

هفته‌نامه جواهربازار

شماره جدید منتشر شد



جواهربازار



فوائد باورنکردنی میوه خیار

کونزیت (Kunzite)

خوردن صبحانه در طول روز چه تاثیری بر روی افراد می‌گذارد؟

www.javaherbazar.com

فوآء باور نكر دنى ميوه خيار

مصرف خيار براى افرادى كه مى‌خواهند لاغر شوند بسيار مفيد است.

خيار پر مصرف ترين سبزيجات در دنياست كه خنك كننده، سبك و داراى آب زيادى است كه مى‌تواند رطوبت بدن را تايمين كند.





منبع غنی ویتامین ب

این ویتامین در برنامه غذایی جایگاه بسیار مهمی دارد افرادی که دچار کمبود این ویتامین هستند حساب ویژه ای روی خیار باز کنند. زیرا در احساس نشاط و سرحالی و تامین انرژی نقش دارد.



تسکین سردرد

بی خوابی شب و تغذیه نادرست سبب ایجاد خستگی صبحگاهی همراه با سردرد می گردد. خیار تاثیر زیادی در کاهش سردرد دارد، این میوه باعث دفع مواد سمی بدن شده و نیازهای غذایی را به طور صحیح تامین می کند.

مراقبت از موها و پوست

ویتامین B، سیلیسیوم و گوگرد ترکیباتی بوده که به تقویت و تسهیل رشد موها کمک می کنند. اگر تمایل دارید موهایتان همیشه درخشان باشد، مصرف منظم خیار فراموش نکنید.

بسیاری از درمان های طبیعی پوست بر پایه خیارمی باشد، زیرا رطوبت و ریز مغذی های پوست را تامین کرده و همچنین در کاهش کبودی و تیرگی زیر چشم نیز مؤثر است. اگر با بی حالی و خستگی از خواب بیدار شدید حتما چند حلقه خیار را روی چشم هایتان بگذارید.



تامین ویتامین‌ها و مواد معدنی

۹۵ درصد حجم خیار را آب تشکیل می‌دهد. با مصرف این میوه مواد زائد جمع شده در بدن دفع می‌گردد. این میوه سرشار از ویتامین‌ها و مواد معدنی است. بهتر است خیار با پوست میل شود زیرا مقدار زیادی ویتامین C در پوست آن جای دارد.





رفع بوی بد در

برای از بین بردن بوی بد کافی است یک حلقه خیار را را روی زبان گذاشته و بین زبان و سقف دهان فشار داده و ۳۰ ثانیه نگه دارید این کار سبب از بین رفتن بسیاری از باکتری‌های عامل بوی بد دهان می‌گردد.

تسهیل هضم غذا و کاهش وزن

خیار دارای کالری کم و آب و مواد معدنی بالا بوده و برای لاغر شدن مناسب است. همچنین فیبرهای غذایی آن سبب بهبود هضم غذا و دفع مواد زائد جمع شده در روده‌ها می‌شود.



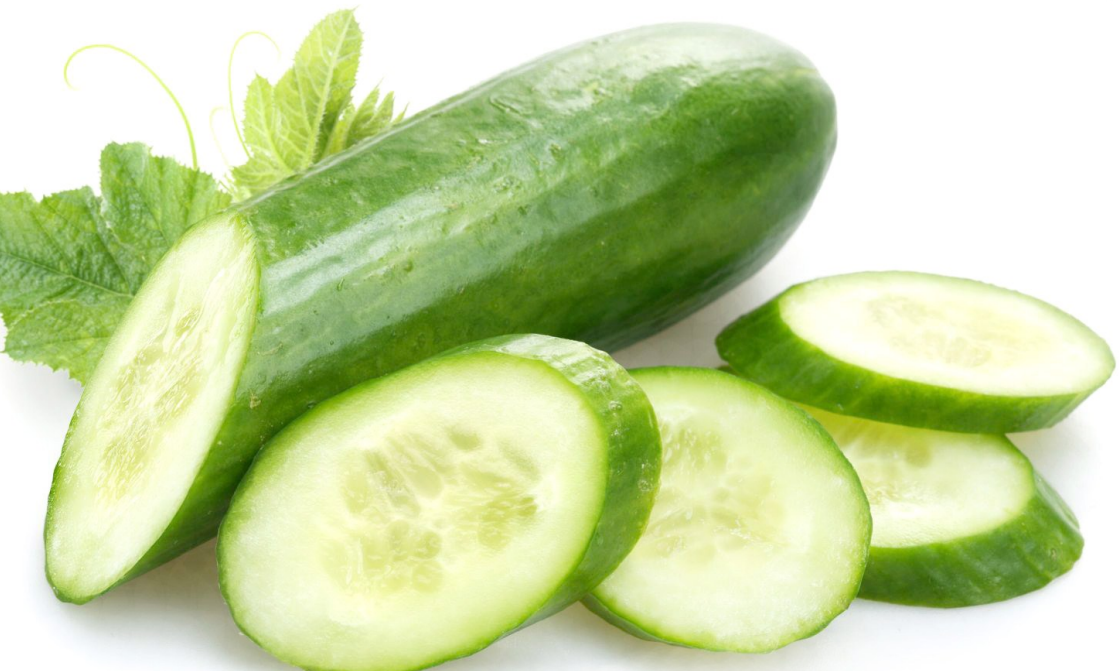
بهبود علائم دیابت

خیار برای همه بیماران مبتلا به دیابت بسیار مفید خواهد بود. در این صورت حتما خیار میل کنید زیرا به تنظیم گلوکز خون کمک می کند و مانع از نوسان های خطرناک قند می شود.



مراقبت از استخوان‌ها و مفاصل

مصرف منظم خیار برای درمان دردهای آرتروز و نقرس توصیه می‌گردد. این میوه به تقویت غضروف‌ها کمک کرده و مانع از درد ناشی از آرتروز می‌شود. همچنین با پوکی استخوان مقابله می‌کند.



کونزیت (Kunzite)

گوهر کونزیت (Kunzite) نوعی از سنگ‌های قیمتی بوده که در بین خریداران جواهر تقریباً ناشناخته می‌باشد.

بعد از آنکه جان اف کندی رئیس ایالات متحده، حلقه ای مزین به این گوهر را به همسر خود هدیه داد، توجه بسیاری از افراد به سوی این سنگ قیمتی جلب شد.

گوهر کونزیت به رنگ‌های صورتی، نبفش تا بنفش کم رنگ دیده شده و سختی آن در مقیاس موس برابر با ۵.۶ تا ۵.۷ است.





رنگ صورتی و یاسی این گوهر نسبت به سایر رنگ‌ها معمول‌تر بوده و رنگ‌های صورتی پررنگ و صورتی طلایی آن به ندرت یافت می‌شود.

این گوهر برای اولین بار در سال ۱۹۰۲ میلادی توسط یک معدن‌شناس به نام George F. Kunz، در کشور آمریکا کشف شد.



البته امروزه اغلب گوهرهای کونزیت از کشورهای افغانستان و پاکستان استخراج می گردند.

هنگامی که به این سنگ قیمتی نگاه می کنید، می‌توانید رنگ‌های مختلفی را در آن مشاهده نمایید. چراکه رنگ این سنگ، با تغییر زاویه تابش نور تغییر می کند.



تراش این گوهر معمولا دشوار بوده چرا که می‌بایست زاویه برش و رنگ آن اطمینان حاصل کرد.

معمولا اغلب کونزیت‌های کشف شده با کیفیت بالایی بوده و نمونه دارای شجر به ندرت دیده می‌شود.

خواص و فواید روحی :

سنگ کونزیت در دستیابی انسان به مدارج بالا تاثیرات مثبتی دارد .

همچنین این گوهر موجب از یاد بردن رنج شده و عشق بی کران و آرامش روحی را برای انسان به ارمغان می آورد.





خواص و فواید جسمی :

گوهر کونزت تاثیرات خارق العاده ای بر روی قلب دارد و با درد آن مقابله می کند. لذا اغلب توصیه شده این سنگ را در نزدیکی قلب قرار دهید.

خوردن صبحانه در طول روز چه تاثیری بر روی افراد می گذارد؟

صبحانه نخوردن مضرراتی را به همراه دارد؟

صبحانه مهمترین وعده غذایی روز است
عوارض جانبی صبحانه نخوردن شامل تاثیرات
منفی روی وزن، عدم سلامت هورمونی، اختلال
حافظه و خلق و خوی است.



چاقی: نخوردن صبحانه سبب چاقی و عدم از دست دادن وزن را وخیم تر می کند، زیرا باعث شده در طول روز پرخوری کنید.

خوردن صبحانه کامل باعث کاهش خطر ابتلا به دیابت، بیماری های قلبی و کلسترول بالا می گردد.



کاهش سطح حافظه : صبحانه نخوردن باعث خستگی زیاد در طول روز و کاهش تمرکز و حافظه می‌شود.

بی‌نظمی در قاعدگی : حذف وعده صبحانه در خانم‌ها با بی‌نظمی‌های دوران قاعدگی همراه است.

کاهش سطح خلق و خوی : نخوردن صبحانه سبب کج خلقی زیاد و خستگی می‌شود.



عوارض جانبی فیزیکی : حذف صبحانه باعث می‌شود
قند خون کاهش پیدا کند و همچنین لرزش، ضعف،
سرگیجه، سردرد، احساس سوزن سوزن شدن و سریع
شدن ضربان قلب را ایجاد می‌کند.

احساس گرسنگی مداوم : یکی از دلایل ضعف کردن و
احساس گرسنگی مداوم، حذف صبحانه است.



افرادی که روز خود را با مصرف صبحانه شروع می کنند کمتر گرسنه می شوند؛ اما هنگامی که روز خود را بدون صبحانه آغاز می کنند معده سیگنال هایی به مغز فرستاده و اعلام خالی بودن می کند؛ در نتیجه از همان اول روز حس گرسنگی در بدنتان شکل گرفته و باقی می ماند.

ر چه دیرتر اقدام به خوردن بکنید نیز احساس گرسنگی تان بیشتر خواهد شد.



برای مشاهده مقالات در سایت به لینک های زیر مراجعه نمایید:

فوائد باور نکردنی میوه خیار

کونزیت (Kunzite)

خوردن صبحانه در طول روز چه تاثیری بر روی افراد می گذارد؟





طالع بینی

سنگ ماه تولد

[جهت دانلود رایگان کتاب سنگ های ماه تولد — اینجا کلیک کنید.](#)

[جهت دانلود رایگان کتاب سنگ درمانی — اینجا کلیک کنید.](#)

ماه	ردیف
خرداد	۳
شهریور	۶
آذر	۹
اسفند	۱۲

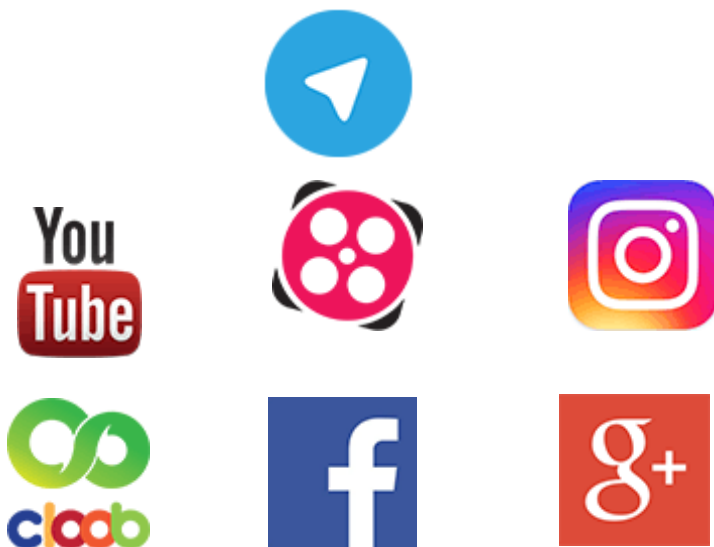
ماه	ردیف
اردیبهشت	۲
مرداد	۵
آبان	۸
بهمن	۱۰

ماه	ردیف
فروردین	۱
تیر	۴
مهر	۷
دی	۹

برای دریافت جدیدترین اخبار و مقالات علم سنگ‌درمانی ، و همچنین مشاهده و خرید جواهرات اصیل با تخفیف‌های فوق‌العاده ، با ما همراه باشید.

جواهربازار در شبکه‌های اجتماعی

(برای مشاهده هر شبکه ، بر روی تصویر آن کلیک کنید)



عضویت در خبرنامه ایمیلی و دریافت تخفیف - کلیک کنید.

info@javaherbazar.com

www.javaherbazar.com

۰۵۱ ۳۸۷ ۹۳ ۲۷۵ ~ ۸

۰۹۱۹ ۹۵ ۲۲ ۹۵۸

۰۹۱۵ ۵۲۰ ۱۷ ۶۸