

OBSAH

PROČ (A JAK) PSYCHOSOMATIKA FUNGUJE

PŘEDMLUVA	11
ÚVOD	18
ÚVOD DO PSYCHOSOMATICKÉHO MYŠLENÍ	21
1. Co je to psychosomatika	23
1a. Psychosomatický přístup napříč staletími	23
2. Psychosomatický koncept nemoci a léčení	24
3. Co je a co není psychosomatické léčení – hledání zdroje nemoci	27
4. Mikro a makrokosmos našeho světa	28
5. Princip rovnováhy - absolutní zdraví neexistuje.	30
6. Samoorganizující se systémy – každá organizace musí být organizována	32
7. Systemický přístup aneb systematická orientace v systému.	33
7a. Systemický přístup v psychosomatice	33
BIO	35
1. Biologie - věda o logice živého	37
2. Anatomická struktura	37
3. Buněčná inteligence	39
3a. Buněčné jádro versus buněčná membrána	41
4. Samořídící systém buňky – inteligence, kterou nejsme schopni vnímat	42
4a. Buněčná paměť	43
4b. Buněčné stárnutí	44
4c. Kmenové buňky	44
4d. Apoptóza	45
5. Funkce mozku – nejvyšší management	46
5a. Podkorová centra mozku – energo-informační mysterium v naší hlavě	46
5b. Funkce mozkové kůry	51
6. Řídící systém neuro –imuno – hormonální	54
6a. Hormonální systém	54
6b. Neuro-imuno-hormonální řízení	57
7. Genetická informace DNA - dogma nebo plasticita?	58
7a. DNA – struktura	59
7b. Replikace DNA	59
7c. Plasticita informace DNA	60
7d. Lidský genom	60
7e. Epigenetika - žádná novinka	61
PSYCHO	63
1. Co je to vlastně ta psychika?	65
2. Archetypy: „Některý lidi jsou všichni stejní.“	67
2a. Archetyp otce	68
2b. Archetyp matky	69
2c. Bytostné Já (Self)	69
2d. Archetyp stínu	70

3. Agrese: Začarované slovo	71
4. Emoce – hlas duše	75
4a . Mapa projekce emocí a symboliky vztahů	79
5. Vědomí a Ego: „Ave Já“	83
6. Myšlení a racionalita - rozumný ještě neznamená moudrý	86
7. Jazyk jako konstrukt světa	89
8. Převodníkový systém: myšlenka-emoce-buňka	92
SOCIO	97
1. Vztahy aneb když nás nikdo nehladí, vysychá nám mícha	99
2. Rodina - místo, kde začíná náš životní příběh	100
3. Primární vztah s matkou	104
4. Teorie sociální děloly	105
5. Transgenerační přenosy: „Ona za to může prababička?“	108
6. Tajemství a tabu v rodině - když chráníme příliš	111
7. Partnerství: My dva a čas	114
8. Sex - zhmotněné spojení opačných principů	117
SPIRIT	121
1. Spiritualita jako univerzální lidská tendence	123
2. Matematické modelování a posvátná geometrie jako spirituální východiska	125
2a. Poselství posvátné geometrie	126
3. Hologram - jak moc je to skutečné?	129
4. Fraktál – struktura postavená na rezonanci	131
4a. Fraktální struktury našeho těla	133
5. Další matematické funkce v živých systémech	135
5a. Iterace a rekurze	135
5b. Fibonacciho posloupnost – 1, 2, 3, 5 a tak dále k nekonečnu	138
5c. Zlatý řez – rozměr, který se líbí přírodě	139
6. Něco málo z klasické fyziky – entropie, entalpie	142
6a. Matematika ve spolupráci s fyzikou = modelování dynamiky živých systémů	144
7. Kvantová fyzika: Teď to vidíte a teď zas ne...	145
7a. Kvantové potvrzení duše: Teď tu duše byla a teď zas není?	147
8. Morfické pole – další zdroj psychosomatického sebeřízení	148
9. Teorie plazmatu – pralátka stvoření.	152
10. Úvaha na závěr – má bytí smysl bez smyslu?	155
ENERGY	157
1. K čemu je nám dobrá energie?	159
1a. Základní energetické zdroje	161
2. Bioenergie – energie všeho	164
3. Čakry – „Račte vstoupit, energie“	165
3a. Čakry ve světle moderní fyziky	169
4. Meridiány – neviditelné energetické chodbičky	171
5. Tělo jako hologram	173
6. Princip Pentagramu – Číňané věděli, co činí	178
7. Orgánové hodiny – kdo nám v kolik tůká na dveře	181

VYBRANÁ TÉMATA V PSYCHOSOMATICKÝCH ÚVAHÁCH	185
1. Imunita: „Umíme se bránit?“	187
2. Autoimunita a onkologie: Sebeodmítání je mincí pro Chárona	193
3. Dědičná onemocnění: „Nechci být vyděděncem.“	196
4. Chronická onemocnění: „Nebudu nic měnit, zůstanu tam, kde jsem.“	199
5. Metabolické poruchy: Změna je život	202
6. Výživa: Jídlo je informace a kultura v nás	205
7. Smrt a zrození, smrtelnost a nesmrtelnost	208
PSYCHOSOMATIKA VERSUS SYSTÉM PÉČE ZÁPADNÍ MEDICÍNY	215
1. Postavení nemocného. Role lékaře, role pacienta	217
2. Medicínské specializace versus komplexita pohledu na člověka	220
3. Nacházení příčin a souvislostí. Co je v medicíně „esenciální“ či „idiopatické“, je v psychosomatice srozumitelné a logické	224
4. Názory na ne/vyléčitelnost nemocí	226
5. Prevence nebo časná diagnostika? Je v tom rozdíl?	228
6. Návrat ke zdrojům	230
ZÁVĚR - ANEB KAŽDÝ PŘÍBĚH MÁ ŘEŠENÍ...	233
DOVĚTEK: 42.	235
SEZNAM ZDROJŮ	238