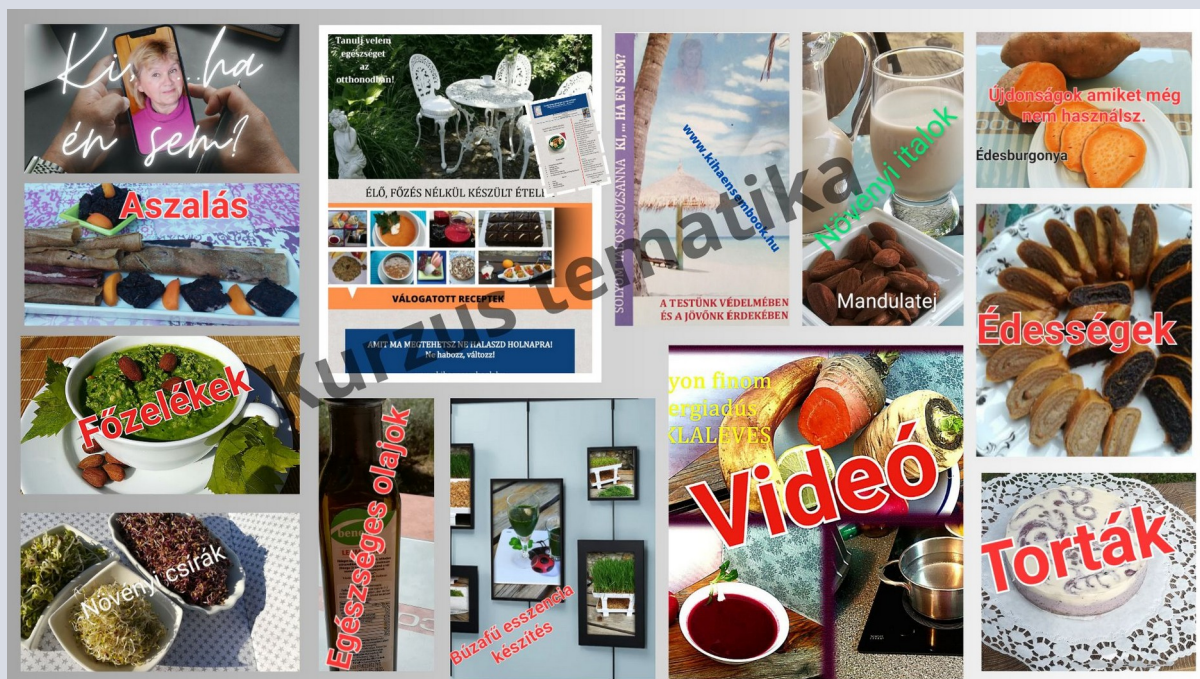




Sziasztok!

Szeretettel köszöntelek!

Sólyom Zsuzsanna vagyok és ezt a Weblapot azért készítem, hogy meggyőzzek arról, hogy az egészség nem ördögösség.

Kérlek, hagyd magad meggyőzni!

Több évtizedes tapasztalataimat és természetesen a hozzá megszerzett tudást is átadom itt az érdeklődőknek az egészséges életmódról. **Lehet gyógyszerek nélkül élni!** Az emberi szervezet eredendően képes arra, hogy meggyógyítsa magát. Nem ördögösség! Ha hiszed ha nem ez tény! Azoknak is ajánlom, akik egészségesek, mert mindig lehet új dolgokat hallani, látni és megtapasztalni.

A nyers ételek fontosságát és azok elkészítését helyezem itt előtérbe. Sokat olvastam róluk, ismerem a kutatási eredményeket és engem meggyőztek. Figyelemmel kísértem a magyar Szendi Gábor munkásságát az egészségünkkel kapcsolatban és nagy hatással volt rám a svájci Bircher - Benner professzor, aki kutatásaival és gyakorlati tapasztalataival bizonyította, a nyers étkezés gyógyító jótékony hatását. Jelentős eredményeket ért el az amerikai Ann Wigmore litván-amerikai holisztikus egészségügyi szakember, természetgyógyász és a nyers élelmiszerek szószólója. Maximilian Bircher-Benner „vissza a természethez” elméletei hatására azt állította, hogy a növények több napenergiát koncentrálnak, mint az állatok, és a búzafű méregtelenítheti a szervezetet.

Ann Wigmore és a litván származású Viktoras Kulvinskas közösen megalapították a Hippokratész Egészségügyi Intézetet 1956- ban a massachusettsi Stonehamben. Alternatív gyógymódokra összpontosítottak. Nevükhöz köthető a búzafű és a csíráztatás népszerűsítése. Napjainkban már egyre több szakember áll ki és bizonyítja szakértelmével, hogy táplálkozási szokásain változtatni kell azoknak, akik nem szeretnék betegségben élni az életüket.

Lénárt Gittától megtanultam az alapjait a nyers alapanyagokkal való finom ételek készítésének. A kíváncsiság vezetett erre az útra és az, hogy megóvjam a családomat, beleértve a következő generációt is, a betegségektől. Így lehet egy stabil immunrendszert létrehozni és vele egy félemmentes életet. Több évig egyedül fogyasztottam a nyersen készült ételeket, de ma már az egész családom szívesen fogadja. Aki betegségből szeretne kigyógyulni, annak feltétlenül meg kell ismerkednie a nyers vagy ahogy gyakran nevezik, Rohkost elkészítésével. Nagyon finom és könnyű ételek készülnek így.

Nézd meg a Galériámat és a receptgyűjteményt is.

Megtalálsz még a Facebook-n : <https://www.facebook.com/kihaensem/>

Várlak még a YouTube csatornámon is. Sólyom Tálós Zsuzsanna néven. Iratkozz fel ott, a feliratkozó gomb megnyomásával. Ez azért hasznos, mert így azonnali értesítést kapsz, amikor új anyagot töltök fel.

Kikapcsolódásként a YouTube csatornámon ajándéknak és motivációnak fogadd el a szép svájci bejátszásokat. Éld át az élményt lásd meg a természet szépségét, és menj ki a természetbe. Lásd és érezd azt a csodát, amit kaptunk és az orrunk előtt van. Én úgy gondolom, aki képes még a gondolatait irányítani az képes a gyógyulásra is.

Ne felejtsd el!

Mindenkinek vannak kívánságai az életében. A klasszikus mondás, hogy a betegek csak egyet szeretnének. Azt, hogy egészségesek legyenek. Az egészségeseknek pedig több kívánságuk is lehet.

Ne felejtsd el!

Sokan vagyunk, akik szívesen megosztjuk a megszerzett tudást, és tapasztalatot. Figyelj rá! Szemezzesd, gyűjtsd össze azokat a dolgokat, amelyek hozzád illenek és használd fel az egészséged érdekében! Sohasem késő!

Egyre figyelj!

A forrás Te magad vagy! Ha Te nem bízol magadban, akkor azt nem várhatod el mástól sem.

Kezdsnek olvasd el a **Ki, ...ha én sem? c. könyvet!**

Sólyom Tólos Zsuzsanna: Ki,... ha én sem?

A testünk védelmében és a jövőnk érdekében.

Köszönöm, hogy itt vagy.

Sólyomzs.