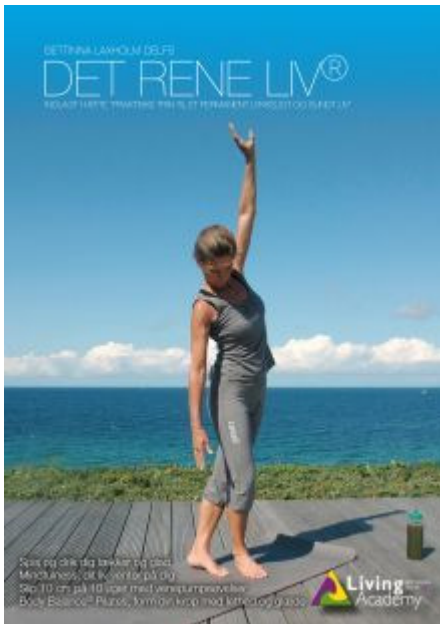


"Det rene liv" DVD af Bettina Laxholm Delfs



DVD 249.- Kan købes i alle boghandlere

Begrebet "Det Rene Liv" handler om at skabe et miljø i kroppen, hvor sygdomsfremkaldende bakterier ikke kan få fodfæste.

Ligesom sår ikke kan gro på beton. Men til gengæld skabe et miljø, der styrker immunforsvar og kroppens egen evne til at heale og regenerere sig selv.

Du kan ikke udsætte din alder, men måden du ældes på bestemmer du selv.

Der er flere veje til et renere liv, bl.a. motion, ernæring, kosttilskud og bevidste tanker.

Man kan sige at vi med "Det Rene Liv" har samlet alle vores "produkter" under en paraply.

En basisk livsstil giver en slank og energisk krop, et højere niveau af velvære, energi og klar tankegang. Når vi lever overvejende basisk, giver det kroppen mulighed for dagligt at udskille affaldsstoffer og syre, hvorimod vi ophober dem, når kroppen er kronisk for sur.

Vores pH (syre- base) balance i blodet er lige så vigtig for vores sundhed, som f.eks. vores temperatur og sukkerbalance. Derfor bruger kroppen rigtig mange ressourcer på, at holde blodet svagt basisk ved at deponere overskydende syre i muskler, bindevæv og organer. Det har store konsekvenser for vores sundhed og det danner grobund for sygdom.