

OBSAH

| | |
|--|----|
| Předmluva | 5 |
| Poděkování | 8 |
| První osobní setkání. | 11 |
| Co způsobuje medová hmota? | 12 |
| Typické civilizační choroby naší doby souvisí s detoxikačními potížemi. | 16 |
| Stres vyčerpává předčasně životní energii | 16 |
| Dobrého zdraví můžeme dosáhnout, pokud budeme posilovat svou životní energii. | 17 |
| Předcházení namísto oprav. | 18 |
| Každá doba má své typické choroby. | 20 |
| Dnes vznikají naprosto nové choroby, které člověk dříve neznal | 20 |
| Příčiny chorob působí často společně a vzájemně se zesilují | 21 |
| Nádoba někdy přeteče | 21 |
| Dnes jsme vystaveni nepřehlednému množství jedů | 23 |
| Naše tělesná obrana nemá žádnou speciální odpověď na účinky moderních jedů. | 24 |
| Normální cesty vylučování střevy, ledvinami, plicemi a pokožkou většinou již nestačí. | 25 |
| Tělo hromadí jedy, kterých se neumí zbavit. | 25 |
| Školní medicína bojuje se symptomy. | 26 |
| Nejvyšším cílem je obnovení původní detoxikační schopnosti organismu. | 27 |
| Jak můžete své tělo nejlépe zbavit jedů. | 28 |
| U kterých chorob se medová masáž zvláště osvědčuje? | 31 |
| Kdy byste medové masáže používat neměli. | 33 |

| | |
|---|----|
| Zpočátku může dojít ke zhoršení stavu | 34 |
| Na co byste měli ještě při používání medových masáží dbát | 35 |
| Jak často můžete medovou masáž používat | 36 |
| Doba trvání masáže | 37 |
| Medová masáž – konkrétní postup | 37 |
| Masážní stůl | 38 |
| Co dál ještě potřebujete pro medovou masáž | 39 |
| Rozdílné masážní techniky | 44 |
| Technika rolování prstů | 45 |
| Čím medová masáž působí? | 47 |
| Role včelího medu při medové masáži | 47 |
| Masáž: Pozornost tělesné úrovni a přece mnohem víc | 57 |
| Několik základních pravidel pro provádění medové masáže | 62 |
| Záda: místo, na němž se vybouří pocity a konflikty | 64 |
| Medová masáž působí prostřednictvím reflexních zón na zádech léčivě na jednotlivé orgány | 68 |
| Medová masáž a další metody přírodního léčení – srovnání | 73 |
| Jak vnímají medovou masáž pacienti. | 74 |
| Zprávy o uzdravení | 76 |
| Rejstřík | 86 |