

OBSAH

Úvod	7
Čisté střevo, výběr stravy - základem je zdraví	10
Sedm kroků ke zdraví	15
Sedm zákonů přírody	27
Chvála klystýru	32
Proč lidé brzy umírají, stále jsou nemocní a neznají příčinu svých neduhů?	37
Oddělená strava	40
Ema má maso, my máme maso, ó my se máme	45
Ovoce a zelenina (šťávy)	51
Chléb náš vezdejší...	58
Dieta a nadváha	62
Energie a dlouhověkost	66
Cholesterol a vysoký krevní tlak	69
Pohyb a cvičení	73
Sexualita a léčení pohlavní slabosti	78
Vínečko bílé, jsi od mé milé...	82
Veselá mysl - půl zdraví	87
Lékař kontra léčitel	92
Zooterapie	96
Hygiena úst, nosu, uší a očí	98
Výplach žaludku	103
Léčení hladem	104
Urinoterapie	118
Biorytmologie	132
Voda a vodoléčba	139
Živá a mrtvá voda	146
Mumio	152
Vitamíny, minerálie, enzymy	156
A lidem dal pak Bůh všelikou bylinu	162
Kosmetika za groš	188
Různé, ale důležité	200