

OBSAH

K TÉTO KNIZE	5
TRADIČNÍ UČENÍ O ENERGETICKÉ ROVNOVÁZE	7
OD FILOZOFIE K PRAXI	9
Projev energie z taoistického hlediska	9
Jak vzniklo I ging	11
Symbol tai chi – rozdělení polarity na Jin a Jang	14
PĚT ELEMENTŮ	15
Jakosti pěti elementů	15
Cykly pěti elementů	17
Rodina pěti elementů	20
Klima elementů	23
Uspořádání meridiánů v elementech	25
ORGÁNOVÉ HODINY	30
Rámcové podmínky	30
Doby Jin a Jang v orgánových hodinách	30
Meridiány jsou energetické dráhy	35
Specifický popis meridiánů	36
MOTOR ORGÁNOVÝCH HODIN	98
K ionizaci	98
K dýchacímu reflexu	99
CVIKY A MUDRY	100
Motorické cviky	101
Účinek tří motorických cvičení	104
Cesty mudry	105
ORGÁNOVÉ HODINY A KVALITY ENERGIÍ	141
KDY POUŽÍT KTEROU CESTU MUDRY	168
ORGÁNOVÉ HODINY V PRAXI	179
PANÍ K. – ROZBOR PŘÍPADU	189
PODNĚTY Z VĚDY	206
OBSAH	211