

OBSAH



Úvod 8

I VÝKONNÝ SYSTÉM ČAKIER 10

- 1 Prehľad čakier 12
- 2 Práca s čakrami 36

II VYLIEČTE SI ČAKRY 54

- 3 Bežné symptómy a ochorenia 56
- 4 Liečebné prostriedky a postupy 89

Príloha A: Jogové pozície 150

Príloha B: Kryštály 162

Odporúčaná literatúra 179

Použitá literatúra 180

Register 181

Podakovanie 188

O autorke 189