

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, plícemi 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