

OBSAH

LÉČITELSKÉ UMĚNÍ ZE STŘECHY SVĚTA

- Mýty o tibetské medicíně 7
- Jak vznikla tibetská medicína 13

PRINCIPY TIBETSKÉ MEDICÍNY

- Nauka o třech energiích 21
- Nauka o nemocech 24
- Tibetský přiřazovací systém 31
- Diagnostické metody 34
- Léčení 44

VELKÁ PRAKTICKÁ ČÁST

- Léčivé rostliny tibetské medicíny 61
 - Portréty rostlin 64
 - Konstituční typy 88
 - Samoléčba od A až do Z 100
- Moderní tělesná cvičení na bázi tibetské medicíny 131

TIBETSKÁ MEDICÍNA V ASII

- Situace v Indii 179
- Situace v obsazeném Tibetu 195

TIBETSKÁ MEDICÍNA V EVROPĚ

- Tibetští lékaři na Západě 198
- Bylinné pilulky ze Švýcarska 199

PŘÍLOHA

- Glosář 154
- Adresy a informace 206
- Literatura 212
- Rejstřík 214