

નોની: વિષશામકતા & સ્વસ્થ થવાની સમસ્યા

વિષશામકતા/શુદ્ધિકરણ પ્રક્રિયા વિવિધ સ્થિતિઓ સુધી કાર્ય કરે છે. અને તે બિલકુલ સામાન્ય હોય છે અને થોડા દિવસો લાગે છે. થોડા સંભેગોમાં આ પ્રક્રિયા વધારેમા વધારે આઠ અઠવાડિયા સુધી ચાલી શકે છે. નોની જ્યૂસ પહેલા શરીરના જે ભાગો નબળા અને બિમાર છે તેની પર પહેલા કાર્ય કરે છે જ્યારે આ થાય છે ત્યારે તે વ્યક્તિ થોડીક બેચેની અનુભવે છે કારણકે શરીર બિમાર વિભાગને સાજા કરવા માટે શરીર પોતાના કુદરતી રક્ષકોને કામે લગાડે છે તેથી આમ બને છે પરંતુ દુઃખજનક વાત એ છે કે લોકો દર્દને શરીરના કુદરતી કાર્યોને દવાથી દબાવી દે છે કારણકે શરીરમાં જે કંઈ અંદર થતુ લાગેતો ગભરાટ અનુભવે છે. આમાં ગભરાવાની કોઈ જરૂર નથી કારણકે વ્યક્તિ નું શરીર દરદને મૂળથીજ મટાડવાના આ લક્ષણો છે.

પ્રારંભિક શુદ્ધિકરણ પ્રક્રિયા વિષશામકતા થઈ રહી હોય ત્યારે અમુક વ્યક્તિઓને કોઈ તકલિફ નથી થતી પરંતુ તેઓ એ તે બાબત સજાગ રહેવું ઘટે. લગભગ ઘણી વ્યક્તિઓની દવાની માત્રા પરજ શુદ્ધિકરણ ક્રિયાની અસર આધારિત હોય છે. તો તેને લગતા ચિહ્નો દેખાય ત્યારે ખૂબજ જ્યૂસ તથા પાણી પીવું જોઈએ જેથી વિષ જલદી બહાર નિકળી જાય.

જેઓ જ્યૂસ લેતા હોય તેઓએ વધુ પાણી પીવાની જરૂર છે જેથી આ ક્રિયા જલદી થઈ શકે. અથવાતો દવાની માત્રા વધારી આ પ્રક્રિયાને ઝડપી કરી શકો છો બન્નેમાંથી એક પીવાનું ચાલુ રાખવું જેથી વિષકણ બહાર નિકળી શકે. અગર કોઈ વ્યક્તિને શુદ્ધિકરણ ક્રિયામાં પ્રતિક્રિયા થાય તો ખાત્રી થઈ જાય છે કે નોની તે વ્યક્તિને મદદ કરશે પ્રતિક્રિયાઓમાં ચામડી પરની પ્રતિક્રિયા, વિચિત્ર શારિરિક ગંધ, ઝાડા થવા માથાનો દુઃખાવો, શરદી જેવા ચિહ્નો, થાકા જવું અથવા ઉબકા આવે એવી પ્રતિક્રિયાઓ થઈ શકે છે શરીરમાં વિવિધ વિષકણો કે જે ઝેર છે તે કોલોન અથવા ત્વચ્છા દ્વારાજ બાર નિકળે છે. આ સાજા થવાના ચિહ્નો છે - બધા વિષકણો શરીરમાંથી બાર ફેકાય જાય છે અને શરીર પોતાનું સમતોલન અને આરોગ્ય પાછું મેળવતું જાય છે.

પૂર્વસૂચિત (પ્રિસ્કાઇબ્ડ) દવા લેતા લોકોના શરીરમાંથી થોડોસમય વિષ નિકળ્યા બાદ નોની ને સારો પ્રતિભાવ મળે છે અને શરીર તેની જાતે સાજું થવા લાગે છે. અને કુદરતી ચિહ્નો. પ્રમાણે સૂચિત દવાઓ ચાલુ રાખીને પણ કદાચ વ્યક્તિ ને ત્રણ કે ચાર અઠવાડિયા બાદ સામાન્ય બિમારી જેવીકે માથાનો દુઃખાવો, ઉબકા આવવા ઝાડા થાય છે પણ ફરીફરીને જવાબ એકે પ્રિસ્કાઇબ્ડ દવા ઓછી કરવી અથવા બંધ કરવી એ લગભગ ત્યારેજ કે જ્યારે શરીર કહે કે મારે હવે પ્રિસ્કાઇબ્ડ દવાની જરૂર નથી ગમેતેમ પણ તમારા ડોક્ટર કે જેમણે દવા લખી આપી હોય તેમની સલાહ વગર દવા બંધ કરવી નહી.

નીરોગી થવાની પ્રક્રિયામાં સાજાથવાનું પ્રકરણ આપણે જાણીએ છીએ કે શરીર અને કોષોજ્યારે સફાઈની પ્રક્રિયા કરી રહ્યાં હોય છે ત્યારે કેટલાક સાજાથવાના પ્રકરણો બનશે. આ પ્રકરણો દરમિયાન શરીર કદાચ કેટલાક ચિહ્નો દર્શાવશે.

શરીર સમસ્યાનો સામનો કરી રહ્યું છે તેના આ ચિહ્નો છે જે સમજવાનું અને સ્વિકારવાનું કેટલાક લોકોમાટે મુશ્કેલ હોય છે. કારણકે ઘણાં લાંબા સમયથી શરીરની આ ચેતવણી ઓની અવગણના કરવા ટેવાઈ ગયા છીએ અને તેમને શટઅપ, શાંત રહો અને ફરિયાદ વગર તમારું કાર્ય કરો તેમ કહેતા હોઈએ છીએ સમસ્યા ઓને છૂપાવવા અને ચિહ્નોને દૂર રાખવા અને તેમની અવગણના કરવા પરંપરાગત કેમીકલ દવાઓ લેવાતી હોય છે અને વધારાની કેમિકલ દવાઓ સાથે સમયજતા આ અસુવિધાઓ અદ્વશ્ય થય જશે.

અગર આપ ગંભીર બિમારીઓથી પિડાતા હોતો સાજા થવાની પ્રક્રિયામાં ઘણા તબ્બકાઓમાં લાંબા સમય સુધી સાજા થવાની પ્રક્રિયા ચાલે છે શરીર સાજા થવાના હેતુ માટે કાર્ય કરી શકે કે જ્યારે તેમાં તાકાત ઉર્જા અને બીજા આંતઃસ્ત્રાવો આ બધાથીજ શરીર મજબૂત બને છે અને વિવિધ વિષ પદાર્થોને અલગ અલગ સ્વાસ્થ્ય તબ્બકામાં બહાર કાઢશે તમારે એ પણ જાણવું જોઈએકે આ પ્રયત્નો પછી શરીરને થોડા આરામની જરૂર હોય છે અને આ બધા કાર્યો માટે તેને ઘણી શક્તિની જરૂર પડે છે તોતમે આશ્ચર્ય નહીં પામતાકે સારવારની પ્રક્રિયા દરમિયાન અને પછી પણ ખૂબજ થાક અનુભવે છે. જ્યાસુધી આપણે પૂર્ણરીતે તંદુરસ્ત ન થઈએ ત્યાં સુધી આ પ્રક્રિયા ચાલુ રાખવીજોઈએ ખાસ ધ્યાન રાખવું કે શરીરમાં શક્તિનહોય ત્યાં સુધી પોતાની જાતે સ્વસ્થ થતું નથી.

નોની લીવરને સાફ કરે છે:

ઘણાં સમયથી આંતરિક શુદ્ધિ કરણ-અને વિષસામકતા સબંધી ઘણાને જાણ છે. આજની આ વિષમયતા વાળી દુનિયામાં એ જરૂર બની ગયું છે કે આપણે દિનપ્રતિદિન વિષમય પદાર્થો સાથેજ હોઈએ છીએ અને એ વિષમય પદાર્થોને દૂર કરવા માટે આપણાં શરીરનું સ્વસ્થહોવું અતિઆવશ્યક છે. વિષમય પદાર્થો હરએક જગ્યાએ છે, સોલવન્ટમાં, આપણાં શરીરમાં, મેટાબોલિક પ્રક્રિયા ચાલતી હોય છે ત્યાં હોય છે શરીરની વિષસામક પ્રક્રિયામાં લીવરને શામેલ કરવું અતિઆવશ્યક છે કારણકે તેમાં તેની ઉપર ભાર વધી જાય છે અને આપણે તેની આડઅસરો અનુભવી શકીએ છીએ.

રકત દ્વારા વિષમય તત્વો લિવરમાં ભેગાથાય છે વધારે પડતા ભારથી લીવર ચેતવણી આપે છે હવે તે આ વધારે પડતા વિષમય તત્વોનો ભાર સહન નથી કરી શકતું અને અપચો, સોરયાસીસ, એકને, ભયંકર થકાન. ઈનફર્ટીલીટી, માથાનો દુઃખાવો, કબજિયાત, મસલ્સનો દુઃખાવો, સોજની સ્થિતિ, પ્રતિકારક શક્તિને લગતા દરદો, હતાશા, ચિંતા, મૂંઝવણ, અને શિખવાની ખામી વગેરેજેવા કોઈ પણ એક દર્દ દ્વારા સેદ્દેશો મોકલાવે છે.

વધુને વધુ પૂરવાર થતુ જાય છે કે શરીરની અંદર ખતરનાક તત્વોને કારણે વિષમયતા વધે છે અને તેના કારણે કેટલાય આધુનિક દરદો જેવાકે કેન્સર થઈ શકે છે. કોઈપણ એક વ્યક્તિનો વિષમયતાનો ભાર તેના અથવા તેણીના આરોગ્યની સ્થિતિને સૂચવે

છે. લીવરના કાર્યોપર નોનીની અસર નું સંશોધન સૂચવે છે કે હર્બલ મસાજ ટેકનીકની સાથે મળીને લીવરની વિષમયતામાં કાઢવામાં 50% થી વધુ વધારો દેખાય છે. બીજી કોઈ પણ હર્બલદવાઓ જેનું પરીક્ષણ થયેલ છે વિષમયતા દૂર કરતી હર્બલ દવાઓ પણ આટલા આશ્ચર્યજનક પરિણામો નથી આપી શકતી.

નોની કયા પ્રકારે આ વિષમયતાનું સ્તર ઘટાડી શકે છે? નોની ગ્લૂટાથિયોન નામનું તત્વ જે લીવરના વિષમયના ઘટાડવાના કાર્યમાં પ્રમુખ ભાગ ભજવે છે આ તત્વની ઘટવાની પ્રક્રિયાને શેકે છે. જ્યારે આપણાંમાં વિષમયતા વધે છે તે પ્રમાણમાં 2.5% સુધી ગ્લૂટાથિયોન ઘટકનું પ્રમાણ પણ વધે છે. પરંતુ આ વિષમયતાઓ થી એટલા બધા દર્દોથવાની શક્યતા હોય છે કે નોનીના સહયોગમાં આરોગ્યને સુધારે છે.

તો નોની પીઓ અને આરોગ્યવાન રહો