

Indice

9	Introduzione
15	Vivi l'attimo fuggente e cambia i tuoi paradigmi!
17	Il nuovo paradigma sui batteri
20	Esiste una sola malattia: l' <i>acidosi</i>
26	L'equilibrio acido-alcalino
30	Effetti dell'acidosi
34	L'acidosi non si cura con gli antiacidi ma con gli alimenti
37	L'acqua nel nostro corpo
40	L'importanza del sale
44	Alimenti alcalinizzanti e acidificanti
48	Il latte è tossico
51	La pericolosità delle proteine animali
53	Alimenti formanti muco
57	Il fenomeno della disidratazione
61	L'acqua che beviamo è acida
63	Il problema del cloro
65	Cos'è un antiossidante
67	Il potenziale redox
69	Sistemi tampone dell'organismo
71	Acqua Kangen: acqua antiossidante
74	Acqua Kangen: acqua alcalina
77	Acqua Kangen: acqua microclusterizzata
79	Acqua Kangen e acidi dello stomaco
82	Acqua Kangen: acqua piena di energia
84	Il fattore enzima di Shinya
86	Perché l'infiammazione è importante
89	Soluzioni per l'elettrosmog
95	L'importanza della messa a terra
99	La causa profonda della malattia: il conflitto
102	La memoria dei conflitti
106	Il linguaggio del corpo e le memorie

111	Il nostro inconscio: i 7/8 della realtà
115	Il concetto di benattia
118	Vivere la benattia
121	Il significato del dolore
124	La consapevolezza
126	Ho'oponopono
131	Ti amo. Grazie
138	La responsabilità
143	La ricetta finale per il benessere
147	Bibliografia