

# Post Daniela z uzdrawiającą dietą dr Dąbrowskiej

Ewa Dajka

Post Daniela z  
uzdrawiającą dietą dr  
Dąbrowskiej

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Kulinaria

24,90 zł

numer katalogowy: ZD/0037  
ISBN: 9788327713322  
liczba stron: 175  
format: 145x205 mm  
oprawa: miękka  
rok wydania: 2017

Słynna kuracja oczyszczająca ciało i ducha nareszcie opisana w książce!

Poddaw sługi twoje dziesięciodniowej próbie: niech nam dają jarzyny do jedzenia i wodę do picia (...). A po upływie dziesięciu dni wygląd ich był lepszy i zdrowszy niż innych młodzieńców, którzy spożywali potrawy królewskie (Dn 1,12-15).

Potęę tego biblijnego cytatu potwierdza współczesna medycyna. Post Daniela, dzięki swej prostocie, pomógł już tysiącom osób.

- W książce znajdziesz:
  - 14-dniowy program oparty na diecie warzywno-owocowej dr Ewy Dąbrowskiej, opisany krok po kroku,
  - przepisy na każdy dzień kuracji,
  - wszystkie niezbędne informacje potrzebne do podjęcia postu Daniela (jak się przygotować, kiedy podjąć post, co robić po zakończeniu kuracji),
  - duchowe rozważania ks. Łukasza Piórkowskiego, które pomogą Ci uczynić z postu czas prawdziwej, duchowej odnowy.

Do podjęcia postu Daniela wystarczy Ci ta książka i trochę determinacji. Oczyszczyć ciało i ducha w 14 dni.

Autorka książki, Krystyna Dajka, jest nie tylko entuzjastką postu Daniela, który sama wielokrotnie podejmowała, ale ma także wielki dar praktycznego przygotowywania tej diety i szkolenia na organizowanych od lat turnusach zdrowotnych.

ze Wstępu dr Ewy Dąbrowskiej