

# OBSAH

1. **VŠECHNO JE JINAK** .....9  
Prověřené zkušenosti. Komplexní chápání života.
2. **ZÁKON NAD ZÁKONY** .....12  
Řád Vesmíru – Jednotný princip. Hvězdice pěti proměn energie. Svět je nemocen. Zdravé východisko. Vývojové spirály. Všechno je energie.
3. **TO NEJDŮLEŽITĚJŠÍ Z ŘÁDU VESMÍRU**.....23  
Standardní makrobiotický režim. Podrobnější praktické informace obecného charakteru. Spirálový pohyb různých kvalit energií.
4. **ZÁKLADNÍ POZNATEK: ROSTLINNÁ ENERGIE  
JAKO NEJVYŠŠÍ ENERGETICKÁ KVALITA**.....28  
Jednoduché praktické poznatky pro běžný život. Znalost polarity. Jednota vnitřku a vnějšku.
5. **SAMOZŘEJMOST, BOHUŽEL ČASTO OPOMÍJENÁ**...34  
Návrat k základům bytí. My a chemie. Buněčná paměť. Zvyk je železná košile. Ještě stručně o chorobách. O různém. Všechno se vším souvisí.
6. **JAK JEDNODUŠE PRACOVAT SE ZÁKONITOSTMI  
ŘÁDU VESMÍRU** .....42  
Schéma jako abeceda pro začátečníky. Jídelníček. Schéma pro pokročilé. O polaritě pro pokročilé. Pár drobných zajímavostí. Co jednomu zatěžko, všem dohromady snadno. Celek tvoří jednotu.
7. **HŘÍCHY A PROHŘEŠKY** .....53
8. **ZÁKONITOSTI ŘÁDU VESMÍRU  
A ALBERT EINSTEIN** .....57  
Skutečná realita světa. S Vesmírem je třeba žít v míru.
9. **VESMÍRNÁ PSYCHOTERAPIE?** .....66

10.	HVĚZDICE – POHLED SOUČASNÉ VĚDY .....	70
	Systémy. Vztahy. Všechno je jinak. Werner Heisenberg.	
11.	HVĚZDICE A TRADIČNÍ ENERGETICKÁ MEDICÍNA .....	75
	Struktura a forma. Určité zákonitosti. Cyklus energie tvořivé. Cyklus kontrolní. Příklad. Cyklus nevhodný. Cyklus destruktivní. Několik praktických příkladů z přírody. Upozornění.	
12.	ENERGIE DŘEVA (STROMU) .....	92
13.	ENERGIE OHNĚ .....	98
	Ale k věci. Leukémie. Krev je naše nejcennější tekutina. Biochemie našeho těla. Potrava řídí váš osud.	
14.	ENERGIE ZEMĚ .....	107
	Podrobněji o energii země. Nic není absolutní. Energie země a chutě. Geografická energie. Ke kvalitě a kvantitě potravy. Tělesné aktivity. Živočišná potrava. Shrnutí. Příčiny onemocnění žaludku. Onemocnění sleziny. Působení energie země.	
15.	ENERGIE KOVU .....	120
	Charakteristiky, které podpoří představivost.	
16.	ENERGIE VODY .....	123
	Důležité dodatky. Nic není absolutní. Nepřečeňovat jednotlivosti. Přebytky tekutin.	
17.	DODATKY K PRÁCI S HVĚZDICÍ .....	128
	Nepřiměřená aktivace některé z energií. Několik myšlenek ze zahraničních textů.	
18.	PRAXE, PRAXE, PRAXE .....	132
	Všech pět fází na jednom talíři. Dietetická doporučení pro 1. etapu. Ještě dvě obecné rady. Nakonec úsměvy a zákon jako dobrodružství.	
19.	DALŠÍ HRÍCHY A PROHŘEŠKY .....	146
20.	PSYCHOTERAPIE PODRUHÉ .....	152
	Nová terapie. Náročná spolupráce.	
21.	TECHNOLOGIE PŘÍPRAVY STRAVY PODLE ENERGIÍ .....	158
	Z hlediska dvou základních. Z hlediska pěti energetických fází.	
22.	ROVNOVÁHA PĚTI CHUTÍ .....	165

23. DIAGNOSTIKA A VZTAHY PODROBNĚJI .....	168
Barva. Zvuky. Nepřímá podpora orgánů. Roční období. Nejlepší cesta. Omyl, který se stal módou. Závěr.	
24. PSYCHICKÉ STAVY, EMOCE, CHOVÁNÍ A TYPY V PŘÍKLADECH .....	177
25. NĚKOLIK DOPLŇKŮ, UŽ JEN V HESLECH .....	179
26. ÚSPĚCHY PŘIBÝVAJÍ .....	182
První důkazy. Pozitivní zkušenosti. Ověření účinnosti. Některé důkazy o fungování. Potvrzení teoretických předpokladů. Jak září hvězdice u nás?	
27. ŽIVOT V HARMONICKÝCH ENERGIÍCH .....	193
28. KDE TO ŽIJEME MY? .....	198
29. NALÉHAVÉ OTAZNÍKY MÍSTO ZÁVĚREČNÉ TEČKY .....	204
Krise zdravotnictví. Krize moderní medicíny? Prevence a přechod k energetické medicíně. Washington o GMP. Akutní virová infekce. „Biotechnologické“ firmy. Ohrožená Evropa. Pro nebezpečí otevřené hranice. V čem je svět rozdělen. BOMBA NA KONEC.	
30. JEŠTĚ DISKUSE KOLEM HIPPOKRATA .....	214
31. HIPPOKRATOVA PŘÍSAHA .....	217
JAK POZNÁVAT A ROZLIŠOVAT ENERGIE A UPLATŇOVAT JE V PRAXI .....	219
TABULKA POTRAVIN Z HLEDISKA KVALITY ENERGIE .....	220
KLASIFIKAČNÍ TABULKA JEVŮ .....	221
DOSAŽITELNÁ LITERATURA .....	222
REJSTRÁK .....	224
OBSAH .....	227