



10

Proč detoxikace?

Důležité postavení detoxikace mezi dalšími ozdravnými postupy



34

Detoxikace těla

Trojstupňový program, průřez nejdůležitějších terapií, potravin a doplňků stravy



86

Detoxikace mysli

Programy a terapie na očištění od negativního myšlení



104

Detoxikace duše

Meditace a cvičení, která povzbuzují duši

120 Slovníček pojmů

122 Seznam literatury

123 Užitečné adresy

124 Rejstřík

128 Poděkování