

"طب روحانی"

جدول مصرف آب قرآنی هدف دار

هدف آب قرآنی:			
تاریخ شروع	زمان مصرف لیوان اول	زمان مصرف لیوان دوم	زمان مصرف لیوان سوم

تعداد روزها	لیوان اول	لیوان دوم	لیوان سوم	توضیحات لازم
روز اول				
روز دوم				
روز سوم				
روز چهارم				
روز پنجم				
روز ششم				
روز هفتم				
روز هشتم				
روز نهم				
روز دهم				
روز یازدهم				
روز دوازدهم				
روز سیزدهم				
روز چهاردهم				
روز پانزدهم				
روز شانزدهم				
روز هفدهم				
روز هجدهم				
روز نوزدهم				
روز بیستم				
روز بیست و یکم				