

# Obsah

Úvod .....	5
Předmluva .....	7
Poděkování .....	9
1. Můj příběh .....	12
2. Česká Amazonka .....	22
3. A co naši muži? .....	34
4. Naše ženská tvořivost je vlastně naše poslání .....	42
5. Léčíme naše matky a inspirujeme naše dcery a syny .....	46
6. Jídlo jako prostředek pro náš růst .....	52
7. Praktické kroky k obnově naší intuice .....	60
Encyklopedie metod a pomůcek pro vnitřní rovnováhu .....	61
Mamma HELP .....	82
Naše bistra .....	85
Naše kurzy .....	86
Nabídka našich kurzů .....	87
Recepty na očisty .....	88