



RÜDIGER DAHLKE

Desintoxicar e Relaxar

Caminhos Naturais de Purificação

Cultrix

Resumo de Desintoxicar e Relaxar

O médico e autor de best-sellers Rüdiger Dahlke apresenta uma visão panorâmica dos mais diferentes métodos de desintoxicação do organismo e explica os inter-relacionamentos mais profundos entre o corpo, a mente e o meio ambiente. Segundo ele, só quem desintoxica regularmente o corpo pode reagir de maneira natural ao stress, às conseqüências da poluição ambiental e aos abusos na alimentação; prevenir doenças e alergias é continuar saudável e cheio de energia. Neste livro, todos os tratamentos naturais conhecidos são examinados, verificando-se a capacidade que têm de eliminar as substâncias nocivas do corpo.

O grande mérito da medicina experimental é ter pesquisado esse procedimento por muitas gerações. No momento, não é importante comprovar esses tratamentos do ponto de vista científico. Decisivos são os seus sucessos terapêuticos. Desintoxicar e Relaxar é um conselheiro valioso para todas as pessoas que adoecem devido a problemas do meio ambiente, pois pode ajudá-las a obter a cura.

O livro é ótimo para que se faça algo pela própria saúde usando os métodos de jejum apresentados pelo autor. O bom em tudo isso é que a saúde é tão contagiosa como a doença.

E como a mente controla a matéria e não a matéria a mente, ficamos em condições de criar uma nova realidade para nós - uma realidade livre de toxinas que nos dê condições de viver cada novo dia com uma nova perspectiva, deixando o de ontem para trás. Esta é uma obra abrangente e prática para todas as pessoas que queiram eliminar os resíduos nocivos do corpo de maneira natural e consciente.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)