
OBSAH

Úvod	1
1. První krok	7
2. Meditace - <i>Co je podstatou tiché léčitelky</i>	14
3. Meditace - <i>Umění meditace v praxi</i>	28
4. Relaxace - <i>Klíč k přiměřenému chování</i>	38
5. Pozitivní myšlení - <i>Síla myšlenky</i>	48
6. Jak překonat bolest - <i>Vždyť je to jenom bolest!</i>	68
7. Výživa - <i>Zásady a logický přístup</i>	82
8. Výživa - <i>Praktické otázky - správná výživa a její příprava</i>	99
9. Příčiny rakoviny - <i>Je to všechno otázka psychiky - anebo ...?</i>	132
10. Jak se bránit stresu - <i>Poznáním a láskou</i>	147
11. Smrt a umírání - <i>Neoddělitelná součást života</i>	160
12. Principy uzdravování - <i>Zdraví v rovnováze</i>	174
13. Tajemství uzdravování - <i>Zpráva o věcech neobvyklých</i>	181
14. Tajemství života - <i>Základna pro život</i>	195
Závěr	203
Dodatky	211
Seznam literatury	221
Doporučená literatura	222