

# Dieta Stwórcy - Jordan Rubin

Jordan Rubin

Dieta Stwórcy - Jordan  
Rubin

## Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Zdrowie i uroda  
Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Kulinaria

35,00 zł

numer katalogowy: KU/0022  
ISBN: 9788361844525  
liczba stron: 320  
format: 16 x 23,5 cm  
oprawa: miękka  
rok wydania: 2021

Po kilku latach bezowocnej walki z chorobą Leśniowskiego-Crohna, setkach tysięcy dolarów wydanych na lekarzy i kosztowne terapie, 21-letni wtedy młodzieniec ważył niecałe 50 kg (przy 180 cm wzrostu). Postanowił udać się do mało znanego kalifornijskiego dietetyka, uznającego tylko spożywanie żywności opisanej w Biblii. Tak, mówimy tutaj o jedzeniu z czasów Jezusa...

Plan Stwórcy zapewniający doskonałe zdrowie! Ta nowatorska książka, oparta na Piśmie Świętym i badaniach naukowych, pokazuje nie tylko, jak odzyskać pełne zdrowie, lecz również, jak je utrzymać. „Dieta Stwórcy” pomoże ci:

- osiągnąć i utrzymać idealną wagę
- poprawić wygląd
- wzmocnić układ odpornościowy
- odzyskać energię
- zredukować stres
- uregulować trawienie

Dowiedz się, jak Jordan Rubin, nieuleczalnie chory, dzięki wierze odzyskał zdrowie i odkrył ponadczasowe zasady żywieniowe najzdrowszego narodu na świecie. Książki pełne są historii o cudownych efektach kuracji medycyny naturalnej. Zapierająca dech w piersiach historia powrotu do zdrowia Jordana S. Rubina jest jednak o wiele bardziej intrygująca niż inne opowieści. Po kilku latach bezowocnej walki z chorobą Leśniowskiego-Crohna, setkach tysięcy dolarów wydanych na lekarzy i kosztowne terapie, 21-letni wtedy młodzieniec ważył niecałe 50 kg (przy 180 cm wzrostu). Postanowił udać się do mało znanego kalifornijskiego dietetyka, uznającego tylko spożywanie żywności opisanej w Biblii. Tak, mówimy tutaj o jedzeniu z czasów Jezusa: kefirze, baraninie, chlebie ze skiełkowanego ziarna... Sięgnął także po suplementy diety: organizmy (bakterie) glebowe, obecne w naturalnym pożywieniu, których brakuje w przetworzonej żywności. Po czterech miesiącach Rubin ważył już 77 kg – i było oczywiste, że wraca do zdrowia. Zainspirowany własnym doświadczeniem napisał „Dieta Stwórcy”. Zalecenia żywieniowe Rubina, poparte naukowymi badaniami, przemówią również do tych, którzy są przyzwyczajeni raczej do analizy składu żywności i dodatku konserwantów niż studiowania religijnych zaleceń.

Amazon.com, Patrick Jennings

Dr Jordan S. Rubin – lekarz naturopata i dyplomowany dietetyk. Doświadczywszy dramatycznego uzdrowienia z poważnego przypadku choroby Leśniowskiego-Crohna, w 2000 roku założył organizację Garden of Life, aby dzielić się wiedzą płynącą z osobistych przeżyć i pomagać innym ludziom cierpiącym na wyniszczające choroby. Oprócz „Diety Stwórcy” Rubin napisał jeszcze dwie książki: „Patient Heal Thyself” oraz „Restoring Your Digestive Health”. Autor mieszka z żoną Nicky i rodziną w Palm Beach Gardens na Florydzie.

.