

# Św. Hildegarda z Bingen - Po prostu pość

Brigitte Pregonzer

Św. Hildegarda z Bingen - Po  
prostu pość

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Kulinaria

49,90 zł

numer katalogowy: ZD/0165  
ISBN: 9788367925556  
liczba stron: 336  
format: 14 x 20,5 cm  
oprawa: miękka  
rok wydania: 2024

Odkryj uzdrawiającą moc postu św. Hildegardy z Bingen już dziś! Święta Hildegarda od wieków przekonywała o korzyściach płynących z dobrowolnej rezygnacji z tego, co zbędne. Teraz, dzięki bestsellerowej książce Brigitte Pregonzer, możesz zgłębić tę starożytną praktykę, która nie tylko wpływa pozytywnie na zdrowie fizyczne, ale również oczyszcza duszę.

W jej książce znajdziesz praktyczne wskazówki dotyczące wprowadzenia postu św. Hildegardy do codziennego życia, kompletną listę niezbędnych produktów oraz receptur, a także wsparcie w przezwyciężaniu trudności podczas kuracji. Opinie osób, które doświadczyły jego uzdrawiającej mocy, stanowią inspirację dla wszystkich zainteresowanych tą unikalną formą oczyszczania organizmu.

Brigitte Pregonzer, autorka licznych przewodników i ekspertka w dziedzinie terapii postnej, dzieli się swoim wieloletnim doświadczeniem oraz nowoczesnym podejściem do nauk św. Hildegardy. Jej książka to nie tylko praktyczny poradnik, ale także zaproszenie do radosnego życia poprzez odbudowę sił ciała i duszy. Dołącz do setek osób, które odzyskały równowagę i zdrowie dzięki postowi św. Hildegardy z Bingen!