

## JÓ HA TUDOD...

### Tanácsok a víz használatáról

“A tiszta víz a menny egyik legcsodálatosabb áldása egészségben és betegségben egyaránt. Megfelelő használata az egészséget szolgálja. Ezt az italt Isten adta embernek és állatnak szomjúsága oltására. Idd bőségesen, mert ezzel segíted szervezetedet folyadékszükségletének kielégítésében, és ellenállóbbá teszed azt a betegségekkel szemben!

A víz külső alkalmazása a vérkeringés egyik legegyszerűbb és legmegfelelőbb szabályozója. A hideg vagy langyos fürdő elsőrendű frissítő. A meleg fürdő kitágítja a pórusokat, és így hozzájárul a tisztátalanságok eltávolításához. Mind a meleg, mind a langyos fürdő megnyugtatja az idegeket, és kiegyensúlyozza a vérkeringést.

Sokan azonban nem ismerik tapasztalatból a víz helyes alkalmazásának jótékony hatását, és ezért idegenkednek tőle. Nem értékelik kellőképpen a vízgyógyászatot, mivel szakszerű alkalmazása fáradságos, amire sokan nem vállalkoznak. Ám senki se gondolja, hogy bármivel is mentegetheti magát, ha ez a téma ismeretlen vagy közömbös számára. A vizet sokféleképpen fel lehet használni fájdalom enyhítésére és betegség megelőzésére. Mindenkinek meg kell tanulnia értelmesen alkalmazni azt az egyszerű házi gyógykezelésben. Az anyáknak különösképpen tudniuk kell, miként viseljék családjuk gondját, az egészségesekét és a betegeket egyaránt. “

(Részlet E.G.White: A nagy Orvos lábnyomán, Gyógymódok alkalmazása c. fejezet)



## JÓ HA TUDOD...

### Tanácsok a víz használatáról

“A tiszta víz a menny egyik legcsodálatosabb áldása egészségben és betegségben egyaránt. Megfelelő használata az egészséget szolgálja. Ezt az italt Isten adta embernek és állatnak szomjúsága oltására. Idd bőségesen, mert ezzel segíted szervezetedet folyadékszükségletének kielégítésében, és ellenállóbbá teszed azt a betegségekkel szemben!

A víz külső alkalmazása a vérkeringés egyik legegyszerűbb és legmegfelelőbb szabályozója. A hideg vagy langyos fürdő elsőrendű frissítő. A meleg fürdő kitágítja a pórusokat, és így hozzájárul a tisztátalanságok eltávolításához. Mind a meleg, mind a langyos fürdő megnyugtatja az idegeket, és kiegyensúlyozza a vérkeringést.

Sokan azonban nem ismerik tapasztalatból a víz helyes alkalmazásának jótékony hatását, és ezért idegenkednek tőle. Nem értékelik kellőképpen a vízgyógyászatot, mivel szakszerű alkalmazása fáradságos, amire sokan nem vállalkoznak. Ám senki se gondolja, hogy bármivel is mentegetheti magát, ha ez a téma ismeretlen vagy közömbös számára. A vizet sokféleképpen fel lehet használni fájdalom enyhítésére és betegség megelőzésére. Mindenkinek meg kell tanulnia értelmesen alkalmazni azt az egyszerű házi gyógykezelésben. Az anyáknak különösképpen tudniuk kell, miként viseljék családjuk gondját, az egészségesekét és a betegeket egyaránt. “

(Részlet E.G.White: A nagy Orvos lábnyomán, Gyógymódok alkalmazása c. fejezet)

