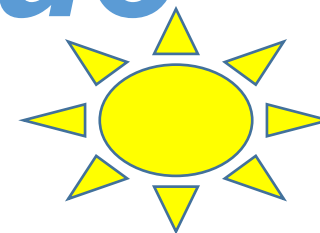


*Как оставаться  
молодым, долголетие  
Авиценна*

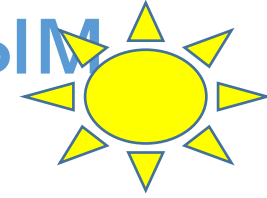
ОКСВОРД-ХОГВАРТС-МОСКВА

же дженео

2019



# Есть 8 вариантов оставаться молодым



## долголетие

- Тянуть ушки (массаж ушей дженейбо ру) = универсально, может восстановить даже зрение, волосы
- массаж носа дженейбо ру, гармония с природой, научиться экономить воду, вода в подмышках, всегда хороший запах
- немного еды, не переедать, жить с цветочком, пить утром воду
- зеленый чай, хрен, имбирь, перец, горчица, чеснок, вассаби
- чистить картошку, морковь, яблоко, апельсин, киви, банан
- чистить ногти, уши, мыть ноги вечером, бриться утром
- любовь, жить с открытым сердцем и душой, общаться с солнышком, спать после обеда 30 мин (биоритмы)
- делать добрые дела, употреблять только хорошие слова, изучить русский язык

# *Жанна плюс Платон плюс Джульетта*

