

Spis treści

Od redakcji	5
Globalna nauka o głodowaniu	9
Nauka Ameryki, Francji, Niemiec... I dlaczego nie Jugosławii?!	9
Rozdział 1. Czym jest głód? Czym jest apetyt?	15
Rytmiczne oddychanie Suworina	30
Rozdział 2. Pierwsze w każdym leczeniu	33
Masaż Suworina	40
Rozdział 3. Leczenie głodówką chorób konstytucyjnych i zakaźnych	49
Magnetyzm jest substancją myśli i doznań człowieka	56
Elektryczność to siła życia. Magnetyzm to siła myśli	65
Elektryczność. – „Od” – Magnetyzm	66
Magnetyzm – Astral (dusza ludzka) – Głodówka	73
Przy łóżku chorego	117
Drzewo życia i śmierci	135
Rozdział 4. Kto, kiedy, ile i jak musi pościć, żeby stać się zdrowym człowiekiem?	141
Co w głodowaniu było zupełnie nieznanne w medycynie przede mną?	141
Rozdział 5. Leczenie głodówką chorób wieku podeszłego ...	167
Wada serca jest wadą pozorną	168
Rozdział 6. Wnioski z powyżej opisanego	183
Trzy ogólne zasady głodówki	184
Porada roztropności	185
Przed głodówką	187
Jak wypędzić tasiemca?	188
Rozdział 7. Praktyka głodowania	193
Przewodnik po głodówce – przez dni i tygodnie	220
Zakończenie głodówki i rozpoczęcie jedzenia	225

Kasza gryczana	229
Kasza dyniowa z ryżem	229
Tryb życia po głodówce	229
Salatki	232
Rozdział 8. Ku szczególnej uwadze	235
Główne tezy tej książki	236
Addenda 1. Masaż Suworina	238
Pierwsza trójka	239
Druga trójka	240
Trzecia trójka	241
Addenda 2. Człowiek widzialny i niewidzialny (według Ch. Lancelina)	242