

Система работы на 3 месяца с КФС Кольцова для начинающих. Рекомендации Е.М. Мерзляковой.

1-й месяц

Восстановление капиллярного кровотока

Крестовые прокачки утром и вечером по 5 минут. Для этого один КФС кладем под правую ногу, другой берем в противоположную (левую) руку, вытянутую вверх. Затем переставляем корректоры под левую ногу и правую руку.

За 1 день нужно выпивать 5-6 стаканов воды с КФС №2. по следующему графику:

Утром залпом 1 стакан тёплой воды.

С 8 до 12 часов - 2 стакана.

12-13 часов обед

С 14 до 18 часов выпить 2 стакана небольшими порциями.

С 18 до 22 часов — ещё 1 стакан.

2-й месяц

Восстанавливаем орган, который больше всего беспокоит.

До обеда на его проекции держим КФС №1, после обеда КФС №2, или через день.

Утром выпиваем 1 стакан тёплой воды с КФС №2.

Затем до обеда 2 стакана с КФС №1.

Через 1 час после обеда с 14 до 18 часов выпиваем 2 стакана с КФС №2.

Вечером ещё один стакан с КФС №2.

На уровне почек (поясницы) желателно держать КФС №2.

3-й месяц

Восстановление крови и гормонального фона

При проблемах со щитовидной железой носить утром 10 минут на горле КФС №1 в течении 2-х недель и КФС №2 следующие 2 недели. Если «щитовитка» удалена, то утром держать КФС №3 для женщин или КФС №4 для мужчин. Первую половину дня носим КФС №1 там, где болит и беспокоит чуть меньше, чем во 2-м месяце, вторую половину дня носим КФС №2 на том же месте.

Питьевой режим:

Утром выпиваем 2 стакана воды с КФС №2, затем до обеда 2 стакана с КФС №1, после обеда снова 2 стакана с КФС №2. С 18 до 22 часов полстакана с КФС №3 для женщин или КФС №4 для мужчин, и полстакана с КФС №5.

Вечером после 18 часов на области печени носим КФС №5, на низ живота (можно в кармане брюк) кладем КФС №3 для женщин или КФС №4 для мужчин. Хорошо на всю ночь оставить КФС №5 на область печени.

Если за 3 месяца работы сдвиги незначительные, то нужно избавляться от энергоинформационных воздействий. Для этого на полу на расстоянии 60 см друг от друга раскладываем треугольник из 3-х корректоров, сами садимся на стул в центр треугольника. Это называют энергетической прокачкой «солнышко», делаем её по 15 минут каждый день в течении 1-2-х месяцев, в зависимости от сложности воздействия.