

Inhalt

Verzeichnis der Indikationen	10
Vorwort zur aktuellen Auflage	13
Die Methode und Hinweise zu den Gitterpflastern	18
Hinweis zum Buch	19
Altbewährt und neu entdeckt: Die Gitterpflastermethode	20
Was ist ein Gitterpflaster? / Gitterpflastergrößen	23
Energie, Ladung und Selbstheilungskräfte	25
Gesundheit und Krankheit aus energetischer Sicht	26

So werden die Gitterpflaster richtig aufgeklebt	28
Drei Schritte bis zum perfekten Aufkleben	29
Bitte beachten Sie / Richtiges Vordehnen	30
Wichtige Anwendungshinweise	31
Praktische Fragen und Antworten rund um die Gitterpflaster	32
Wichtige Hinweise für Babys, Schwangere und Problemhaut	36
Zusammenfassung	39
Anwendungsbeispiele von A – Z	40