

효율적 사용-실천편

실천이!!

쉽고 또 쉬워야 한다!! 공기처럼
먼저 인체가 원하는!! 건강해 질 수 있는
환경을 만들어주는 것이!!



문운석의

온골(溫骨)시스템

누구나 잠자면서, 일하면서, 먹고 마시면서, 생활 속에서 24시간
뼈를 따뜻하게 하여 건강해질 수 있는 환경을 쉽게 실천할 수 있는 시스템 입니다.

문운석의

온골(溫骨)시스템

온골(溫骨)시스템을 효율적으로 사용하려면 - (2)실천

1. 추운 겨울 비닐하우스를 치지 않고는 아무리 좋은 비료나 거름을 갖고도 싹을 틔울 수 없듯이...
오랜 가뭄에 시들어 가는 식물을 비가 오지 않으면 살릴 수 없듯이 인체를 이루고 있는
모든 구성요소들이 되살아 날 수 있는 환경 (생명에 가장 중요한 ①공기 ②물 ③소금 ④수액 ⑤뼈)을
만들어 주는 것이 먼저인 것입니다.
2. 서까래만 갖고 집을 지을 수 없듯이 전세계 누구나 공통적으로 인체를 이루고 있는
모든 구성 요소들이 되살아 날 수 있는 피할 수 없이 접해야 하는 모든 환경을 맞추어주어야 하는 것입니다.
이 부정할 수 없는 상식이 과학과 의학 앞에 가려져 그냥 지나쳐 버리는 것입니다.
그러나 기준이 애매모호하고 말하는 이 마다 다르게 이야기하고 그 나타나는 효과가 다 달라
신뢰 할 수 없어 베일에 가려져 있었던 것입니다.
누구나 알아 들을 수 있고 부정할 수 없는 상식을...

3. 문운석의 온골(溫骨)시스템은 원리입니다.

누구나 알아 들을 수 있는 원리입니다.

24시간 잠자면서, 일하면서, 먹고 마시면서 생활 속에서 쉬워야 한다는 것입니다.

가장 젊었을 때부터 지금 바로 시작하면 10년 후에 지금보다 건강해 질 수 있는 원리가 있어야 한다는 것입니다.

태어나는 아이에게 이 환경을 만들어주면 70세에 올 노화가 120세에도 오지 않을 수 있는 원리인 것입니다.

그리고 가장 중요하고, 중요하고 또 중요한 것은 쉽게 실천 할 수 있어야 한다는 것입니다.

필요한 온도로 필요한 시간만큼 오랫동안 실천 할 수 있어야 한다는 것입니다.

4. 지금까지 무엇을 해도 힘들었던 것은 뚜렷한 기준이 없고 원리가 달랐던 것입니다.

그래서 매번 실망에 실망을 거듭해 결정하지 못하였던 것입니다.

문운석의 온골(溫骨)시스템은 처음 듣는 소리일 것입니다.

여기서만 듣는 소리가 다르다는 것을 느낄 것입니다.

“ 실천이!!
쉽고 또 쉬워야 한다!! 공기처럼
먼저 인체가 원하는!! 건강해 질 수 있는
환경을 만들어주는 것이!! ”



문운석의

온골(溫骨)시스템

누구나 잠자면서, 일하면서, 먹고 마시면서, 생활 속에서 24시간
뼈를 따뜻하게 하여 건강해질 수 있는 환경을 쉽게 실천할 수 있는 시스템 입니다.

5. 피할 수 없는 생명에 가장 중요한 5가지의 원리

(1) 공기(空氣)

우주는 기(氣)로 창조하신 분이 만드셨습니다.

인체도 기(氣)로 이루어져있는 것입니다. 인체의 혈관길이가 125,000km 지구 두바퀴반 정도의 길이입니다.

그리고 세포수는 30-60조라 합니다.

이걸 어떻게 헤아리겠습니까? 가장 작은 모세혈관은 1mm의 1/1000까지 가늘다 합니다.

무엇을 갖고 이걸 정상으로 되돌릴 수 있겠습니까?

인간의 힘으로 가장 할 수 없는 것이 바로 기(氣)입니다. 그래서 가장 기준이 애매모호하고 설명하기 어렵고 과학적으로 그 설명이 힘든 것입니다. 사기(士氣) 혈기(血氣) 패기(霸氣) 투기(鬪氣), 시기(時氣) 등은 쓰면서 과학적으로 설명이 어렵습니다.

건강을 되찾는데 가장 힘든 것이 기(氣)입니다.

모든 건강을 근본적으로 되찾을때 가장 기본이 氣입니다.

지금 현재 가장 몸이 약한 상태라면 공기(空氣)부터 바꿔줘야 하는 것입니다.

(2) 공기 다음으로 중요한 물(水-羊水)과 소금(鹽)

인체의 70%가 물이고 혈관 길이가 125,000km에 달하니 인체 어느 곳 하나 물이 없는 곳이 없다 하여도 과언이 아닐 것입니다.

건강은 결국 정상적인 피가 정상적인 속도로 흐를 때 해결되는 것입니다.

혈액이 소금물(羊水-鹽水)이라는 것과 건강을 되찾는데 2번째로 중요함을 인식해야 합니다.

(3) 수맥(水脈)

이 또한 기(氣)입니다. 그래서 과학적으로 증명하기가 더 힘든 것입니다.

건강에 4번째로 피할 수 없이 접해야 하고 바로 누구나 느낄 수 없기 때문에 그냥 지나치는 것입니다.

심장의 기(氣)와는 거의 정반대의 기(氣)를 갖고 있다는 것입니다.

쉽게 생각하면 어느날 갑자기 일어나지 못하고 몸져눕는 것을 볼 때 그 원인을 과학적으로 의학적으로 규명하기 힘든 것들이 있습니다.

이것을 기(氣)를 하시는 분들이 할 때 더욱 이해가 안 되는 부분입니다.

(4) 뼈(骨)

지금까지 지구가 생긴 후 어디서든 듣도 보지도 못했던 말 중에 하나가 온골(溫骨)일 것입니다.

한강다리가 끊어지면 아무리 좋은 차가 있어도 건너 갈 수 없다는 것을 쉽게 생각 하십시오.

생로병사(生老病死)는 몸이 차가워지면서 뼈가 차가워지는데 뻗속이 막혀 온몸에 순환장애를 일으킨다는 것을 이제 알게 된 것입니다.

“ 실천이!!
쉽고 또 쉬워야 한다!! 공기처럼
먼저 인체가 원하는!! 건강해 질 수 있는
환경을 만들어주는 것이!! ”



문운석의

온골(溫骨)시스템

누구나 잠자면서, 일하면서, 먹고 마시면서, 생활 속에서 24시간
뼈를 따뜻하게 하여 건강해질 수 있는 환경을 쉽게 실천할 수 있는 시스템 입니다.

어떻게 구별해야 하나?

(5) 공기(空氣)와 수맥(水脈) : 무형(無形)

① 그렇습니다.

공기는 첫번째로 생명에 중요하고 수맥은 네번째로 중요하다는데 평상시 다수가 잘 느끼지 못하거나 그 효과를 느끼지 못하는 무형(無形)인 것입니다.

그러나 마지막 죽음을 앞둔 사람들에게 산소마스크를 씌우는 것을 생각하십시오.

이것이 기(氣)입니다.

즉 건강을 유지하다가 기초체질, 기초체력, 기초대사를 잃었을때 가장 필요한 것입니다.

② 물(水-羊水)과 소금(鹽) : 유형(有形)

기본적인 생활은 되면서도 인체에 이상이 왔을때 대부분 접하면 바로 느낄 수 있기에 건강상 가장 많이 말을 하고 설명을 하는 것입니다.

그래서 늘 돈 주고 섭취해야 하기 때문에 가장 싼 것입니다.

③ 뼈(骨-濇骨)

평생 먹고 마신 음식 중에 소화 흡수되어 굳어가는 단백질, 지방, 칼슘, 요산

등이 굳어 뱃속의 순환을 막고 있다 하니, 이것 만큼은 처음 듣는 소리지요 한강 다리가 끊어지면 설명이 필요할까요? 완전히 끊어지지 않았을 뿐입니다. 어떻게!!! 더 이상 설명이 필요할까요?

온골(溫骨)-세상이 생기고 나서 처음 듣는 소리지요!!

고속도로에 사고난 차, 고장난 차가 있으면 그냥 내버려 둘까요?

계속 막히게... 그 무엇을 해도 모르면 이것 만큼은 회복이 안 되는 것입니다.

※ 누구나 다 바로 필요하지만 현재 기초대사가 약하거나 잃어가는 분들 공기, 수맥, 소금, 물로 먼저 기본적인 기운(氣運)을 회복하신 후 하시는 것이 가장 바람직합니다. (1-2개월)

6. 가장 효율적으로 선택하려면!!!

그렇습니다. 서까래만 갖고 집을 지을 수 없듯이 인체를 이루고 있는 모든 구성 요소들이 되살아 날 수 있는 피할 수 없이 공통적으로 접하는 모든 환경을 만들어 주는 것은 누구도 부정할 수 없을 것입니다. 그러나 개인적인 경제 사정으로 인해 우선 먼저 효율적으로 선택해야 할 수 있는 것을 알아야 합니다.

(1) 선천적으로 발이 차게 태어났던, 따뜻하게 태어났던

현재 기초체력, 기초대사가 되시는 분들은 먼저 온골시스템(뼈)과 온골먹거리 시스템(소금)을 하시고 난 후 온골수면 시스템(공기,수맥)을 하시는 것이 좋습니다.

(2) 현재 기초체력, 기초대사가 아주 약하신 분들은

온골수면 시스템(공기,수액)과 온골먹거리 시스템(소금)을 먼저 1-2개월 하시고 난 후 온골시스템(뼈)을 하시는 것이 좋습니다.

(3) 선천적으로 추위에 약하고 쉽게 발이 차게 태어나시고 기초체력이 약하다고 생각 하시는 분들은!!! 가능한 처음부터 모든 시스템을 한번에 맞춰 사용하시는 것이 최상입니다.

건강을 되찾아 하시고 싶은 것을 하면서
행복을 찾아 여유 가득한 하루가 되길 바랍니다.



문운석의

온골(溫骨)시스템

누구나 잠자면서, 일하면서, 먹고 마시면서, 생활 속에서 24시간
뼈를 따뜻하게 하여 건강해질 수 있는 환경을 쉽게 실천할 수 있는 시스템 입니다.

동영상 바로가기

클릭하시면 이동합니다!!



문운석의

온골(溫骨)시스템

누구나 잠자면서, 일하면서, 먹고 마시면서, 생활 속에서 24시간
뼈를 따뜻하게 하여 건강해질 수 있는 환경을 쉽게 실천할 수 있는 시스템 입니다.