

ريجيم التنظيف من الحامض الطبيعي للتخلص من السمّ

ريجيم الحامض للتخلص من السمّ

الاحساس بعودة الشباب

ريجيم الحامض للتخلص من السموم



Lemon Detox Diet

(هو برنامج حمية صنّع خصيصاً لإزالة السموم ويعمل مع حركة الجسم الطبيعية Lemon Detox Diet ان ريجيم الحامض للتخلص من السموم)
للتنظيف من خلال طرد السموم وحررق الدهون بشكل طبيعي. هذا الريجيم هو طريقة بسيطة وطبيعية ومثيرة للحصول على شخصية صحية نظيفة وهو
آمن وفعال.

انتشرت شهرته في جميع انحاء اوربا واميركا حيث ان الألاف والألاف قاموا بتجربة فوائده الصحية المذهلة وقدرته الباهرة على تخفيف الوزن
الزائد.

الفوائد التي سُجلت من قبل هؤلاء الذين تابعوا ريجيم الحامض لإزالة السموم
Lemon Detox Diet تشمل ما يلي:



- * تنظيف الجسم من السموم.
- * خسارة الوزن واقعيّاً في حال يعاني من الوزن الزائد
- * زيادة الطاقة الجسدية والحيوية.
- * عملية هضم أفضل.
- * مقاومة اكبر للأمراض.
- * بشرة نقية وعيون صافية.
- * شعر لمّاع اكثر واظافر اقوى.
- * اعتماد أقل على الأدوية والعقاقير.
- * ارادة قوية وعزم اكبر.
- * تحسن التركيز ووضوح التفكير.
- * نظرة سعيدة وإيجابية.
- * شعور اكبر بالسلام الداخلي.

ان الجسم لديه طاقات خارقة قادرة على تنظيفه ولكن للأسف، معظم ما نتناوله من طعام في العالم الغربي لا فائدة له: من دهون مشبعة وبروتينات مفرطة ومأكولات
مكرّرة ومعاد تصنيعها تحتوي ادوية وزوائد اصطناعية. حتى ان العديد من الكيماويات والسموم البيئية يمكنها ان تجد طريقها الى الجسم عن طريق الهواء الذي
تنتشقه والمياه التي تشربها. وكل هذه السموم تصبح جزءاً من الحمية اليومية.
ان ريجيم الحامض للتخلص من السم يساعد الجسم على التنظيف طبيعياً بينما نتوقف عن تناول المأكولات الاخرى.

مصادره:

عُرف هذا الريحيم منذ أكثر من خمسين عاماً وقد اكتشفه ممارس المعالجة الطبيعية الاسطورة Stanley Burrougs. وفي عام 1980 صُنع طبيب الأمراض النفسية KA Bayer بالتعاون مع Stanley Burrough خلطة متطورة مع فريق من الاطباء في حقل المعالجة الطبيعية وطب الاعشاب وعلم الطب. وبعد خمس سنوات من اجراء الآلاف من الاختبارات انتجوا خلطة متوازنة تتماشى مع كل المعادن الاساسية والمتطلبات المغذية للجسم من اجل القدرة على التحمل اثناء امتداد فترة التخلص من السموم.

وهذه الخلطة الطبيعية عرفت باسم شراب شجرة Madal Bal الطبيعي وهو المكوّن الرئيسي لريحيم الحامض للتخلص من السموم.

شراب شجرة Madal Bal الطبيعي

إن شراب شجرة Madal Bal الطبيعي مركب من خمسة سوائل من شجرة النخل الجنوب شرق آسيوية وشراب شجر القيقب الكندي النقي من فئة C Grade.

تستخلص السوائل عبر الطرق التقليدية ثم يتم تصنيعها بوسائل كندية متطورة ويتم طحنها على شكل وصفة طبية محددة و ثم يتم تعليبها.

لا مواد حافظة يتم اضافتها ولا كيماويات فهي طبيعية مئة في المئة ولا تحوي مثبتات.

إن اهم مكونات ومخصصات شراب Madal Bal هو انه غني بالمعادن الاساسية والعناصر التي تتطلبها الخلايا لتعمل بشكل صحيح لذا فهو مهم من اجل تنظيف الجسم



شراب الحامض للتخلص من السموم

من اجل الحصول على كوب من شراب الشجر الطبيعي والحامض.

- * اضع ملعقتين (20 ملليترًا) من شراب Madal Bal الطبيعي.
- * اضع ملعقتين من عصير الحامض الطبيعي الطازج (حوالي نصف حبة حامض).
- استخدم الحامض النيء الطازج وليس مشروب الحامض او المركز.
- * اضع نصف قرص او رشّة من بهار فلفل حريق او الفلفل الاحمر.

إمزج المكونات وخفّفها بالماء الباردة او الساخنة. اشرب قدر ما ترغب من ستة الى تسعة اكواب يومياً او عندما تشعر بالجوع.

يمكنك تحضير شراب الحامض للتخلص من السمّ لمدة يوم كامل.

من أجل الحصول على ليترين (اي حوالي ثمانية اكواب) أضف 140 ملليتراً من شراب شجرة Madal Bal الطبيعي مع حامض عدد ثلاثة ونصف وحوالي ثلاث رشاشات من بهار الفلفل الحرّ او الاحمر وخففها بالماء.

خلال فترة برنامج التخلص من السم فقط اشرب السوائل المطلوبة ويمكنك ان تشرب الماء اضافة لشراب الحامض للتخلص من السم.

لا تأكل اطعمة صلبة اخرى.

الصيغة القاعده Standard Version

وأن الصيغة القاعده لريجيم الحامض للتخلص من السم تستغرق من خمسة الى سبعة ايام وهي الصيغة الكلاسيكية التي استخدمت من قبل الالاف من الاشخاص حول العالم. بعض الاشخاص عندما يفكرون بالصوم لأول مرّة يعتقدون انه لا يمكنه استكمالها على فترة سبعة ايام . ولكنك ستجد انه بعد اليوم الثاني الأمر سيصبح اسهل، واسهل.
وهذه الصيغة تعتبر مناسبة لأن علبه الليتر الواحد تكفي معظم الناس لمدة تتراوح من خمسة الى سبعة ايام.

(Optimum Version)

كما ان هناك صيغة اخرى وهي تشمل الصيغة الأمثل وتعتبر امتداداً لصيغة الخمسة الى سبعة ايام - انها الصيغة الحقيقية الاصلية التي تستغرق عشرة ايام وهي الفترة المثالية للبرنامج. ايضاً هناك (صيغة مرّة في الاسبوع). One A Week Version وتعتبر الأكثر ارتياحاً وكذلك هناك الخطة الأساس وكلها يمكن مشاهدتها عبر الموقع الالكتروني

www.lemondetoxdiet.com.au



التخلص وإلغاء السموم - مفتاح النجاح

إن إلغاء وطرده السموم من الجسم هو نجاح الريجيم.
إن الإلغاء يعني استخراج كل الفضلات من الخلايا الى خارج الجسم.
فهذه الفضلات التي لا يتم انتزاعها باستمرار من الجسم يمتصها نظام الجسم .
إشرب ثلاثة ليترات من السوائل يومياً بما فيها اليماء النظيفة اضافة الى شراب اعاده الشباب من اجل تنظيف الجسم بفعالية.

الشاي المسهّل وماء ملح البحر

اتناء عملية التنظيف من المهم التبويل والذهاب للمرحاض على الأقل مرة واحدة في اليوم. للمساعدة على ذلك بإمكانك تناول الشاي النباتي المسهّل عند المساء قبل الذهاب الى النوم فينصح تناول ماء ملح البحر في أول النهار.

إن الشاي المسهّل يساعد على قطع الفضلات المعوية الصلبة وماء ملح البحر يساعد على استخراجها من نظام الجسم.

بعض الناس يجدون ان بعض انواع الشاي المسهّل يسبب المغص عندما يقومون بتجربته لأول مرة لذا تأكد من استخدام المناسب لك في المرة الاولى.

عندما تمزج خليطاً للحصول على ماء ملح البحر (ملعقتان مذوبتان مع ليتر من الماء الفاتر) تأكد من استخدام ملح البحر وليس ملح الطعام.

أخيراً يجب ان تكون قريباً من الحمام خلال النصف ساعة المقبلة.
أما اذا كان طعم ماء ملح البحر غير مريح يمكنك استبداله بكوب آخر من الشاي المسهل.



التحدّي مع نفسك

إن اكبر تحدّي لريجيم الحامض للتخلص من السم هو عقلي. فنحن عندما نخضع لأي نوع من الحميّة يجب ان نتحضر ذهنياً لتغيير عادات الطعام حتى ولو لمدة قصيرة من الوقت. لأننا نحن ايضاً معتادون على تناول ما يحلو لنا من الأطعمة وفي اي وقت. وقد يبدو لنا ان فرار اللجوء الى ريجيم السوائل دون الأطعمة الصلبة قاهر ومرتبك.

إن الصيام الحقيقي هو الوقف الكلي للطعام. بكل انواعه كما انه في الحقيقة ريجيم الحامض للتخلص من السمّ يعتبر الطعام السائل المغذي والمناخ للطاقة. وعندما تشعر بالجوع، بكل بساطة إشرب شرباً آخراً من الحامض المزيل للسم.

الاعراض الجانبية

لا يوجد اي برنامج ريجيم للتخلص من السمّ دون الشعور بعدم الارتياح، وقد يختبر الخاضع لهذا الريجيم لعوارض التنظيف المختلفة منها الشعور بعدم الارتياح ولا يجب سوء فهمه على انه مفعول او عارض جانبي ، **لا بل في الحقيقة ان هذه الاعراض دليل يؤكد ان الحامض المزيل للسم يعمل وان جسمك يخضع لعملية التخلص من السموم المؤدية.**

خلال اليومين الأولين بينما السموم المخزنة والفضلات تُطرد وتستخرج من الجسم فهي تسيل بمجرى الدم قبل التخلص منها وهذا قد يسبّب عدم القدرة وهي حالة تبدأ بالام الرأس، بلحظات من الدوار، التعب البسيط والضعف. وفي هذه الحالة فأنت بحاجة لقسط من الراحة أكثر من الساعة.

فقد اثبتت النتائج السابقة ان الايام الاولى هي الاكثر محاولة ولكن في اليوم الثالث معظم مواد الفضلات تكون قد تبدّدت واخذت طريقها الى خارج نظام الجسم. فهنا العديد يلحظون تحسناً باهراً لحالتهم.

ختام البرنامج

بما ان جهاز الهضم كان يخضع لاستراحة لمدة خمسة او عشرة ايام، تعامل معه بانتباه وتأن مع ختام البرنامج.

إن اكثر خطأ شائع يكون بالعودة الى الاكل كثيراً في وقت قريب جداً.



يجب العودة تدريجياً لتناول الطعام الصحي على فترة يومين او ثلاثة ايام.

في اليوم الاول بعد التخلص من السم: التزم شرب عصائر الفاكهة الطازجة

في اليوم الثاني بعد التخلص من السم: ابدأ نهارك مع عصير ثم جرّب تناول حساء بعض الخضار المطحون لطعام الغداء.

في اليوم الثالث بعد التخلص من السم تناول الخضار المطبوخة على البخار او النيئة. لا تأكل اي من اللحوم الحمراء او السمك او البيض او الخبز او الحلويات ولا تشرب المشروبات الغازية خلال الايام الثلاثة الاولى.

في اليوم الرابع بعد التخلص من السم ابدأ بتناول الاطعمة بشكل طبيعي من جديد. يُذكر اذا كنت انهيت الصيغة القصيرة من الريجيم باستطاعتك تناول الطعام خلال يوم او اثنين.

خذ وقتك . كما إنك ستلاحظ ان براعم التذوق حيوية اكثر لديك بعد عملية التنظيف وتستمع جيداً بمذاق وطاقة العصائر والحساء والخضار.

تعليقات حول ريجيم الحامض للتخلص من السمّ

بعد ان خضعت لريجيم ازالة السم لمدة 14 يوماً، لم أصدق النتائج خصوصاً انني كنت مترددة في البداية بتجربته. ولقد خسرت 5،7 كيلو غراماً واشعر بالارتياح والسعادة. فإن بشرتي ناعمة وصافية جداً. واشعر بطاقة قوية.

وبما اني نباتية واعاني من نقص بمعدن الحديد في كل الاوقات. فهذا نادر الآن بالنسبة لي. إن اصدقائي وزبائني يسألونني ان كنت حاملاً من جديد لأن وجهي يلمع ولكن عندما يرون انني خسرت وزناً يدركون ان ازالة السم هو الذي يجب ان اشكره وهم الآن مهتمون جداً لتجربته بأنفسهم. إن ازالة السم هو افضل شيء فعلته لجسمي وانصح الجميع على تجربته.

Hava Huner , Melbourne, Australia
هافا هانر ، ملبورن، استراليا.
معالجة التدليك - بريد الكتروني:
hava-a-massage@hotmail.com

لقد تجربته واختبرته بنفسني والآن اصفه من ضمن عملي للمرضى، وانا اشهد انه ذات مذاق طيب وسهل التحمل على مدار خمسة الى سبعة ايام. وهو يؤمن عملية ازالة للسم سريعاً. ويناسب مجموعة واسعة من المرضى.

الدكتورة جانين ليش
BSc Phd ND DO HonMFPHM
Naturopath, Wallington, Surrey
Email: CM.J.Leah@brighton.ac.uk

خضعت لريجيم الحامض للتخلص من السمّ لمدة خمسة ايام وشعرت بشكل افضل. ولم اخسر خمس كلغ لكنني امتلك حيوية اكثر بكثير فهذا ما احتاجه في مهنتي كمزود الطعام

وقد عرفت الجميع في مكنتي عليه وجميعهم سعيدون بالنتائج التي حققوها من خلاله. والآن استعمله مرة اسبوعياً او خلال المساء بدلاً من طعام العشاء. وانام بشكل افضل وفي اليوم التالي اشعر كأنني شخص جديد. شكراً لجلب الحامض للتخلص من السمّ الى استراليا. احبه كثيراً.

Arnold Huber, Sydney Australia
www.europeancatering.com.au

لأسئلتكم وتعليقاتكم رجاء مراسلتنا على:



Madal Bal Australia Pty Ltd

Tel: (02) 9793 3332 (02) 9793 3337

Email: info@lemondetox.com.au

Head Office Location:

Unit C7 101 Rookwood Rd Yagoona, NSW, 2143

Directly opposite Boardman Street.

Opening hours: Monday – Friday 8.30am – 5.00pm

Due to batch processing we do not have any eftpos or credit card facilities in our office. All pick up purchases to be paid by cash.



STATE DISTRIBUTORS:

NSW

Lemon Detox Diet Pty Ltd (Head Office) **Location:**

Encompass Business Park: Unit C7 101 Rookwood Rd Yagoona, Sydney. Directly opposite Boardman Street (02)9793-3332

Mt Druitt – Ross Trewin Soul Pattinson Chemist: Shop 19-20 Westfield Shoppingtown - (02)9832-0700

VIC

Port Melbourne & Narre Warren : The Detox Clinique: 03 9646 3316 0421 724 724

Dandenong: Be Healthy Health Food Store: 0410 697767 0397921693

Elsternwick: Glo Health Meredith: 03 95237824

Nunawading: Health Muscle Body – Health Shop Maria: 03 9878 6232

Roxburgh Park: Hava Huner: 0401 420 890

Ferntree Gully: Mountain Health: Carmel 03 9758 8295

Box Hill: Youn Park Chiropractic Centre: 03 9899 7700

QLD

Healthy Life Myer City Centre Shop 45, Level E Myers City Centre, Brisbane: 07-3229-0766

Healthy Life Queens Plaza Shop TLG 18 Queens Plaza, Brisbane: 07 3221 8877

Healthy Life Springfield Lakes Shop 26 Orion Town Centre, Springfield: 07 3470 0788

WA

The Good Life –Yokine: 08 9443 1553

The Good Life – Albany: 08 98426326

SA

Foods For Life – 15 Rundle Mall Adelaide: 8410 1788

Healthy Life Norwood: 8332-1085