

OBSAH

Předmluva	7
1. kapitola	
Několik slov o vodě	9
Vody je vždy dost!	12
Zázraky vody	12
Vodstvo na světě.	13
Voda vším proniká	14
Horké prameny v kalifornské poušti	14
Niagarské vodopády spějí pomalu k záhubě. ...	17
Člověk nemůže žít bez vody	17
Kuchyňská sůl – sabotér zdraví	18
Voda vyplavuje jedovaté látky z těla	20
Voda je důležitá pro zářící zdraví	21
2. kapitola	
Poselství zdraví, které předběhlo naši dobu	
o 100 let	24
Pitná voda obsahuje škodlivé chemikálie	25

3. kapitola

Šokující pravda o vodě	27
Anorganické kontra organické látky	29
Škodlivé anorganické soli v pitné vodě	31
Fluor je smrtelný jed.	33
Historie pozadí fluoridace pitné vody	34
Nepijte vodu s příměsí fluoridu sodného!	36
Žijeme v nemocném světě.	39
Jen málo lidí zná význam zdraví	42
Zázračný mechanismus lidského těla	43
Kornatění tepen	48
Mozky, které se mění v „kámen“.	51
Moje první zkušenosti s tvrdou vodou	54
Tuberkulóza v mém dětství	60
Tajemství dešťové a sněhové vody	62
Odměna za zdravý způsob života.	63
Moje první dva případy.	63
Přírodní cesta	69
Kameny uvnitř našeho těla	70
Žlučové kameny – klidné a aktivní	71
Ledvinové kameny	73
Nepijte minerální vodu	76
Co je dna?	77
Ovoce a zelenina – nejlepší dary přírody	81
Artritida a revmatismus	82
Pohybová cvičení	86
Nenechte svůj mozek zkamenět!	89
Patříte již do „starého železa“?	91
Jak funguje mozek	93
Mozek potřebuje velmi dobrou výživu.	96
Minerály organického původu jsou životně důležité	96

Organické minerálie vytvářejí člověka	98
Stopové prvky	99
Z čeho se skládá člověk?	99
Alkalické a zásadotvorné látky	102
Železo – nositel kyslíku v krvi	105
Jak vykonávají rostliny svoji práci	105
Železo je důležité v těle rostlin, zvířat a lidí . .	106
Každý prvek je důležitý	109
Sodík je silné rozpouštědlo	110
Červená řepa prodlužuje život	111
Sůl zabíjí pomalu, ale jistě	113
Nadváha, otylost, vodnatelnost a otoky	114
Nesprávné informace o soli	116
Voda, obsahující anorganické látky, způsobuje zkamenění lidí	120
Zbytnění kostí a zvápenatění kloubů	122
Test zvápenatění	123
Zvápenatělé nehty na nohou a rukou	125
Špatné držení těla, způsobené anorganickými usazeninami	125
Bolesti v zádech – metla lidstva	127
Přehledka žijících mrtvol	128
Mořská voda jako nápoj	130
Mořské řasy obsahují živiny z moře	131
Praskání cévek	131
Studené nohy a studené ruce	132
Cviky pro zdraví nohou	134
Hučení v hlavě, zvonění v uších	135
Následky pro oči	136
Přírodní strava zlepší váš zrak	138
Čistá krev	139

4. kapitola	
Největší tajemství zdraví na světě	143
Čerstvé ovocné a zeleninové šťávy čistí tělo.	144
Nechť je přírodní strava vaším lékem	147
Zotavení vašich 260 chuťových pohárků	150
Nejezte příliš mnoho masa	150
Pijte pouze destilovanou vodu.	152
Jak je to s dešťovou vodou?	153
Zabránění procesu kornatění tepen	156
Naše „cesty za zdravím“ kolem světa	157
Velká očista těla pomocí melounů	157
Moje předpověď	159
Průměrný věk – délka života	161
Pohyb je pro zdraví velice důležitý	162
Buďte svým vlastním pánem	163
Pohoda, bezpečí a štěstí pro vás	165
Prevence je lepší než léčba	166
Jakou zátěž může tělo vydržet a přesto přežít?	168
Trvalá mladistvá svěžest patří vám	170
5. kapitola	
Dodatek	175
Nová éra osobní ekologie	175
Biochemici jsou šokováni laboratorními výsledky	176
Otrava těla potravou a vodou	176
Aminokyseliny jsou nezbytné pro život	178
Ochranná akce v osobní ekologii.	179
Politické akce na ochranu životního prostředí	180
Co může udělat jednotlivec?	181
Objasněme několik omylů.	182

Co je „čistá voda“?	182
Co je destilovaná voda?	184
Komentáře	185
Dotazy a odpovědi	187
Voda – pohled na současnou situaci.	191
Čistá voda – předpoklad zdraví	191
Pijte pouze čistou vodu	195
Celkové zdraví pro celého člověka	197
Desatero pro zdraví	199
Najděte si čas na 12 věcí.	200
K zamyšlení	201
Poselství autorů	203
O autorech	204
Rejstřík.	212