



## عصاره ی سیر و لیمو ترش

۱ - مصرف عصاره :

اگر دچار رسوب گرفتگی در رگهای بدن شده ، نیازی به عمل قلب باز وجود ندارد . زیرا گرفتگی رگها پس از این ، شما را آزار نخواهد داد . فقط کافی است ، روزی نصف استکان ( معادل ۳۰ CC ) از این شربت غلیظ و طبیعی میل نمایید ؛ تا به کلی برطرف گردد .

۲ - طرز تهیه :

تعداد ۳۰ حبه ی سیر را پوست گرفته همراه با ۵ عدد لیموترش ( شیرازی ) با پوست که قبلا هسته های آن را گرفته اید ، در هم زن ( میکسر ) بریزید . پس از آن که همه ی محتویات در میکسر له شد با یک لیتر آب مخلوط نموده و بجوشانید ( نکته ی مهم : فقط و فقط ، یک بار جوش بخورد ) . پس از سرد شدن ، آن را از صافی رد نموده و محتویات را داخل یک شیشه بریزید و در یخچال نگهداری کنید .

۳ - مصرف :

همانطور که قبلا نیز گفته شد ، روزانه نصف استکان ( معادل ۳۰ CC ) از این مایع ( به اختیار خودتان قبل یا بعد از غذاهای اصلی ) میل نمایید . پس از سپری شدن سه ( ۳ ) هفته از مصرف مداوم این عصاره ی طبیعی ، احساس جوانی و شادابی در تمام وجود بدنتان قابل لمس است . تمامی گرفتگی های رگ های بدن و سایر عوارض آنها به عنوان مثال دید کم و سنگینی گوش به حالت عادی خود باز خواهد گشت .

به یاد داشته باشید؛ بعد از مصرف یک دوره ی سه هفته ای، شما باید هشت ( ۸ ) روز استراحت کرده و سپس دومین دوره ی مصرف سه هفته ای را اجرا کنید. به این ترتیب یک موفقیت موثر ایجاد می شود. این دوره ی درمان، ارزان، موثر و بی ضرر را می بایست هر ساله تکرار کرد.

۴ - بوی سیر :

با خوردن این مایع، هیچ کس بوی نامطلوب سیر را حس نخواهد کرد ( امتحان کنید ).

۵ - خواص شربت :

نیروهای شفا بخش سیر و لیموترش، کاملاً خود را پس از مصرف این مایع، نشان می دهند. افرادی که مبتلا به کلسترل بد ( LDL ) بوده و رگ های آنها رسوب گرفتگی دارد و یا این که مشکل چربی خون دارند، می توانند؛ شبها بدون پریشانی خاطر خواب راحت و آسوده ای داشته باشند. به فعالیت های بدنی، ورزش پرداخته، زیرا انسداد رگهای آنها، از بین رفته است. همچنین مصرف این عصاره را برای کسانی که سایش دندان ( دندان کرویچه ) داشته و یا جرم دندان دارند، مفید است. در آخر توصیه می کنیم برای اینکه سیر را پوست بکنید، در کاسه ای آب ریخته و پس از آن پوست سیر را به راحتی از آن جدا کنید.

\*\*\*\*\*

\* این مطلب از سایت دانشکده ی پزشکی، دانشگاه ارلانگن به نشانی :

( <http://www.uni-erlangen.org> )

برداشت و ترجمه گردیده است.

لازم به توضیح است که؛ دانشگاه ارلانگن ( University of Erlangen ) در منطقه ی باواریا، در شمال شرق کشور آلمان واقع است.