

The background of the page is a dark, almost black, photograph of several pink orchid flowers. The flowers are in various stages of bloom, with some fully open and others as buds. The lighting is soft, highlighting the delicate texture of the petals and the vibrant pink color. The stems and leaves of the orchids are visible, adding to the natural feel of the background.

MANUAL DEL BOTIQUÍN DEL FINAL DE LOS ÚLTIMOS TIEMPOS

INDICE DEL CONTENIDO

	Pág.
BACILOS BÚLGAROS (KÉFIR)	3
BAYA DEL ESPINO BLANCO	4
EL AJO AÑEJO	5
COENZIMA Q10	6
OMEGA 3	7
VITAMINA D	8
MAGNESIO	9
PROBIÓTICOS	10



Nuestra pretensión no es escribir un documento similar a los que ya existen con medicamentos dados por el cielo a través de numerosos videntes.

Lo que queremos aquí es completar la información ya conocida que pulula en internet, con **sustancias naturales que pueden actuar como medicamentos curativos, de fácil acceso y aplicación segura** en tiempos donde probablemente no tengamos acceso a medicinas o a personal de salud.

BACILOS BÚLGAROS (KÉFIR):

Pueden ser de agua o de leche.

Aportan probióticos importantísimos para mantener el ambiente de la luz intestinal en condiciones favorables para una buena absorción de nutrientes (los muchos o pocos de los que dispondremos eventualmente) y disminuir el riesgo de enfermedades inflamatorias o inmunológicas.

Su cuidado es fácil y se puede preservar por mucho tiempo.



BAYA DEL ESPINO BLANCO:

Recomendado por la Madre Santísima en otros contextos pero aquí hacemos énfasis en su uso como excelente medicamento para preservar la función cardiovascular, la circulación sanguínea y evitar complicaciones a este nivel secundarias a estrés y ansiedad.

Se puede comprar en hojas y frutos disecados y preservar también por mucho tiempo.



EL AJO AÑEJO:

Se prepara a partir de dientes de ajo natural para luego fermentarse y conservarse como un ajo negro, con funciones curativas similares a las del espinoso blanco.

Además de ser un potente antibiótico y antiviral, puede preservarse durante años.

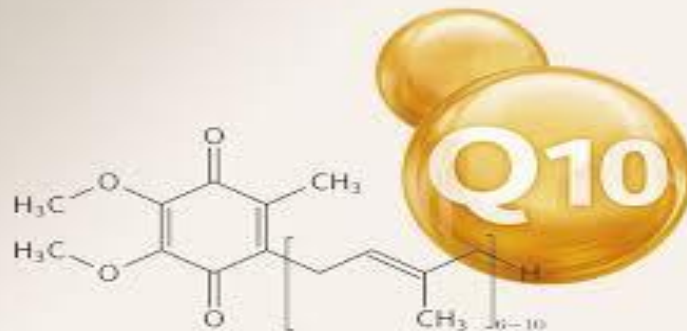


COENZIMA Q10:

Existe una sustancia maravillosa en las **vísceras de res y pollo** (hígado, bazo y corazón) y es la **coenzima Q10**.

Da **energía a la célula**.

Sería un magnífico apoyo en momentos en que por circunstancias adversas o de carencia, **la salud y la fuerza vital** se vean disminuidas.



OMEGA 3:

Es importante conseguir una buena provisión **de omega 3** en cápsulas o en aceite de pescado (fish oil) en el comercio.

Fijarse que diga en el empaque
DHA/EPA

para tomar de 1 a 2 gramos por día.

Promueve la salud cardiovascular, reduce el riesgo cardio-metabólico y es un excelente antiinflamatorio natural.



VITAMINA D:

Ya discutida en el manual de
antidotización de vacunas.

Ver en esta misma viña de
Medicina de Dios.

Importantísimo tener buenos niveles
de vitamina D en la sangre

para asegurar una buena mineralización

ósea, fomentar un buen sistema

inmunológico y promover un buen

funcionamiento hormonal. Es un

buen modulador inflamatorio.

Debe ingerirse a diario de 1.000 a 5.000

UI, según requerimientos de cada

persona y sus niveles en sangre.



MAGNESIO:

En forma de citrato o bisglicinato, idealmente, aunque cualquier forma de magnesio es útil.

Mineral indispensable en cientos de funciones celulares, digestión, prevención del estreñimiento, buen sueño, relajación muscular, procesos de energía celular, y muchos otros beneficios.

Si va unido a potasio mejor.
(O sólo en forma de gluconato de potasio).



PROBIÓTICOS:

Para restablecer la microbiota intestinal y promover una buena digestión y un buen sistema inmunológico.

El equilibrio de la microbiota intestinal previene las enfermedades neuro degenerativas (Alzheimer, Parkinson y demencias en general)

