

A detailed still life painting featuring a variety of fruits and flowers. In the foreground, a large bunch of green grapes hangs from a vine, with a few loose grapes scattered on a dark, draped surface. To the left, a cluster of dark red grapes is visible. Behind the green grapes, a large, round, yellow-orange fruit, possibly a lemon or orange, is partially obscured. To the right, another large, round, yellow-orange fruit sits on the surface. In the upper right corner, a branch with green leaves and a single pink flower is visible. The background is a dark, textured brown. The overall style is realistic with visible brushstrokes.

АЛЕКСЕЙ ДЕМЧУК
ГРИГОРИЙ ДЕМИДЮК

ЕДА ОТ ИНЬ ДО ЯНЬ

НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ
СЫТ ЧЕЛОВЕК!

Алексей Демчук

**Еда от Инь до Янь. Не хлебом
единым сыт человек!**

«Издательские решения»

Демчук А. М.

Еда от Инь до Янь. Не хлебом единым сыт человек! /
А. М. Демчук — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-960022-6

Когда мама жалуется на то, что ребёнок ничего не хочет есть из приготовленной ей пищи — это первый признак того, что ребёнок не из её системы питания. Да, он по сравнению с ней — инопланетянин. В данном случае нужен индивидуальный подход. Как узнать, какая еда полезна и будет давать силы и здоровье, а какая забирать энергию и тормозить развитие души и тела? Есть такой способ. Мы знаем и с радостью поделимся с Вами!

ISBN 978-5-44-960022-6

© Демчук А. М.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Глава 1	7
Глава 2	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Еда от Инь до Янь Не хлебом единым сыт человек!

**Алексей Михайлович Демчук
Григорий Григорьевич Демидюк**

Редактор Григорий Григорьевич Демидюк

© Алексей Михайлович Демчук, 2018

© Григорий Григорьевич Демидюк, 2018

ISBN 978-5-4496-0022-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Эта книга посвящается дорогим женщинам! Ведь именно они, наши любимые мамы и бабушки, начиная с самого рождения, следят за тем, что бы мы ни в коем случае не похудели, не выглядели бледно и чтобы никто из нас не заболел.

День ото дня, с огромной ответственностью жарят, варят, парят, тушат и маринуют всё, что нашли в холодильнике или в кладовой комнате. Используют рецепты своих мам, бабушек и прабабушек, поделившихся с ними своими сокровенными навыками. А также применяют на практике знания, найденные в специализированных книгах или извлекают их из всезнающего интернета, зависая часами в компьютерах и смартфонах.

В основном, большинство наших «кормилиц», в плане питания придерживаются семейных или национальных традиций. Однако встречаются и те, кто с каждым днём, совершенствуя своё мастерство, для всей семьи готовят изысканные деликатесы. Они даже из обычных ингредиентов, с добавлением какой-нибудь «изюминки» творят чудеса. После этих чудес, нам «гурманам», приходится нервно следить за лишними килограммами, неуклонно приближающимися по шкале весов к точке «не возврата».

Глава 1

О том, какие бывают системы питания, коротко будет описано чуть позже. Их много, и каждый вправе выбирать то, что ему наиболее подходит. Речь в этой книге пойдёт о законах природы, а так же о новых научных открытиях, которые упорядочат Ваши знания, в области безопасного питания.

Всем давно известна истина, что мы – это то, что мы едим. Есть ещё одна замечательная пословица – «Кто не ест еду как лекарство – будет, есть лекарство как еду»

Много разных советов, как правильно питаться человеку, блуждает во «всемирной паутине», от лечебного голодания до питания с учётом группы крови.

Я обращаю ваше внимание на список продуктов питания, разделённых согласно учениям Восточной медицины, на продукты Инь и Янь.

Питание человека, без учёта Ph жидких сред, очень быстро приводит к проблемам с его здоровьем. Как, без сдачи анализов и специальных приборов, узнать предрасположенность человека к повышенной или пониженной кислотности?

Эта книга – даст ответ, наберитесь терпения!

Начнём с того, к чему приводит неправильное питание.

Вот с медицины и начнём!

Глава 2

Современная «Официальная» медицина взяла своё начало с глиняных табличек, с нанесенными на них рецептами, от разных болезней. Эти древние рецепты не были написаны врачами, их писали простые люди, жившие в гармонии с природой и её Создателем. Когда у человека начинались проблемы со здоровьем, перед тем как лечь спать, он обращался к Высшим силам, чтобы они помогли излечиться. Ему на тонком плане снился сон, где он видел все компоненты для снадобья, и всё что необходимо с ними делать. Утром он шёл в близлежащий лес, сад или луг, где собирал цветки, листики, корешки, одним словом всё из этого сна. Варил отвары, мази или настойки и выпивал во внутрь, или обрабатывал снаружи больные места. Выздоровливал и в благодарность Богу, делал таблички из глины, записывал, то что входило в рецепт и от какой болезни, после чего приносил их в ближайший Храм. Эти таблички нашёл Гиппократ, переписал и создал первый аптечный справочник. И всё бы хорошо, но сон снился конкретному человеку, и этот рецепт был лично для него, с учётом проблемы и индивидуальных особенностей организма, местности проживания, продуктов питания и особенностей местной кухни.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.