

## از بدن خود سم زدایی کن

وجود تو پر از سمومی است که در طول زندگی جسم، ذهن، و روان تو را پر کرده اند. مواد غذایی ناسازگار که بدن ما توان تجزیه یا دفع آنها را نداشته است، افکار بد، تصاویر بد، خاطرات بد، کینه ها، حسادت ها، قضاوت ها، نگرانی ها، خود خوری ها، صدماتی که به دنیایی که در آن هستی وارد کرده ای، به خودت، به دیگران، ...<sup>1</sup> این همه هنوز و همیشه با تو هستند و هر یک پاره ای از وجود تو را به خود مشغول داشته اند چنان که دیگر چیزی برای خودت باقی نمی ماند و برای اینکه همه ی خودت را دوباره به اختیار بگیری لازم است این سموم را از جسم و ذهن خارج کنی.

روش های سم زدایی به طور کلی به دو دسته تقسیم می شوند؛ روش های فیزیکی که جسم تو را پاک می کنند و روش های متافیزیکی که از ابعاد دیگر وجود تو سم زدایی می کنند.

در روش های فیزیکی از روزه های مختلف، تمرینات تنفسی، داروها و روغن های گیاهی، ماساژ، کیت های پاک سازی روده، کبد و ... استفاده می شود و طب سنتی هند، آیورودا، جامع ترین روش های پاکسازی (پانچاکارما) را ارائه کرده است.

اما در روش های متافیزیکی بر اصلاح وضعیت انرژی و اصلاح روش زندگی (تزکیه) تاکید می شود. ریکی، فالون دافا، TM، فرا درمانی و هومیوپاتی از روش های موفق در این زمینه هستند.

اما قبل از هر چیز تهیه گزارش از وضعیت هاله انرژی ات می تواند اطلاعات جامعی از وضعیت سلامت تو ارائه کند و علاوه بر این مسیر حرکت های بعدی تو را روشن می کند. شاید این اولین قدم باشد برای این که خودت را بهتر بشناسی. برای اقدام در این زمینه می توانی در تهران به کلینیک لیزر بیمارستان میلاد مراجعه کنی.

### برای سه روز آینده:

- فقط برای سه روز در گذشته خود تامل کن. ببین بیماری هایی که از مدت ها قبل همراه تو بوده اند، از چه تاریخ و با چه اتفاقی یا چه دوره ای از زندگی تو شروع شده اند. ببین در آن زمان از نظر روحی چه تاثیراتی را تجربه کرده ای.
- بررسی کن که چگونه می توانی از این بیماری های روحی و جسمی با روشی اصولی و بنیادی رها شوی.
- همین حالا با کلینیک لیزر بیمارستان میلاد برای هاله درمانی تماس بگیر (برای اطلاعات بیشتر پیوست دوم را ببین)
- با بیان این نکته برای اطرافیان، آن را در ذهن خود پایدار کن و بخشنده شو تا طبیعت در تو جاری شود.

<sup>1</sup> Kevin Trudeau - Natural Cures They Don't Want You To Know About

Wayne Dyer - Spiritual Solution for Every Problem

Deepak Chopra - Training the Mind Healing the Body

Falun Dafa - <http://www.falundafa.org>

Homeopathy - <http://fhbehnampersianblog.com>