



MiracleDrinks®

For Prevention & correction of Health Disorders

SUPPLEMENT ADVICE SHEET

fssai

Lic. No. 10017043001945
AYUSH Lic. No. AUS-932



Globe Premium Awards.
The most promising Ayurvedic
Medicinal brand in India.
Dubai- 2017



Asia One
India's Greatest
Brands 2016- 2017
Mumbai



Globe Platinum Awards.
The Emerging organic
Medicinal brand
Hong Kong
2016



Award Received at Times Health Excellence
Bangalore - 2018
Awarded to our inventor Mr. S.M.raju
for his Service Excellence for Inventing Herbal
Compounds for Incurable Diseases

பெயர்:வயது: M / F மோப் எண்:தேதி: .../.../20...
இடம்:

தூக்கமின்மை

கூடுதல் நன்மைகள்: - தோல் பிரச்சினை, கொழுப்பு கட்டுப்பாடு, ஆற்றல் அதிகரிக்கும்

காலை (வெற்று வயிறு)

1. புதிய வேம் மற்றும் பீப்பல் சாறு இலை - கிடைக்கும்படி
2. மிராக்கிள் பானம் / வேதிப் பானம் சப்ளிமெண்ட்ஸ்
S1 - எதிர்ப்பு வயதான / VedNaturae
S3 - கார்டியோவாஸ்குலர் / வெட்ஹார்டிகா
பெரியவர்களுக்கு - 15ml (1 மூடி) கூடுதல் 30ml (2 மூடிகள்) சூடான நீரில்
குழந்தைகளுக்கு - 15 மிலி (1 மூடி) சூடான நீரில் 7.5 மிலி (½ மூடி) சப்ளிமெண்ட்ஸ், அனைத்து கூடுதல்
கலவையையும் கலக்கலாம் அல்லது தனித்தனியாக எடுத்துக்கொள்ளலாம்
3. ப்ரோபியோடிக்ஸ் - பூண்டு 2 பற்கள், இஞ்சி 2 மெல்லிய துண்டு, வெந்தயம் விதைகள் (மெதி டானா) 1
தேக்கரண்டி மென்று விழுங்க வேண்டும்
(குறிப்பு - விதைகள் இரவில் நனைக்கப்பட வேண்டும் அல்லது முளைத்து விதைகளை உட்கொள்ள வேண்டும்)
4. ஆளிவிதைப் பானங்கள் - (தயாரிப்பதற்கு www.youtube.com/miracledrinks)
5. உங்கள் வசதியின்படி 100 மிலி வாழை தண்டு சாறு
மலச்சிக்கல் அல்லது வீக்கம் உண்டாகும் போது S6 30 மி.லி.

பிற்பகல்

NIL

சாயங்காலம்

1. புதிய வேம் மற்றும் பீப்பல் சாறு இலை - கிடைக்கும்படி
2. மிராக்கிள் பானம் / வேதிப் பானம் சப்ளிமெண்ட்ஸ்
S5 - சிறுநீரக பராமரிப்பு / VedRenalis
S7 - நோய்த்தடுப்பு பாதுகாப்பு / VedImmunaee
பெரியவர்களுக்கு - 15ml (1 மூடி) கூடுதல் 30ml (2 மூடிகள்) சூடான நீரில்
குழந்தைகளுக்கு - 15 மிலி (1 மூடி) சூடான நீரில் 7.5 மிலி (½ மூடி) சப்ளிமெண்ட்ஸ், அனைத்து கூடுதல்
கலவையையும் கலக்கலாம் அல்லது தனித்தனியாக எடுத்துக்கொள்ளலாம்
3. உங்கள் வசதியின்படி 100 மிலி வாழை தண்டு சாறு
4. ஆளிவிதைப் பானங்கள் - (தயாரிப்பதற்கு www.youtube.com/miracledrinks)

குறிப்பு:

- a. நேரங்கள் மட்டுமே குறிக்கின்றன
- b. எலுமிச்சை மற்றும் தேன் ஆகியவற்றை கூடுதலோடு கலக்கலாம்
- c. சிறுநீரக நோயாளிகளுக்கு - கூடுதலை வெதுவெதுப்பாக்கி கொண்டு தண்ணீர் இல்லாமல் உண்ணவும்.
- d. கூடுதலை ஒரு குளிர் மற்றும் உலர்ந்த இடத்தில் சேமிக்கவும் அல்லது குளிர் சாதன பெட்டியில் வைத்துவிடவும்.
நேரடி சூரிய ஒளி தவிர்க்கவும்.
- e. வேகமான நிவாரணத்திற்கு 30மிலி கூடுதலை நுகரலாம்.
- f. தண்ணீருடன் நீர்த்தல் கட்டாயமில்லை.
- g. உடலில் பி.ஹெச் அளவுகளை பராமரிக்கும் கூடுதல்
பொருள்களுடன் வசதியாக இருந்தால் ஒரு எலுமிச்சை சாறு சேர்க்க வேண்டும்

For Details: MALLUR FLORA AND HOSPITALITY PVT. LTD.

#55, 1st Cross, 7th Main, Behind "MORE Store", Gangamma Temple Road, Ganganagar, CBI Road, Bangalore-560032

Ph No.: 080 4748 2888 / 78470 79999

www.miracledrinks.in

"ISO 22000:2005 Certified Company. Certificate No. 171129601"



MiracleDrinks®

For Prevention & correction of Health Disorders

Be healthy. Again.

Elixir for Life

WELLNESS PACKED IN A BOTTLE.



உணவு

1. குறைந்த உப்பு, எண்ணையில்லாத உணவு, சக்கரை மற்றும் சக்கரை இல்லாதப் பொருட்கள்,
2. குப்பை உணவுகள் தவிர்க்கவும்
3. பாலாடைக்கட்டி, டின்களில் அடைக்கப்பட்ட உணவுப் பொருட்கள், உயர் சோடியம் உணவுகள் மற்றும் பேக்கிரி பொருட்களை இவை அனைத்தையும் தவிர்க்கவும்.

ஆளிவிதை பானம் ரெசிபி - www.youtube.com/miracledrinks ஒரு பகுதியை தேவையான பொருட்கள்

1. ஆளி விதைகளை 15 மில்லி (0.5 அவுன்ஸ் ஓஸ் அல்லது 1 தேக்கரண்டி)
2. குளிர் அழுத்தம் ஆளி விதை எண்ணெய் 5 கிராம் (1 டீஸ்பூன்) (கச்சா தூள்)
3. கபிக்சு 5 மில்லி (1 டீஸ்பூன்)
4. கலோனிக் எண்ணெய் 100 கிராம் (3.53 அவுன்ஸ்.)
5. தயிர் (தயிர்) 2.5 கிராம் (0.10 அவுன்ஸ் அல்லது ½ டீஸ்பூன்)
6. இலவங்கப்பட்டை பவுடர் 2.5 கிராம் (0.10 அவுன்ஸ் அல்லது ½ டீஸ்பூன்)
7. வெந்தய பவுடர் 2.5 கிராம் (0.10 அவுன்ஸ் அல்லது ½ டீஸ்பூன்)
8. மஞ்சள் தூள் 2.5 கிராம் (0.10 அவுன்ஸ் அல்லது ½ டீஸ்பூன்)
9. கருப்பு மிளகு பிஞ்சு
10. நிலைத்தன்மையை சரிசெய்ய நீர்



Made in India

தயாரிப்பு முறை

1. ஆளி விதையை (சிறிய மிக்ஸி ஜாரில்) நன்றாக பொடியாக்கிக் கொள்ளவும்.
2. ஒரு நடுத்தர மிக்ஸி ஜாரில் அனைத்து பிறப் பொறுட்களையும் சேர்க்கவும்.
3. அதை மசிந்து கொல்லவும்.
4. தண்ணீர் சேர்த்து மேலும் மசித்து விட்டு, சரிப்பார்த்து கொள்ளவும் அதிகம் தண்ணீராகவோ அல்லது அதிகம் கெட்டியாகவோ இருக்க கூடாது.
5. ஒரு டம்பளரில் ஊற்றவும்.
6. உடனடியாக குடிக்கவும்.

குறிப்பு -

1. ஆளி விதை எண்ணெய் உபயோகித்தால், படி 2 ல் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள கலவை பொடியை சேர்க்கவும்.
2. எண்ணை மிதக்காதப்படி ஆளி விதைக் கலவையை நன்றாக மசிந்துக் கொள்ள வேண்டும்
3. 15 நிமிடங்களுக்குள் ஆளிவிதைப் பானம் குடிக்க வேண்டும்.
4. ஒரு நாளில் இருமுறை

ஆளி விதைகள் எவ்வாறு பயன்படுத்துவது -

1. ஆளி விதையை வறுக்கவும், சூடாக்கவும் கூடாது.
2. ஆளி விதையை அரைத்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ள கூடாது அது 15 நிமிடத்திற்குள் ஆக்ஸிஜனேற்றும். ஆளி விதை எப்பொழுது தேவையோ அப்பொழுது அறைத்துக் கொள்ளவும்.
3. எண்ணெய் (ஓமேகா 3 மற்றும் ஓமேகா 6 கொழுப்பு அமிலங்கள்) தண்ணீரை கரையக்கூடியதாக மாற்றுவதற்கு, அது தயிர் (தயிர்) உடன் கலக்கப்பட வேண்டும், எனவே எச்.ஏ. ஆல்கா 3 மற்றும் ஓமேகா 6 கொழுப்பு அமிலங்கள் 45 கிலோ வேர்க்கடலை அல்லது 5.5 கிலோ முந்திரி பருப்புகள் அல்லது 1 கிலோ சால்மன் மீன் ஆகியவற்றைக் கொண்டுள்ளன. குளிர்ந்த அழுத்தம் எக்ஸ் விதை எண்ணெய் சேர்க்கப்பட்டால், சத்துக்கள் குவாண்டம் இரட்டிப்பாக இருக்குமென கூறின.
4. ஆளி உணவு பங்கு -
 - லி்கனைன் டிடாக்ஸியை உடலில் இணைத்து, செல் சவ்வு உறுதிப்படுத்துகிறது.
 - ஓமேகா 3 மற்றும் ஓமேகா 6 கொழுப்பு அமிலங்கள் செல்லுலார் வளர்சிதை மாற்றம் மற்றும் உயிரணு சுவாச முறைகளை ஒழுங்குபடுத்துகிறது.
 - புற்றுநோய் நோயாளிகளுக்கு, இந்த உணவு chemo செயல்படுகிறது.



MiracleDrinks®

For Prevention & correction of Health Disorders

Be healthy. Again.

Elixir for Life

WELLNESS PACKED IN A BOTTLE.



நீம் (அசிடிராச்சட்டா இண்டிகா) மற்றும் பீப்பல் (ஃபைஸ் கஸ் ரெலிமோசாஸ்) ஆகிய இருவரும் மருத்துவ உதவித்தொகைகளுக்கு உதவுகின்றன, இது சிறுநீரக அல்லது சிறுநீரக கோளாறுகளிலிருந்து உதவுகிறது

ஒரு பகுதிக்கு தேவையான பொருட்கள் -

1. வேம்பு - 8 இலைகள்
2. பீப்பல் - 4 இலைகள்
3. தேன் (விருப்பம்) - சில சொட்டு குறிப்பு - வேப்பங்கருக்கான வேப்பினை 2: 1 முறை

தயாரித்தல் வேண்டும்.

- a. நீம் மற்றும் பீப்பல் இலைகளை சிறிது தண்ணீரில் அறைத்துக் கொள்ளவும்.
- b. 15 சதுர மீட்டர் (0.5 சதுர மீட்டர்.) திரவத்தை ஒரு சல்லடை மூலம் வடிக்கட்டிக் கொள்ளவும்.
- c. தேவைப்பட்டால் தேன் ஒரு சில துளி சேர்க்கவும்.

நுகர்வோர் கையேடு - பரிந்துரைக்கப்படுவது நுகர்வு. வேறு, தினமும் இரண்டு முறை சாப்பிடலாம். பரிமாறப்படும் அளவு 1 டேபிள்ஸ்பூன்

டெண்டர் பனானா சட்ரெட் சப்ளை

தேவையான பொருட்கள் 1 (100 மில்லி) -
புதிய வாழை தண்டுகள் - 150 கிராம்

தயாரிப்பு -

- a. வாழை தண்டுகளில் இருந்து சாறு அரைத்து பிரித்தெடுக்க
- b. எலுமிச்சை சாறு ஒரு சில துளிகள் சேர்க்கவும்
- c. அதை சாமர்த்தியமாக செய்ய, அதை மோர்மூலம் (புளிப்பு பால்) மற்றும் உப்பு ஆகியவற்றை உட்கொள்ளலாம்.

நுகர்வு வழிகாட்டி -

காலை உணவுக்கு முன் ஒரு முறை, ஒரு முறை இரவு உணவுக்கு முன் தினமும் உட்கொள்ளலாம்.

சேமிப்பு -

வாழை தண்டுகளில் குளிர்சாதன பெட்டியில் சேமிக்க முடியும். சாற்றை, குளிர்சாதன பெட்டியில் சேமித்து வைக்கலாம், ஆனால் நீண்ட காலத்திற்கு அல்ல.

யோகா: பஸ்த்ரிக்கா 40 செட் மற்றும் அனலோமா விலோமா 20 செட், சூரிய உயதம் அல்லது சூரிய அஸ்தமத்தை வெரும் கண்களோடு பார்க்க வேண்டும் சூரிய ஒளி உடலுக்கு சக்தியை தருகிறது. 30 நிமிடம் தியானம் செய்ய வேண்டும்.



பொறுப்பாகாமை

இந்த புத்தகம் மருத்துவரிடம் ஆலோசனையை மாற்றாது. இந்த புத்தகத்தின் நூலாசிரியரும் வெளியிட்டாளரும் நேரடியாகவோ அல்லது மறைமுகமாகவோ இந்த புத்தகத்திலிருந்து கூடுதல் அல்லது உள்ளடக்கங்களைப் பயன்படுத்துவதிலிருந்து எந்தவொரு எதிர்வினையும் பொருபேற்க இயலாது.



MiracleDrinks®
For Prevention & correction of Health Disorders

Be healthy. Again. *Elixir for Life*
WELLNESS PACKED IN A BOTTLE.



இன்சோம்னியா - ஒரு மாற்று அணுகுமுறை

தூக்க தரத்தின் குறைபாடு இல்லாத தூக்கமின்மையிலிருந்து தூக்கமின்மை பரவலான தூக்கமின்மை உள்ளடங்கியது. இன்சோம்னியா என்பது பொதுவாக மூன்று வகுப்புகளாக வகுக்கும் -

ஒரு. இடைவிடாத இன்சோம்னியா - அறிகுறிகள் மூன்று இரவுகள் வரை நீடிக்கின்றன

ஆ. கடுமையான இன்சோம்னியா - குறுகிய கால தூக்கமின்மை எனவும் அழைக்கப்படும், பல வாரங்களுக்கு அறிகுறிகள் நீடிக்கும்.

இ. நாள்பட்ட இன்சோம்னியா - இந்த வகை தூக்கமின்மை மாதங்கள் அல்லது சில நேரங்களில் நீடிக்கும்.

வயது வந்த ஆண்களை விட வயது வந்த பெண்கள் பொதுவாக தூக்கமின்மையால் தூண்டப்படுகிறார்கள். இந்த தூக்கக் கோளாறு செயல்திறனை குறைமதிப்பிற்கு உட்படுத்தும் - தனிப்பட்ட முறையில் மற்றும் தொழில் ரீதியாகவும். இது உடல் பருமன், கவலை, மன அழுத்தம், எரிச்சல், மன அழுத்தம் பிரச்சினைகள், மெமரி சிக்கல்கள் மற்றும் ஏழை நோயெதிர்ப்பு அமைப்பு ஆகியவற்றிற்கு பங்களிக்கிறது.

கண்டுபிடிப்பாளர் ஒரு குறிப்பு -

கிட்டத்தட்ட ஒன்பது மாதங்களுக்கு நான் தினசரி காலமான இன்சோம்னியாவைச் சந்தித்தேன். பல மருந்துகளை பரிந்துரைத்த பல உளநல வல்லுனர்களை நான் கலந்தாலோசித்தேன் - அது எனக்கு பெரிய நிவாரணம் கொடுக்கும்போது, என் தனிப்பட்ட மற்றும் தொழில்முறை வாழ்க்கையை நான் பெரிதுபடுத்தினேன். நான் நிறைய விஷயங்களை நினைவில் கொள்ள முடியவில்லை, எனக்கு சோர்வு ஏற்பட்டது, என் இரத்த அழுத்தம் அதிகரித்தது - நான் முன்பு ஒருபோதும் சந்தித்ததில்லை (நான் 57 வயதுடையவன்). இந்த மருந்துகள் வழிவகுக்கும் நீண்டகால பக்க மற்றும் எஃப். எஃப். எஃப் நோய்களைக் கருத்தில் கொண்டு, நான் உணவளிப்பதன் மூலம், மன அழுத்தம் மூலம் மனதில் கவனம் செலுத்துவது மற்றும் எளிமையாக்க முடிந்த உடன் மூலிகைச் சத்துணவுகளில் நான் மேற்கொண்ட ஆராய்ச்சியை உள்ளடக்கிய ஒரு உணவு / ஆட்சியின் டிஃஈரன் மாறுபாட்டை உருவாக்க ஆரம்பித்தேன். நான் எனக்கு பரிந்துரைக்கப்படும் மாத்திரைகள் மற்றும் புதிய ஆட்சி கவனம் செலுத்தியது, மற்றும் ஒரு மாதத்திற்குள், நான் மீண்டும் சாதாரணமாக உணர்கிறேன் மற்றும் உணர்வு முடிந்தது. யாரும் இந்த வழக்கத்தை பின்பற்றுவதற்கு முன், அது ஒரு எளிதான பயணமாக இருக்காது என்று நான் எச்சரிக்கிறேன், ஆரம்பத்தில் நான் மிகவும் ஈ வழிபாட்டு முறையாக இருப்பேன், ஆனால் உடனே அது உடல் நிலை சரியில்லை.

தியானம் -

தூக்கமின்மையிலிருந்து மீட்பதற்காக ஒரு நிலையான மாநிலத்தில் மனதை வைத்துக்கொள்ள தியானம் அவசியம். இருப்பினும், தியானம் செய்வது எப்படி என்பது பற்றி நிறைய குழப்பங்கள் ஏற்படுகின்றன - இது மூச்சுத்திணறல் கவனிப்பதை உட்படுத்துகிறது, அதாவது உள்ளிழுக்கும் மற்றும் வெளிவிடும் செயல்முறையை கவனிக்க வேண்டும். இந்த வழியில், மூளை பொதுவாக உடல் தூங்கும் போது அது தேவை என ஓய்வு தேவை. தியானம் தலைவலி காரணமாக ஏற்படும் வலியை குறைக்க உதவுகிறது. இந்த அட்டவணையைப் பின்பற்றும்போது நேர்மறையானதாக இருப்பது முக்கியம்.

காலை - 1 மணி

AGERUN - 1 மணி

மாலை - 1 மணி



Made in India



MiracleDrinks®

For Prevention & correction of Health Disorders

Be healthy. Again.

Elixir for Life

WELLNESS PACKED IN A BOTTLE.



திட்டமிடப்பட்ட மீட்பு காலக்கெடு -

நாள் 1 -

மருந்து மருத்துவத்தின் எஞ்சிய eff இனங்கள் ஒரு நபர் சாதாரணமாக தூங்கலாம்.

நாள் 2 -

இரண்டாவது நாளில் தூங்க முடியாது. உடலில் மன மற்றும் உடல் ரீதியான மன அழுத்தம் ஏற்படலாம், இருப்பினும் ஒருவர் தியானத்தைத் தியானிப்பதைத் தாங்கிக் கொள்ள வேண்டும். புத்தகங்கள் படித்தல் அல்லது ஒரு பொழுதுபோக்கில் ஈடுபடுதல் வலி இருந்து கவனத்தை எடுத்து.

நாள் 3-

இரண்டாவது நாளில் உணரும் அதே நிலைமைகள் நிலவும்.

நாள் 4 -

கவலை மற்றும் அதிகப்படியான அமைதியின்மை உடல் மோசமாக சேதமடைந்திருப்பதாக ஒரு நபர் உணரலாம். ஒரு தியானம் மூளைக்கு suffi சையன்ட் ஓய்வு வழங்குகிறது மற்றும் இழந்த தூக்கம் இழப்பீடு என்று நினைவில் கொள்ள வேண்டும். உடலின் அளவுருக்கள் பராமரிக்க உதவுவதற்கு மேலே உள்ள அட்டவணையில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள மிராக்கிள் குடி சுகாதார சேவைகள். நான்காவது நாளில், நபர் ஒரு மணி நேரத்திற்கு வசதியாக தூங்கலாம்.

நாள் 5 -

முந்தைய நாட்களை விட ஒப்பிடுகையில் மிகவும் வசதியாக இருக்கும். நபர் இரண்டு மணி நேரம் தூங்கலாம். மீண்டும், ஒரு தியானம் தடுக்க கூடாது.

நாள் 6 - 20

நபர் இந்த காலத்தில் 3-4 மணி நேர தூக்கத்தை வசதியாக அனுபவிக்க முடியும். உடல் மெதுவாக வலுவாகப் பெறும் போது, உயிரியல் மெதுவாக அதன் வழக்கமான வழிகாட்டியாக அமைகிறது. இருப்பினும் நபர் தூக்கத்திலிருந்து எழுந்திருக்கும்போது, தலைவலிக்கு வழிவகுக்கும் நாள் முடிவடையும் வரை அவர்கள் விழித்திருக்கலாம், இது தியானிப்பதன் மூலம் கட்டுப்படுத்தப்படும்.

நாள் 16 - 26

முந்தைய பிரிவுடன் இது ஒன்றிணைந்தாலும், 16 ஆவது நாளிலிருந்து 4-5.5 மணி நேரத்திற்கு வசதியாக ஒரு நபர் வசதியாக இருக்கும். அவர்கள் தூக்கமின்மைக்கு முன்பு செய்ததைப்போல் அவர் சாதாரணமாக உணரக்கூடும்.

நாள் 27 -

தூக்கமின்மைக்கு முன்னால் நபர் தூங்க முடியும். இருப்பினும், உடலின் முக்கிய உறுப்புகளை ஒழுங்குபடுத்துவதில் அவர்கள் உதவுகையில் குறைந்தபட்சம் மூன்று மாதங்களுக்கு மிராக்கிள் குடிசைகள் ஆரோக்கியமான மருந்துகளை தியானிப்பது மற்றும் உட்கொள்ளுவது நிறுத்தப்படக்கூடாது.