



圖書及光碟。為了推廣和普及飯水分離陰陽飲食法...

下面是正文，第一頁很醒目的寫了幾行字

1、飯桌上不要擺水等各種飲料，湯和炖菜也只吃料。

2、吃完飯兩小時後到下次吃飯兩小時前這段時間可以隨意飲水

3、如果吃完飯兩小時後不想飲水，請

6、吃完飯後兩小時飲水，或者調整為一日只吃早晚兩餐時，可能會出現疲倦的現象...

7、在進行陰陽飲食法的過程中，力行一日兩餐或一日一餐幾個月後，有的人會出現胃酸過多或消化不良的現象...

各位讀者：宇宙是包羅萬象，人講陰陽平衡，請記住健康的磨刀石正是飯水分離...

請見證《飯水分離陰陽飲食法》治感冒感冒（冷水飲用過多陰陽失調）

喉嚨痛的感冒：咳嗽、有痰、喉嚨腫痛、發燒。適量生栗子內皮加食醋熬水引用...

骨頭痛的感冒：冒虛汗。渾身酸痛。6剋人參煮水，用煮好的水沏成鹽水趁熱飲用...

流鼻涕渾身發冷的感冒：（有的會有嘔吐），用熱水沖一大勺辣椒粉或生薑茶...

(本報訊)2014年1月1日，克利夫蘭天然寺道親們聚集佛堂一起祈福...

《實踐飯水分離陰陽飲食法》作者：李祥文

李祥文 1939年出生於韓國慶尚北道尚州咸昌邑。

24歲時，偶遇奇人習得這種分別喝水吃飯的養生方法，從而治好了自己的胃病和哮喘...

在過去五十年間，通過與近萬名癌症患者的直接交流，他逐漸領會到其中的奧秘...

新年祈福健康



不要刻意飲水。

4、如果吃完飯後兩小時飲水後出現無力症狀，請改為吃完飯1小時後飲水

5、如果吃完飯兩小時後飲水出現便秘症狀，請改為飯後一小時後飲水

糖服用，渾身出汗，腰背肩胛感覺到發熱，服用一至三次就會好轉...



安良 企城 主席何明

(本報訊)克利夫蘭安良工商會將於2月16日晚上在寶龍酒家隆重舉辦春宴...

1893年11月9日，廣東人在美國紐約註冊成立安良工商會...



每年安良企城春宴都有非常豐富的內容

中國國民革命先行者孫中山先生在夏威夷檀香山加入洪門致公堂...

生亡命日本，在日本成立了中國同盟會，號召革命黨人二次革命推翻袁世凱...

企城安良舉辦春宴



克城將舉辦 2014 情人節交響音樂會

2月14和15兩日，兩位華人鋼琴天才將擔綱演奏著名曲目

Advertisement for Chagrin Valley Little Theatre Studio Orchestra Valentine's Day Concert featuring Jayan Sun and Laura Mo.

彩演出，同時也可以聆聽8歲 Laura Mo 的演出...

請大家注意演出時間: Friday, February 14th and Saturday, February 15th at 7:30 both at Chagrin Valley Little Theater.

孫嘉言介紹：1990年，孫嘉言出生於煙台芝罘區。6歲時，因為父母的緣故，孫嘉言開始接觸鋼琴...

李雲迪之後，中國又一位天才鋼琴演奏家...

國內大獎，國際大獎，這連串的榮譽，很容易使人聯想到孫嘉言...



浦瑛、Steve Eva 和 Laura Mo 在伊利華報報社

言是一位天生的鋼琴神童，而實際上，孫嘉言只是來自平民家庭的一個普通鋼琴學童。

目前他獲得全額獎學金並決定留在茱莉亞音樂學院...

孫嘉言自己說：“音樂是我的生命，我不能想象做其他別的工作...

樂的力量讓人們認識生命的意義。”

Laura Mo 介紹：現年八歲，和父母，弟弟住在 Twinsburg，在 Samuel Bissell 上三年級...

她最近在辛辛那提舉行的 2013 youth world piano competition 她的年齡組取得金牌...

喜愛音樂，她的家人希望音樂能成為陪伴她快樂成長的一個愛好。

(本報訊)1月11日，Chagrin Studio Orchestra 樂團指揮 Steve Eva 和就讀于 Twinsburg 小學的 Laura Mo (8歲)...

Steve Eva 先生曾經在去年來過伊利華報，當時他們也有一場演出...

鋼琴表演中國名曲梁祝，Steve Eva 先生希望有中國觀眾...



Advertisement for Sakura Sushi House restaurant, featuring a chef's special menu and contact information.