند.

عسل طبیعی همواره برای شادابی پوست مورد استفاده بوده است، به جهت سهولت جذب بهتر و مقاومت در برابر کوفتگی، مخصوصاً در مورد فعالیت های فیزیکی، مقاومت قوی را ایجاد می کند؛ همچنین کارایی بیشتر فکری را سبب می گردد. بنابر این هم افراد سالم هم افراد بیمار برای درمان هر نوع ضعف مخصوصاً در موارد هضم یا جذب غذا در بدن به آن نیاز دارند. به علاوه باعث افزایش رشد نوزادان، تثبیت مقدار کلسیم استخوان، کمک به درمان کم خونی و بی اشتها می شود.

اگر تأمل بیشتری در آیات قرآن داشته باشید نیز متوجه می شوید که به عسل اشاره شده است «و خدایت به زنبور عسل وحی کرد که از کوه ها، درختان، سقف های رفیع، منزل گیر؛ سپس از انواع میوه های شیرین (و از حلاوت و شهد گل های خوشبو) تغذیه کن و راه پروردگارت را به اطاعت ببوی، آن گاه از درون آن، شربت شیرینی به رنگ های مختلف بیرون آید که در آن، شفای مردم است. در این کار نیز آیتی (از قدرت خدا) برای متفکران پیداست.

عسل، شفای هر دردی است و هیچ دردی در آن نیست، بلغم را کم می کند و قلب را جلا می دهد.



انار

دوست مهربان من، اگر می‌خواهی به طور فراوان ویتامین C و همچنین ویتامین‌های گروه B مثل اسید فولیک و نیاسین و مواد معدنی مانند فسفر، منیزیم، روی و پتاسیم را جذب بدن خود کنی کافیه روزانه انار مصرف کنی تا شاهد زیباترین معجزه خلقت باشی.

این معجزه خلقت به میزان قابل توجهی دارای ویتامین‌های متنوع و مواد آنتی‌اکسیدان بوده و روند پیری پوست را بسیار زیاد به تأخیر می‌اندازند، دندان‌ها را سالم و انسان را همیشه شاداب و پر نشاط نگه میدارد، در واقع انار یکی از غنی‌ترین منابع پلی‌فنل‌ها که گروهی از آنتی‌اکسیدان‌های قوی هستند میباشد. هدف آنتی‌اکسیدان‌ها، کند کردن یا جلوگیری از صدمه سلولی است که توسط علل مختلف استرس‌زا حادث می‌شوند. مانند: آلودگی هوا، استرس‌های روحی و سموم مختلفی که به صورت روزمره خواسته و ناخواسته با آنها مواجه هستیم.

انار به واسطه داشتن مواد آنتی‌اکسیدانی و الازیک اسید از بروز سرطان جلوگیری کرده و رشد تومورهای سرطانی مانند سرطان پوست و پروستات را کند می‌کند، همچنین برای بیماران مبتلا به فشار خون بالا نیز مفید بوده، دوست مهربان من، مصرف یک انار معمولی می‌تواند ۴۰ درصد نیاز روزانه به ویتامین C را تامین کند. در نتیجه مصرف آن برای بیماران مبتلا به کم‌خونی به خصوص بانوان بسیار بسیار مفید میباشد.



آب

دوست مهربان من، روزانه نوشیدن ۱۰ لیوان آب پاک میتواند تا همیشه چهره ای سالم، شفاف و بدون چین و چروک و خنده ای سرشار از مهر را به شما هدیه کند.

معجزه دیگری که از خلقت خداوند است آب میباشد، نوشیدن مرتب آب البته آب سالم می تواند باعث زیبا و شاداب شدن پوست، بهبود بخشیدن به جریان خون، هوشیارتر شدن و بهتر تمرکز کردن، تخلیه کردن سموم بدن، تنظیم درجه حرارت و خنک سازی بدن توسط تعریق، مرطوب کردن پوست، چشمها، دهان و مجاری تنفسی، روانکاری مفاصل و سیستم گوارشی، کمک به هضم و گوارش غذا و حمل مواد مغذی و اکسیژن به سلولهای بدن، تنظیم الکترولیت های درون بدن مانند سدیم و پتاسیم، و امکان تغذیه بهتر و جوان کردن پوست شود.

آب پاک همچنین باعث جلوگیری از چین و چروک و خطوط ریز شیارهای پوست، خطر ابتلا به سرطان مثانه و روده بزرگ، سنگ کلیه، سرطان مجاری ادرار، یبوست، چاقی در خردسالان، ورم مفاصل، سرطان و بیماری های قلبی و کرم خوردگی دندان میشود.

دوست مهربان من، سعی کن به این موارد که الان در اختیارت قرار خواهیم داد خوب عمل کنی تا همیشه سالم و تندرست باشی

روزانه ۱۰ لیوان آب پاک و سالم بنوش، قبل از احساس تشنگی آب بخور، آب را به نوشیدنی های دیگر ترجیح بده، قبل از حمام نیز سعی کن یک لیوان آب پاک بنوشی.



گوجه

دوست مهربان من، گوجه‌فرنگی سرشار از مواد معدنی و ویتامین‌هایی است که مصرف روزانه‌ی آن‌ها برای اینکه پوستی زیبا و سالم داشته باشید کافی است.

بهترین نکته درباره‌ی گوجه‌فرنگی، این است که به روش‌های مختلفی می‌توان آنرا میل کرد، می‌توانید آنرا در سالادتان خرد کنید، خام بخورید و یا اینکه آنرا روی منقل کباب کنید، سوپ‌های لذیذی با آن درست کنید و خیلی کارهای دیگر.

همچنین ترکیبات موجود در **گوجه‌فرنگی** برای بی‌رنگ و رو بودن پوست نیز خوب است، معمولاً اغلب بدلیل کمبود ویتامین یا مواد معدنی است که رنگ پریده می‌شوید، و خوشبختانه گوجه می‌تواند این را درمان کن، بین سلامت سیستم معده و گوارش و ظاهر پوست شما ارتباط نزدیکی وجود دارد، شاید خودتان هم متوجه شده باشید، زمان‌هایی که معده‌تان مشکل دارد بیشتر مستعد آکنه یا مشکلات پوستی دیگر هستید، گوجه‌فرنگی حاوی فیبر زیادی است که به هضم کمک کرده و به پوست شما نیز آبرسانی می‌کند؛ و این باعث خواهد شد تا پوستی سالم و درخشان داشته باشید. پس یا آب گوجه‌فرنگی بنوشید و یا خامش را گاز بزنید تا **پوستتان** بزودی درخششی طبیعی و جذاب پیدا کند.

اگر به فکر یک سم زدایی کامل هستید تا بدن و پوستتان را تمیز کنید، خوردن گوجه یا نوشیدن آب گوجه‌فرنگی در هر روز، بعنوان بخشی از دوره‌ی سم زدایی، ایده‌ای بی‌نظیر و شگفت آور است.



سیر

دوست مهربان من، جویدن جعفری بعد از خوردن سیر یا این که جویدن ۲ دانه قهوه بوداده بوی آن را از بین خواهد برد، پس دیگر نگرانی برای خوردن این نعمت بزرگ نداشته باش.

این معجزه نیز همانند دیگر معجزات حاوی خواص بیشماری میباشد، اگر می خواهید ظاهری شاداب و زیبا داشته باشید و از ویتامینهای زیاد، بخصوص ویتامینهای گروه B و عناصری مانند منیزیم و فسفر که تاثیر آرام بخش بر روی انسان دارد بهره ببرید حتما از سیر استفاده کنید. چرا که سیر تنظیم کننده مهمترین اعمال بدنی میباشد.

سیر برای درمان بیماری های مختلفی از جمله آسم، برونشیت، روماتیسم، نقرس، میخچه و زگیل (به صورت موضعی)، سل، نیش زدگی و فشار خون بالا مفید است. در ضمن، سنگ کلیه را خرد می کند و در ضد عفونی کردن دستگاه های ادراری و عفونت های واژینال و مثانه نیز مؤثر است.

بعضی از افراد از سیر برای پیشگیری از سرطان کولون، سرطان معده، سرطان سینه، سرطان پروستات و سرطان ریه استفاده می نمایند. همچنین از سیر برای درمان پروستات بزرگ شده، دیابت، ورم مفاصل، آرتروز، رینیت آلرژیک (تب یونجه)، اسهال مسافران، فشار خون بالا در اواخر بارداری، سرماخوردگی، پیشگیری و درمان عفونت های باکتریایی و قارچی استفاده می شود.

سیر سرشار از فولیک اسید، ویتامین C، کلسیم، آهن، منیزیم، پتاسیم و مقدار کمی روی و ویتامین های B1، B2 و B3 است.



چای سبز

دوست مهربان من، اگر میخواهید با این معجزه قدرتمند علاوه بر خواص بسیار زیادش وزن خود را نیز کاهش دهید کافیه روزانه ۳ الی ۴ لیوان چای سبز بنوشید.

دلیل اصلی جوان ماندن با چای سبز وجود میزان قابل توجهی آنتی اکسیدان به ویژه آنتی اکسیدان های موثر در حفظ شادابی موجود در چای سبز است. آنتی اکسیدان ها یکی از شاخص ترین عوامل برای حفظ سلامتی و شادابی سلول های بدن، با به تعویق انداختن شروع روند پیری سلول ها هستند، آنتی اکسیدان های موجود در چای سبز، سلول های پوست را در مقابل آسیب ها به ویژه رادیکال های آزاد، یکی از عوامل ایجاد سرطان و افتادگی و آسیب به پوست، محافظت می کند. به این ترتیب چای سبز مانع از بروز سرطان، افتادگی و چروک خوردن پوست به ویژه پوست صورت می شود، میتوان نوشیدن چای سبز را مکملی برای سلامت دهان و دندان دانست. علاوه بر این چای سبز با از بین بردن باکتری های نامناسب محوطه دهان، بوی بد دهان و تنفس بد بو را نیز مرتفع می کند.

چای سبز فعالیت سلول های مغز به ویژه بخش های مربوط به حافظه را تقویت و تحریک می کند. از طرفی چای سبز باعث کاهش میزان «استیل کولین» در سلول های مغز و با این حرکت مانع از تخریب سلول های مغز و بروز بیماری آلزایمر می شود.

خداوند بزرگ و رحمان را بابت تمام این نعمت ها و معجزات شگفت آور سپاس خواهیم گفت.

و

زندگانی سرشار از سلامتی و آرامش را برای شما دوست مهربان خواهانم
<< نورو عشق الهی همراه شما >>

منتظر هدیه های دیگرمان در سایت

www.zibayeman.com

باشید