

# Člověk a výživa



[Rudolf Hauschka](#)

Člověk a výživa - Rudolf Hauschka ke stažení PDF Pozemská a kosmická strava, praktické dietetické pokyny. Autor ve svých pojednáních o působení jednotlivých druhů potravin na tělo, duši a ducha vychází z nauky a metod Rudolfa Steinera. Kniha vysvětluje, jaký je rozdíl mezi pozemskou a kosmickou výživou a proč je ten rozdíl tak důležitý. Zjistíte např. jaký je vztah člověka k cukru a soli, k mléku a medu, kávě, čaji, alkoholu, kdy člověk sahá po cigaretě a mnoho dalších zajímavých souvislostí.

