

AYUNO INTELIGENTE

¿Cómo comer antes y después del Ayuno?

El Bienestar con la Alimentación y el Ayuno



ARNOLD EHRET



Ayuno inteligente

¿Cómo comer antes y después del Ayuno?

Autor: Ehret, Arnold

Editorial: Ediciones Librería Argentina (ELA)

ISBN: 9788499501888

Páginas: 78

Dimensiones: 15 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 12,70 €

De comer bien o mal y de comer mucho o menos, depende en todos los seres y este hecho se demuestra en el reino animal. Cuando un animal se enferma o está herido, usa instintivamente la ley curativa divina del ayuno, lo contrario a comer. Pero el hombre es el ser más enfermo de la tierra, por su pérdida del instinto natural y por la creencia imaginaria en una sabiduría superior, cuyo resultado es el conocimiento en la preparación de los alimentos. El ayuno es la cura más incomprendida y temida de todas. Cientos de autodenominados "expertos" en ayuno, han publicado volúmenes incalculables sobre este tema, pero nadie entiende exactamente qué es lo que fisiológica y patológicamente sucede cuando la eficiencia vital personal del cuerpo no alimentado, actúa purificadoramente.