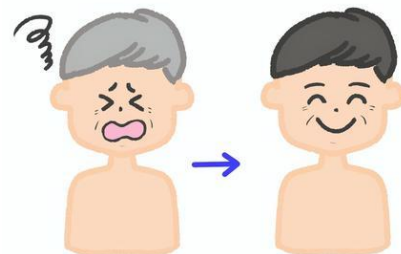


**3日食べなきゃ病気の7割は治る
少し食べれば、若返る！
ファスティングでスリムになり若返る！**



1日一食で体は締まり、財布は太る(笑)

今6人に1人が糖尿病です。1日1食で、糖尿病も良くなると言われていました。
現代人は食べ過ぎであるので、その生活習慣を徐々に変えていくと、病気になりにくい健康な体をキープできると言われています。

手足腰の筋肉を衰えさせないために、アイソメトリック療法が良いそうです！
筋肉負荷を5秒以上かけることです。

西洋医学で良いのは救命救急だけであると言われていました！
西洋医学に病気の原因は何でしょうか？と尋ねると、

「それは永遠の謎です！」

片や、東洋医学に病気の原因を尋ねると、

「それは体毒です！体から体毒を出すことです!!」

なるほど、東洋医学は理にかなっていますね！

波動を描くや遠隔操作等についても言われていましたが、こちらはまだよくわかりません。

実践するとよいこと

1少食
2菜食
3ロングブレス(呼吸10まで数える)
(一生の間に吸う空気の量も決まっている)



ハツカネズミはハッハッして20日で死ぬ
ゾウガメは300歳以上生きる
5分に1回の呼吸



ファスティング指導実施中！

