

OBSAH

Předmluva 9

1. Léčba nadváhy 13
2. Povzbudit svůj organismus 25
3. Zlepšit svůj spánek 40
4. Zbavit se všedních starostí 51
5. Jak bojovat proti infekčním nemocem 62
6. Poznejte návyky, které zachraňují a léčí 78
7. Jak se sexuálně rozvíjet 91
8. Stres a deprese 106
9. Trénujte svůj mozek 126
10. Magnetismus, jasnovidectví, záhadná uzdravení 144

Doslov 171

Poděkování 185

Bibliografie 186