



양파 한쪽을
발바닥에 붙이고 자면~~

Music: 바람의 소원

[강추] 양파 한쪽을 발바닥에 붙이고 자면 좋은 이유

기름진 음식을
많이 먹는 중국사람들은
의외로 고혈압,

동맥경화 등 성인병에
잘 걸리지 않는다죠?

그 이유는
바로 양파와 녹차에
있습니다.

일단 양파 효능을 짚고
넘어가 볼까요?

양파의 펙틴
성분이 콜레스테롤을
분해

중국 음식에는 양파는
기본으로 들어가지요.

양파 속에는

펙틴이라는 성분이
있는데

이것이
콜레스테롤을 분해
한다고 하네요.

**양파는
혈액을 깨끗하게 함**

양파는 혈액에
양분이 너무 많이
흡수되는 것을
막아주는 물론
혈액 속의 해로운
물질을 없애
혈액을 깨끗하게 하는
역할을 합니다.

**양파는 시력보호 &
간 기능 개선**

양파의
글루타티온이란
성분은

시력이
떨어지는 것을 막아주고
간 기능을 좋게 한다고
합니다.

**양파는 몸을 따뜻하게 &
비타민 흡수를 도움**

양파 특유의
매운맛을 내는 알리신은
몸을 따뜻하게 하고

피로 해소에 좋은
비타민 B1의 흡수를

높여준다고 하네요.

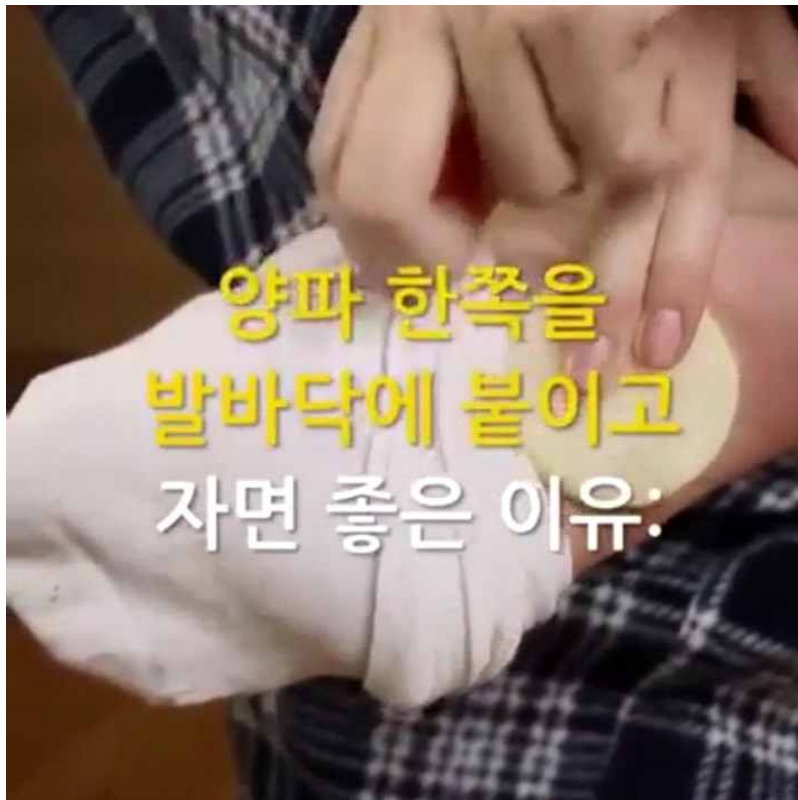
그래서
감기에 걸렸을 때
양파를 먹어주면 아주
좋답니다.

**양파는 누린내 제거 &
살균효과**

양파는
고기 요리에 넣으면
누린내를 없애고
살균효과도 있다고
합니다.

양파 효능은
이 외에도 여러 가지가
있겠지만,

양파를
발바닥에 붙이고 자면
좋다고 하네요.
한 번 보세요. ^^

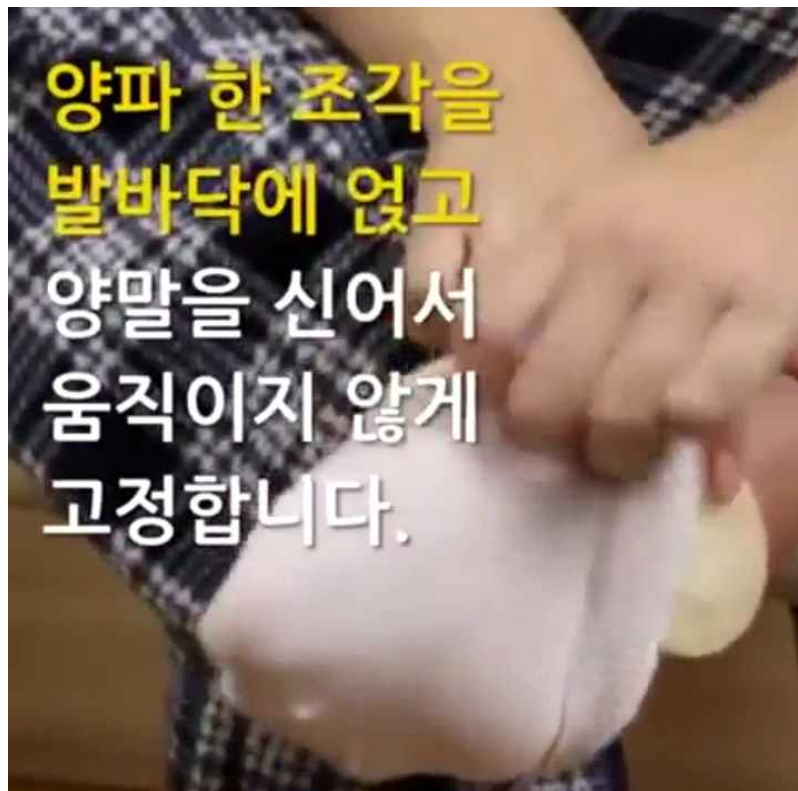


양파 한쪽을
발바닥에 붙이고
자면 좋은 이유:

소중한 내 몸에
붙일 것이니 반드시
유기농을
준비하세요. ^^



양말도
가능하면 공기가 잘 통하는
양말이면 좋겠지요?



도대체 어떤 마법이
일어나려는지.....

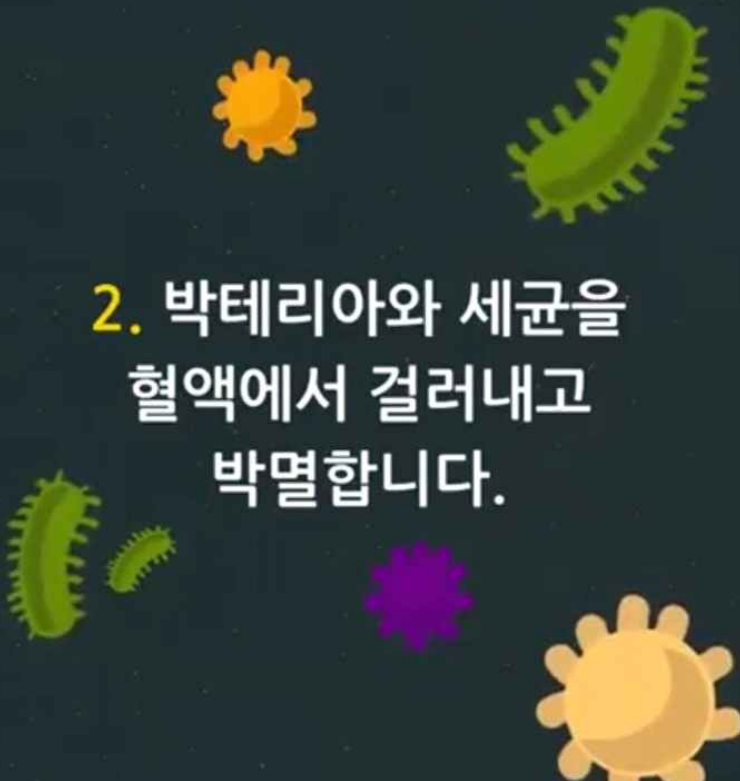
**이제, 하룻밤 사이
마법이 일어납니다.**

아침에 일어나 보면
양파 효능이 실현된다고
하네요. ^^


1. 피를 맑게 합니다.
양파에 있는 인산이
발을 통해 몸속으로
들어와 피를 정화합니다.



2. 박테리아와 세균을
혈액에서 걸러내고
박멸합니다.



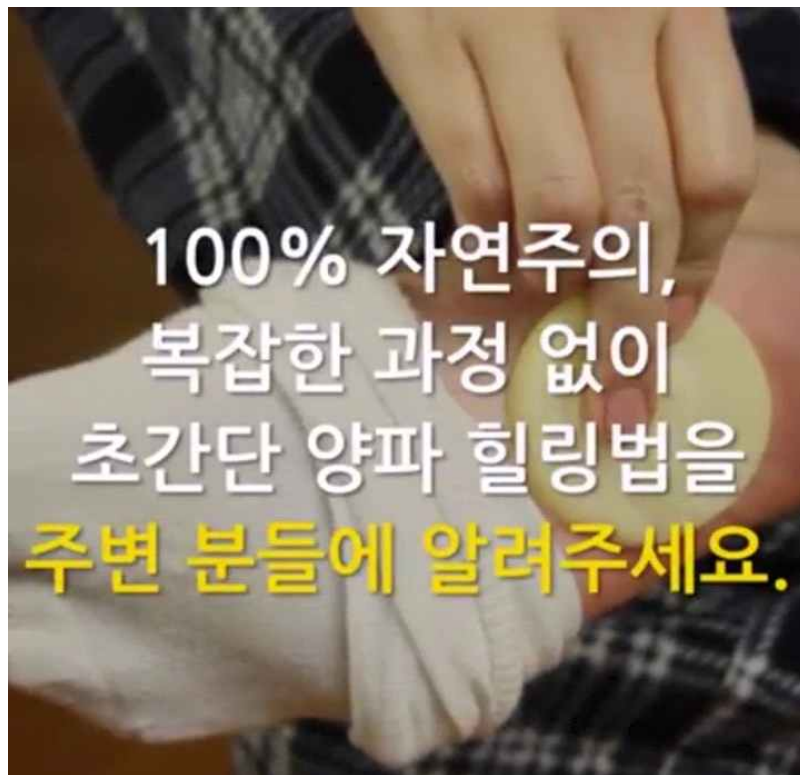
3. 침술과 유사한 원리로,
발바닥을 자극하여 몸 곳곳이
깨어납니다. 고통이 완화되고
몸과 마음이 편안해집니다.



4. 신기한 효과입니다.
발 냄새가 개선됩니다.

양파 조각은 발 속의
독소와 화학성분을
밖으로 빼내고, 주변
공기까지 정화합니다.

발 냄새나는
아이들에게 알려줘야겠어요. ^^



? 좋은 글 중에서 ?



우리 벗님들~!
健康조심하시고
親舊들 만나
茶 한잔 (소주 한잔) 나누시는
餘裕롭고 幸福한
나날 되세요~^

