

LEDINKOVÁ VODA

Jednoduchou úpravou vody získame silný energetický zdroj, môžeme ňou zamedziť stálej únave a dokonca zvýšiť svoju potenciú. Keď niekomu radím užívať "ledinkovú" vodu, často spomeniem na jednu babičku, ktorá sa ku mne prišuchtala.

Je faktom, že som jej pomohol aj inak, ale ona za mnou pribehla za dva mesiace a bola ohromne nadšená práve ledinkovou vodou. Druhýkrát som ju nepoznal. Nebola to už babička, ale dáma. Rozprávala, ako ju ledinková voda postavila na nohy, že vraj je jej 68 rokov, a teraz sa cíti o 20 rokov mladšia.

Spotreba: 1 l vody

Postup:

Príprava ledinkovej vody je jednoduchá, ale všetko geniálne je v podstate jednoduché:

1. V mrazničke necháme zmraziť asi 1 l vody v nádobe, ktorá sa neroztrhne. Potom ju necháme pri izbovej teplote rozmraziť. Zmrznutá a roztopená voda obsahuje takéto útvary - ledinky, ktoré sa nalepia na bunky a regenerujú ich - samozrejme, keď tú vodu pijeme.

2. Voda sa nesmie ohriať na viac ako na 38 °C, inak ledinkové útvary zmiznú. Skôr ako voda v nádobe premrzne, trvá to nejaký čas, preto necháme súčasne jednu vodu mraziť a druhú topiacu sa cez deň popíjame.

Hádam každý z nás si všimol, že keď dáme do nejakého nápoja ľad, že nás to osvieži. Nie je to tým, že je nápoj chladný, ale práve ledinkami. Ledinky nájdeme aj v zmrzline, ktorá nás spočiatku osvieži, ale tuk, ktorý zmrzlina obsahuje, za nejaký čas naopak zvýši telesnú teplotu a dochádza k útlmu.

V ledinkovej vode, ktorú necháme najskôr roztopiť, môžeme lúhovať šupky z jablák, ale aj iné ovocie. Keď zjeme celé jablko, to sa dostane do trávenia a pôsobí inak. Šupky z jablák lúhované 10 hodín vo vode pôsobia na intelektuálnu sféru človeka povzbudivo a hlavne posilnia jeho srdce. Čím kyslejšie máme jablko, tým lepšie. Môžeme využiť aj plánky, ktoré inak nikto nechce. Vylúhované šupky sú bezcenné, tie vyhodíme. Najúčinnější je popíjať túto vodu po troškách počas celého dňa.

Ledinky objavil a pomenoval akýsi ornitológ, ktorý zistil, že vtáky, ktoré pijú vodu z roztopeného ľadu, sú oproti rovnakému druhu z teplejších krajín - kde táto možnosť nie je, čulejšie, zdravšie, rýchlejšie im rastú mláďatá a dožívajú sa 3x dlhšieho veku!

Z knihy Jana Speváčka "Rozhovor s duchovným majstrom 1. - Cesta mágie