

Post Daniela - Gregory Susan - Edycja

Gregory Susan

Post Daniela - Gregory Susan -
Edycja

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Zdrowie i uroda

39,95 zł

numer katalogowy: ZD/0014

ISBN: 978-83-7797-601-2

liczba stron: 328

format: 16,5 x 23,5 cm

oprawa: miękka

W tym przewodniku Susan Gregory, ekspert w dziedzinie postu częściowego, inspirowanego Księgą Daniela, pisze:

- Jak pościć w bezpieczny i zdrowy sposób.
- Jak posługiwać się 21-dniowym planem, którego celem jest odzyskanie fizycznego i duchowego zdrowia (można go dostosować do postu o dowolnej długości).
- Jak przygotować zdrowe posiłki, korzystając z produktów dozwolonych podczas Postu Daniela.
- Jak przeżywać post zbiorowy razem ze swoją rodziną i przyjaciółmi.
- Jak nauczyć się słuchać Boga i odkryć Jego plany wobec swojego życia.

Książka Post Daniela zawiera przepisy oraz rozważania na każdy dzień 21-dniowego postu oraz odpowiedzi na najczęściej zadawane pytania. Spróbuj. Przez Post Daniela zyskasz lepszy kontakt z Bogiem, a przy okazji pozbędziesz się zbędnych kilogramów.