

Úvodní slovo .....	2
MUDr. J. Jonáš, zakladatel metody .....	2
Čínská medicína .....	3
Toxické látky nacházející se v organismu .....	4
Cesta pentagramem	
Okruh ledviny a močový měchýř .....	5
Okruh játra a žlučník .....	6
Okruh srdce a tenké střevo .....	8
Okruh slezina, slinivka a žaludek (lymfatický systém) .....	9
Okruh plíce a tlusté střevo .....	12
Nervový systém .....	14
Vyšetření přístrojem Salvia .....	16
Detoxikační postupy a likvidace případných čistících reakcí	
Dráha ledvin a močového měchýře .....	17
Dráha jater a žlučníku .....	18
Dráha srdce a tenkého střeva .....	19
Dráha sleziny, slinivky a žaludku .....	20
Dráha plic a tlustého střeva .....	21
Detoxikace nervového systému .....	23
Podpora imunitního systému, obecné očisty .....	23
Plnohodnotná nezahleňující strava .....	24
Příklady detoxikace .....	25
Můj osobní příběh .....	27