

Топ 10 книг від Сергія Луцького

Еллен Уайт “Служіння зцілення”

У пропонованій книзі автор, жінка з великим досвідом щодо практичних питань життя, особливим чином наділена рідкісною проникливістю і знанням, надає кожному батькові й матері, кожному чоловікові й жінці, фахівцеві та нефахівцеві, обширний фонд інформації з питань життя і його законів, здоров'я та його передумов, хвороби й ліків від неї, захворювання душі та цілющого бальзаму Гілеяда.

Вернон Фостер “Новый старт”

Якщо ви хочете зберегти здоров'я або замислюєтеся над тим, як його відновити, – ця книга для вас. Якщо вам здається, що вже не повернути колишню силу м'язам, гостроту зору і ясність пам'яті, не впадайте у відчай! Все ще можна поправити, взяти новий старт у житті.

Книга “Новий старт” показує, як можна почати жити по-новому вже сьогодні. Незалежно від того, як ви ставилися до свого здоров'я раніше, ви можете почати все спочатку і якщо не повністю відновити втрачене, то принаймні повернути хоч щось і знову знайти радість здорового життя.

Дорес Юджин Робінсон “История нашей вести о здоровье”

Ця книга переносить читача в часи зародження Церкви адвентистів сьомого дня. Це був час, коли в суспільстві переважало невігластво відносно фізіології та гігієни. Історія про те, як Бог вів Свій народ до розуміння законів природи, які Він встановив для управління людським організмом, захоплює. Книга відкриває, який вплив справила робота адвентистів на медичну практику в цілому і на звички харчування багатьох людей по всьому світу.

Вільям Дайсінгер “Небесный образ жизни сегодня”

Мета даної книги – активізувати діяльність в області санітарної освіти, саме тому в ній вільно співіснують факти і філософські роздуми. Найважливіша думка – це те, що необхідно навчитися жити освяченим життям тут на землі, готуючись до вічності на небесах. Поряд з цим особливо наголошується такий факт: формування характеру – єдиної цінності, яка перейде з людиною із земного життя в небесну, – відбувається в процесі повсякденних життєвих рішень, що приймаються людьми день у день.

Окрім біблійного погляду, дана книга містить опис сучасних наукових досліджень в області медицини і здоров'я.

Еллен Уайт “Поради щодо їжі та харчування”

Еллен Уайт у своїх працях ясно вказувала на зв'язок між їжею, яку ми споживаємо, та нашим фізичним і духовним станом. Починаючи з 1863 року у своїх лекціях і письмових працях вона часто говорила про важливу роль харчування. Її поради, викладені в журналах, брошурах, книгах, особистих свідченнях, продовжують справляти великий вплив на спосіб харчування не тільки адвентистів сьомого дня, а й опосередковано на багатьох інших людей.

Письмові свідчення Еллен Уайт щодо їжі та здорового харчування були зібрані в одну тематично укладену книгу.

Вінстон Дж. Крейг “Питание и здоровье”

Книга про здорове харчування від професора дієтології, завідувача кафедри харчування і здоров'я в Університеті Ендрюса (Мічиган).

Джордж Памплон-Роджер

Автор книги пропонує опис основних органів і систем людського організму, а також дає практичні поради про те, як зберегти їх у здоровому стані. Організм людини є цілісним за своєю

природою, в якому всі органи і системи взаємопов'язані; ось чому так важливо дбати про кожного з них.

Едвін Нойс “Коварство мистической медицины”

Книга розкриває серйозну духовну небезпеку, яка криється в глобальному русі “Нове століття”. Цей рух об'єднує традиційні методи лікування і різні містичні цілющі прийоми. Подібна практика є правою рукою для поширення неоязичництва – релігії “Нового століття”. Ця книга пояснює, в чому полягає небезпека залучення в холістичний рух “Нове століття”. Тут докладно розказано про пастки, які використовує сатана в сфері здоров'я і зцілення, і представлений християнський погляд на нетрадиційні методи лікування.

Олексій Хацинський “Секреты здоровья и долголетия”

Книга має 365 тем для щоденного читання на 700 сторінках. Мета книги – познайомити з принципами здорового способу життя, дати зрозумілі практичні поради по оздоровленню тіла, душі і духа. У кожному розділі є пізнавальний матеріал, поради по здоров'ю, рецепти, опис процедур, історії людей, які застосовували ці засоби лікування.

Ден Бюттнер “Правила долголетия”

Багато людей хочуть жити якомога довше, але всіх лякає старість. Занадто завзято культивується образ молодості в сучасному суспільстві. Похилий вік вважається запорукою немочі. Однак на Землі є як мінімум чотири “блакитні зони”, жителі яких відрізняються завидним довголіттям, і при цьому здоров'ям і життєлюбством. Ден Бюттнер з командою дослідників провів кілька експедицій в кожен з цих регіонів і з'ясував, які обставини від раціону харчування до життєвих установок цьому сприяють. Висновки книги універсальні. Для того, щоб почати користуватися порадами з книги, не обов'язково народитися в “блакитній зоні”. Уже завтра читач може застосувати прості прийоми, які додадуть йому кілька років життя.

Джерело – uati.adventist.ua