

## Ayuno racional

Rejuvenecimiento físico, mental y espiritual  
Ehret, Arnold

Editorial: E. L. A.

ISBN: 9788499500782

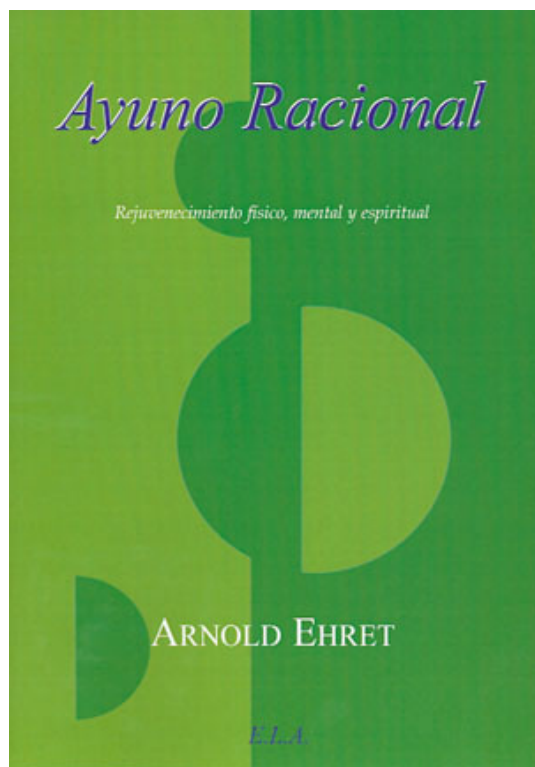
Páginas: 54

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,20 €

Coleccion: Nuevos tiempos



### SINOPSIS

¿Es usted uno de los miles de contemporáneos desalentados y descorazonados a causa de la mala salud?

¿Ha perdido la fe en los llamados "sistemas curativos", después de haberlos probado sin resultado?

¿Es usted uno de los que sólo utilizan una pequeña fracción de la vitalidad con que la Madre Naturaleza dota a sus criaturas queridas?

La mayoría de las enfermedades son la consecuencia de hábitos de comer equivocados, de los alimentos erróneamente combinados, de alimentos acidulados y de preparaciones comerciales de nuestra actual civilización.

Durante miles de años se ha reconocido que el ayuno es el método curativo supremo de la naturaleza. Pero los que viven en la época civilizada actual, con muy pocas excepciones, han olvidado el arte de cuándo, porqué y cómo ayunar.

Casi todos los que intentan ayunar fracasan, porque ignoran que al iniciar una dieta que nos produzca mucosidad, la ya existente empieza a ser eliminada muy rápidamente, hasta que el organismo queda absolutamente limpio y sano. De modo que la persona más sana al parecer, ha de pasar primero por una condición de enfermedad (limpieza); es decir, que pasa por un estado intermedio de enfermedad para gozar de mejor salud.

En este libro se enseñará la manera de contrarrestar las ...