

OBSAH



Věnování	5
Předmluva od Sarah, vévodkyně z Yorku	9
Poděkování	11
Můj příběh	13
Úvod	19
Část I Pochopme zdroj své síly	29
1 Energie je důležitá	31
2 Jak využít energie kolem nás	37
Část II Síla domova	55
3 Očistěte svůj domov!	57
4 Odstraňte stagnující energii	61
5 Omezte vliv elektromagnetických polí	69
Část III Tajné nástroje účinné očisty	73
6 Hydroterapie: síla horké a studené vody	75

7	Příprava na očistu	85
8	Jak vyčistit střeva a osvobodit se od minulosti	101
9	Jak pročistit játra a naučit se zvládat vztek	111
10	Jak vyčistit ledviny a zbavit se pocitů viny a nevraživosti	119
Část IV Tajná síla mysli a emocí		125
11	Očista těla od negativních pocitů	127
12	Naučte se ovládat emoce	137
13	Práce s osobním energetickým polem	149
14	Síla čistoty myšlenek	167
Část V Lidská tajemství		185
15	Síla výměny pozitivních energií	187
16	Síla ochrany	201
17	Šetřeme energií	209
Část VI Tajemství skutečného omlazení		213
18	Omlazující dieta	215
19	Superpokrmky a doplňky stravy	231
Závěr		241