



NA ZDROWIE! LEKCJE ZDROWIA I WEWNĘTRZNEJ HARMONII

Lekcja 20. Jaką wodę pijesz?



Doktor Pokrywka



Filip Żurakowski

Oto druga część maila otrzymanego przez Doktora Pokrywkę od Katarzyny

Dziś wierzę, że w prosty sposób możemy sami wziąć odpowiedzialność za swoje zdrowie. Myślę, że takie działania dają wiele do myślenia. To co mogę zrobić dla siebie dziś, to nie być pasywną osobą, zdaną na leki, bo one wszystkiego nie załatwią za mnie. Wręcz przeciwnie. Ja będę rozslawiać chlorek magnezu, Pana działania i książkę gdzie tylko mogę. Chętnie przyjadę na kolejne warsztaty jak będą one w dogodnym dla mnie terminie.

Rozumiem, że doustny magnez przez gorsze wchłanianie nie jest w stanie działać tak skutecznie, jak ten wchłaniany przez skórę. Tak prosto logicznie myśląc :-)

Serdecznie dziękuję. To niesamowite. Naprawdę chylę czoła wraz z wyrazami szacunku za bezinteresowną pomoc.

Pozdrawiam serdecznie, Katarzyna

Komentarz Doktora Pokrywki

Miło czytać takie słowa pani Katarzyny. Z otwartym sercem witamy osoby, które chcą włączyć się w propagowanie naszych idei. Chętnie widzimy takich ludzi w całej Polsce i nie tylko. Ludzi, którzy przesyłają nasze lekcje dalej i zachęcają do zapisywania się na nie.

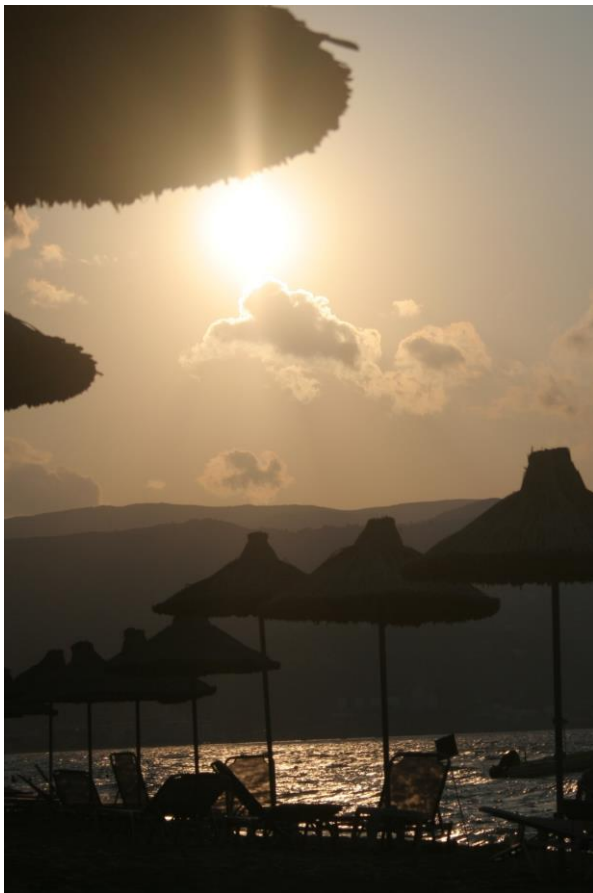
Pani Katarzyna miała niedobór magnezu i ten niedobór paraliżował jej zdolność do zdrowienia. Niedobór magnezu jest dość powszechną przyczyną tego „paraliżu”. Dlatego jako pierwszy ruch zalecamy uzupełnić w organizmie magnez. Procedura łatwa i tania, więc warto

po nią sięgnąć , tym bardziej że nie ma żadnych działań ubocznych. Nawet jak ktoś ma dobry poziom magnezu, to będzie miał jeszcze lepszy, a przedawkować magnezu nie można – organizm wydali nadmiar z potem i moczem.

Magnez często okazuje się strzałem w dziesiątkę, dającym istotny postęp w zdrowieniu. Jeśli nie da- szukajmy dalej. Tym czynnikiem odblokowania procesu naprawiania i zdrowienia może okazać się uzupełnienie kwasów Omega 3.

Inne możliwe przyczyny obniżenia zdolności samozdrowienia to:

- Picie wody mineralnej lub wody z kranu nieprzegotowanej i nieoczyszczonej.
- Zbyt częste i długie kąpiele w wannie w wodzie chlorowanej.
- Pływanie z basenach z wodą chlorowaną.
- Picie wody i napojów kupowanych w plastikowych butelkach.

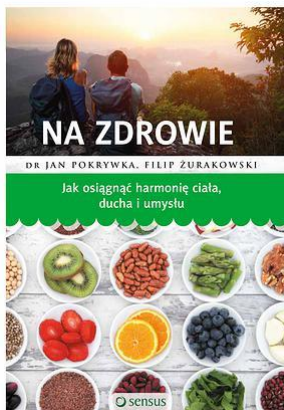


Zdjęcie Szymon Kliszewski

Coś dla ducha

Każde czasy potrzebują swojej wiedzy duchowej, na miarę dzisiejszych wyzwań, dzisiejszych szans, dzisiejszych zagrożeń i przeszkód. I nowych sposobów wprowadzania jej w życie. A oto kolejny rys nowej wiedzy duchowej, tak potrzebnej nam w naszych czasach.

Człowiek może zmieniać swoją przeszłość przez zmianę sposobu myślenia o niej. Przyszłość też może zmieniać, ale w tej chwili wiem dokładnie o czym mówię – człowiek może zmieniać swoją przeszłość, to znaczy zmieniać jej wpływ destrukcyjny na wpływ pozytywny i inspirujący. Zaczynają o tym pisać różni myśliciele w różnych częściach świata, tak jakby sytuacja dojrzała do tego, aby uświadomili to sobie wszyscy. Pisze o tym szwedzki zakonnik Wilfrid Stinissen, rosyjski terapeuta Sergiej Łazanow, amerykański pisarz inspiracyjny Wayne Dyer. Każdy ma swoje sposoby na zmianę myślenia o przeszłości, ale wspólny mianownik jest ten sam. Pomyśl, jaki ty masz na to sposób.



Książkę Doktora Pokrywki i Filipa Żurakowskiego *Na zdrowie! Jak osiągnąć harmonię ciała, ducha i umysłu* można kupić w salonach Empiku w całej Polsce lub na stronie www.nazdrowie.drpokrywka.pl

Przeczytaj recenzje o naszej książce na stronie wydawnictwa Sensus <http://sensus.pl/ksiazki/na-zdrowie-jak-osiagnac-harmonie-ciala-ducha-i-umyslu-dr-jan-pokrywka-filip-zurakowski.jakosi.htm>

Poleć *Lekcje Zdrowia i Wewnętrznej Harmonii* swoim znajomym.