

# Dieta Daniela - Don Colbert

Dr. Mark Sircus

Dieta Daniela - Don Colbert

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Zdrowie i uroda

44,90 zł

numer katalogowy: ZD/0021

ISBN: 978-83-8021-093-6

liczba stron: 256

format: 16.5x22.0 cm

oprawa: miękka

rok wydania: 2017

Dieta Daniela nazywana także Postem Daniela, to rodzaj diety odchudzającej, oczyszczającej, ale przede wszystkim leczniczej, opartej głównie na warzywach i owocach. Książka stanowi drugi tom z serii Smaki zdrowia.

Postacią, która zainspirowała ten sposób odżywiania był Daniel - młodzieniec dorastający na dworze Nabuchodonozora II. Odmawiał on spożywania wina, mięsa i innych królewskich potraw. Jadł wyłącznie jarzyny i pił wodę, dzięki czemu wyrósł na zdrowego i silnego mężczyznę, który dożył setki.

Dr Don Colbert, znany i ceniony lekarz, łączący wiedzę medyczną z biblijnym przesłaniem, wziął na warsztat właśnie tę metodę dietetyczną i opracował na jej podstawie program pozwalający osiągnąć harmonię ducha, ciała i umysłu.