

Sumario

Dedicatoria	9
Introducción	11
Prefacio	15

PARTE I

¿De dónde venimos en cuanto a salud?

1. Enfermedades degenerativas experimentales	21
2. Enfermedades degenerativas en los «primitivos»	27
3. Mi experiencia personal con los pueblos primitivos .	33
4. Lecciones de los «viejos»	39
5. Los adventistas del Séptimo Día	45

PARTE II

Cambios negativos medioambientales

1. Documentos del declive en nuestra alimentación ...	51
2. ¿Qué significado tienen las DDR?	79
3. Azúcar agridulce	93
4. Ataques cardíacos - La plaga moderna	101
5. Salud, luz y el espectro electromagnético	125
6. Fármacos, teoría del bacilo y balas mágicas	133
7. ¿Es mejor vivir gracias a la química?	149
8. Iones negativos - Las vitaminas del aire	165

PARTE III

Nuevas direcciones innovadoras

1. Ecología clínica	171
2. Leyes de la ecología	203
3. Crímenes violentos	205
4. Pequeñas cosas que significan mucho	213
5. Mecanismos de desarrollo de las enfermedades degenerativas	227
Conclusiones	233
Apéndice I: Medidas generales	237
Apéndice II: Diferencias entre la harina de trigo entera y la harina blanca	241
Apéndice III: Suplementos de vitaminas minerales	245
Apéndice IV: Dietas rotatorias contra la alergia alimentaria	251
Lecturas recomendadas	259