



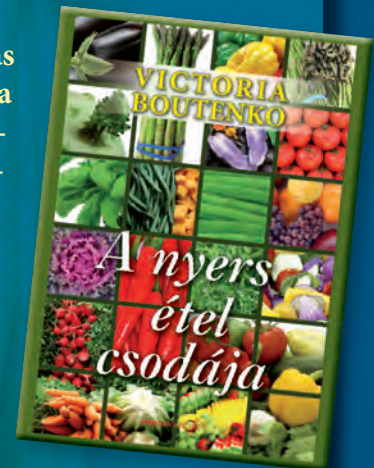
VICTORIA BOUTENKO: A NYERS ÉTEL CSODÁJA

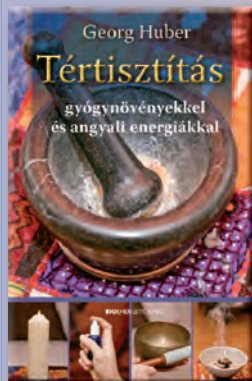
„A találmány atyja a kételkedés.” (Galilei)

Az élet több, mint az étel, s az étkezés több, mint táplálkozás – eddig azonban kevesen tudták, mi fán terem a nyerskoszt, s ha már terem, miért olyan gyümölcösöző a hatása. Boutenko kötetében valódi hús-vér emberek osztják meg velünk tapasztalataikat: hogyan közelítettek először gyanakodva az élő étrendhez, hogyan küzdötték le a megszokott főtt ételektől való tartózkodás miatt jelentkező elvonási tüneteiket, s rövid időn belül hogyan gyógyultak meg különféle betegségeiből, miként javult lelkiállapotuk, szellemi teljesítőképességük. Egyáltalán, milyen lenyűgöző élmény megtapasztalni: végre jól érzem magam a bőrömben! Megkapó vallomások, igazán szép, emberi pillanatok ezek!

Szervezetünk genetikailag arra van programozva, hogy az ételmet a lehető legtisztább formában vegye magához és dolgozza fel. Ha ez nem így történik, felborul az egyensúly és kialakulnak a különböző hiánybetegségek. A természetes formában magunkhoz vett ételek megőrzik értékes tápanyagaikat, vitaminjaikat és enzimeiket, azért, hogy azokat nekünk ajándékozzák.

Higgyük el, testünk pontosan tudja, mire van szükségünk, folyamatosan küldi a jelzéseket, mit kíván, mit igényel. Talán csak annyi kellene, hogy merjünk merészek lenni és szakítani a „normális” étkezési szokásokkal, ha úgy érezzük, nem vágyunk a főtt ételre, mert jól elvagyunk nyerskoszton. Talán csak bátorságot kell vennünk hozzá, hogy a saját fejünk után menjünk és magunkra hallgassunk, amikor meg kell válaszolni a kérdést, mi a jó nekünk.





Georg Huber: Tértisztítás

gyógynövényekkel és angyali energiákkal

Az energetikai tértisztítás egyszerűen elsajátítható és kivitelezhető módszerei, füstölők, szimbólumok, angyali energiák alkalmazásával. Segítségükkel pozitív töltetű varázsolhatjuk életünket, környezetünket.

Ára: 990 Ft

ÚJONSÁG



Náráján Csöjin Dordzse: A jóga-neti kézikönyve

Éltető, szabad légzés orröblítéssel

A könyv az orröblítést - a só és a víz gyógyító erejének alkalmazásán alapuló módszert - mint az orrdugulás, a szénanátha, az asztma vagy a legkülönbébb allergiás panaszok orvoslását, a mindennapi egészségmegőrzés eszközt mutatja be.

Ára: 1450 Ft



Ohashi: Shiatsu másként

Ohashi akupresszúra-módszere

Az ohashiatsu egyedi akupresszúra módszere holisztikus felfogásával a teljes emberre összpontosít, nem csupán a tüneteket kezeli, hanem az egész szervezetet feltölti energiával. Az elmélet helyett a gyakorlatra helyezi a hangsúlyt, s a masszőr számára is kedvező hatásokat ajándékoz.

Ára: 2800 Ft



Laura Tuan: Csakrák

Az energiaáramlás hét kapuja

Testünkben hét fő csakra található, melyek rezgéstartománya egy-egy meghatározott drágakóval társítható. A könyvhöz mellékelt kövek segítségével megismerhetjük és kiaknázhajtuk csakráink tulajdonságait, helyreállíthatjuk azok energetikai egyensúlyát, hogy teljesebb és harmonikusabb életet élhessünk.

Ajándék drágakövekkel! Ára: 2300 Ft



Lénárt Gitta:

Élő édességek könyve

Kreatív receptgyűjtemény inycsiklandó, karcsú vonalainkat nem veszélyeztető édességek összeállításához. Ezek a deszertek sütés-főzés nélkül, liszt, tojás, tejtermék és fehércukor mellőzésével készülnek, s megőrzik a gyümölcsökben és olajos magvakban található értékes tápanyagokat, enzimeket.

Ára: 2440 Ft



Pierre Franckh:

Kívánjunk karcsúságot!

11 tipp az ideális testsúly eléréséhez

Franckh nyíltan kimondja: a felesleges kilóktól megszabadulni márpedig egyszerű, mi több, lehetséges! A kötet rámutat, a fogyás a fejben kezdődik, így elegendő csupán átírnunk régi, hibás meggyőződéseinket és elképzeléseinket, s újrarendezhetjük vonalainkat!

Ára: 2300 Ft