

MIEHISYYS-NAISEUS (YANG-YIN) MEISSÄ!

OLET RUOKASI NÄKÖINEN, MAKUINEN, MUOTOINEN!

Tiesitkö, sinä nuori, että sekä mieheyden että naiseuden aste sinussa on riippuvainen siitä mitä äitisi söi raskausaikana? ja mitä hänen vanhempansa ovat syöneet. Näin on, kiinalaisen monituhatuotisen terveysopin mukaan, ja siitä riippuu sekin että voiko pojasta tulla homo, tai tytöstä lesbo!

Jos äiti on syönyt liikaa YIN ruokaa, (mikä yleensä on tilanne nykyaikana) niin pojasta VOI tulla homo, ja tytöstä lesbo. Tämän näkee helposti jo kädestä, jos kämmen on pitkä ja kapea, samoin sormet, niin äitisi on syönyt liikaa YIN ruokaa! Samoin jos kasvosi ovat kapeat ja pitkät, tai jos silmäsi ovat suhteetoman kaukana toisistaan, tai suusi on hyvin leveä, tai korvissasi ei ole alanipukkaa, tai lihaksesi ovat veltot! (rinnat roikkuu) tai äänesi on liian korkea.

YIN ruokia ovat; VALKEA SOKERI, MAITO, PERUNA, VALKEAT JAUHOT (VEHNÄ) VOI, OLU, KAHVI, TEE, (PAITSI VIHREÄ) TOMAATTI, MUNAKOISO, KURKKU, TROPIIKIN HEDELMÄT, VOIMAKKAAT MAUSTEET Talvi on meillä YIN, kylmä ja kostea, silloin meidän pitäisi syödä YANG tasapainoista ruokaa, paitsi jos olemme aina lämpimässä.

YANG ruokia ovat VALKOINEN SUOLA, PUN. LIHA (sika, nauta, kala) MUNAT. Valkolihainen kala on parempi. Pojan tulisi syödä 1/7 enemmän YANG kuin tytön (ruoassa on seitsemän "oktaavia", kuin musiikissakin). Kiinalaisittain valkoiset jauhot, sokeri ja suola ovat myrkkijä, niissä kun ei ole mitään tervehdyttäviä hiven- ja kivennäisaineita.

YIN/YANG tasapainoisia ruokia ovat kojojyvä-viljat, juurekset, vihannekset, HUOM! — KUUMENNETTUINA! Käytä harmaata merisuolaa ja ruskeaa raaka-ruoko-sokeria, niissä on kaikki hivenaineet tallella. Liika lihansyönti tekee äkkipikaiseksi, vihaiseksi, fanaattiseksi, lyö ja raiskaa.

LEHMÄN MAITO EI KUULU AIKUISELLE IHMISELLE, se tukkeaa PERNAN ja pitkään käytettynä voi johtaa tylsyyteen, dementiaan. (naisilla alapään karvoitus leviää) Suurin osa maailman ihmisistä ei juo maitoa, ja ovat terveitä luustoltaan, vereltään ja aivoiltaan. Jos syöt molemmista ääripäistä samalla aterialla, esim. perunaa ja lihaa, niin YIN ja YANG riitelevät, ja niin sinäkin, enin pitää syödä keskeltä 70–80%, ainakin, niin tasapaino säilyy. Kesällä voit syödä enemmän YIN, koska sää on YANG, paitsi että meillä kesä on niin lyhyt että keho ei kunnolla ehdi sopeutumaan siihen. Me olemme kuitenkin kaikki erilaisia joten jokainen pitäisi tutkia erikseen. Kiinalaisessa astrologiassakin on yksilöllisiä ruoka-ohjeita. Sinun pitää jo nuorena harkita mitä syöt, sekä itsesi että lastesi takia!

Leo Nygren Itämainen terveysoppi,
saa kysyä lisää.

Leo Nygren