

## Obsah:

Úvod k českému vydání od Juraje Hajdu	8
Krátká biografie Prof. Arnolda Ehreta	10
Předmluva Freda Hirsche	14
Lekce I      Obecné základní principy	16
Lekce II      Latentní, akutní a chronické nemoci Nejsou více záhadou	20
Lekce III      Diagnóza	23
Lekce IV      Diagnóza, 2. část	28
Lekce IVa      Magické zrcadlo	33
Lekce V      Rovnice života, <i>Tajemství vitality</i>	42
Lekce VI      Nová fyziologie	49
Lekce VII      Nová fyziologie, 2. část	53
Lekce VIII      Nová fyziologie, 3. část	57
Lekce IX      Nová fyziologie, 4. část	61
Lekce X      Přehled všech ostatních léčebných systémů a jejich nestranné a nezaujaté zhodnocení	65
Lekce XI      Zmatek v dietologii	70
Lekce XII      Zmatek v dietologii, 2. část	74



Lekce XIII	Zmatek v dietologii, 3. část	79
Lekce XIV	Tabulky Ragnara Berga	82
Lekce XV	Přechodová dieta	94
Lekce XVI	Přechodová dieta, 2. část	100
Lekce XVIa	Přechodová dieta Vegetariánské recepty	108
Lekce XVII	Půst	123
Lekce XVIII	Půst, 2. část	127
Lekce XIX	Půst, 3. část	131
Lekce XX	Půst, 4. část	136
Lekce XXI	Destruktivní civilizační dieta a Bezhlenová dieta - přirozená lidská strava	140
Lekce XXII	Sex	147
Lekce XXIII	Sex, 2. část	152
Lekce XXIV	Posílení vylučování tělesnými kúrami	158
Lekce XXV	Odkaz Ehretistům	165
	Návod na Ehretovu „Střevní Metlu“	170