

## Obsah

Předmluva .....	3
Úvod .....	5
<b>Část první – Zdraví a léčení</b> .....	<b>7</b>
1. Proč dochází k nemocem? .....	7
2. Bližší pohled na lidské tělo .....	12
3. Principy zdraví .....	17
4. Regenerace a dlouhověkost .....	20
<i>Naše těla si uvědomují význam cyklů.</i> .....	21
<i>Co to skutečně obnáší žít dlouho?</i> .....	21
5. Holistický přístup a péče o vlastní zdraví .....	25
6. Osobní výzkum .....	27
7. Trpělivost je nezbytná .....	30
<b>Část druhá</b> .....	<b>33</b>
8. <i>Můžete to dokázat</i> .....	33
<i>Vizualizace a sugesce</i> .....	34
<i>Plánování procesu léčení</i> .....	36
<i>Tabulka životních změn</i> .....	38
9. <i>Zábaly s ricinovým olejem</i> .....	40
<i>Proč to funguje?</i> .....	42
<i>Jak připravit zábal s ricinovým olejem</i> .....	43
<i>A co víra – Kam bychom ji měli zařadit?</i> .....	44
10. <i>Bez správné výživy nemůže být zdraví</i> .....	47
<i>Doporučení týkající se stravování</i> .....	49
<i>Vitaminy</i> .....	50
<i>Půst</i> .....	51
<i>Co je důkaz?</i> .....	52
11. <i>Fyziatrie a rehabilitace</i> .....	53
<i>Cvičení</i> .....	54
<i>Ranní cvičení</i> .....	56
<i>Manipulace</i> .....	57
<i>Masáž</i> .....	59
<i>ABC masáže</i> .....	62
12. <i>Modlitba a meditace</i> .....	63

Modlitba . . . . .	63
Meditace . . . . .	66
13. Postoje jako léčebný prostředek . . . . .	70
14. Není sen jako sen . . . . .	78
Některé sny . . . . .	80
Další dimenze . . . . .	82
15. Co to vše znamená? . . . . .	85
Medicína nového věku . . . . .	86
<b>Část třetí – Funkční přístup k tělu . . . . .</b>	<b>89</b>
16. Funkce a systémy organismu . . . . .	89
17. Plíce a dýchání . . . . .	90
18. Trávicí orgány . . . . .	98
Preventivní opatření . . . . .	99
Žaludek . . . . .	99
Žlučník . . . . .	100
Játra . . . . .	104
Acidoalkalická rovnováha . . . . .	105
19. Potíže tlustého střeva . . . . .	108
Divertikulitida . . . . .	109
Zácpa . . . . .	110
Hemoroidy . . . . .	113
Kolitida . . . . .	114
Průjem . . . . .	116
20. Močový měchýř a ledviny . . . . .	118
Prostata . . . . .	120
Chorobné zadržování moči . . . . .	121
Ledvinové kameny . . . . .	124
Zánět ledvin . . . . .	124
21. Kůže . . . . .	126
Uhry . . . . .	127
Bradavice . . . . .	128
Jizvy . . . . .	129
Otrava krve . . . . .	131
Pruritis (svědění) . . . . .	131
Emoce, sex a kůže . . . . .	132
Bodné rány . . . . .	134
Lupénka . . . . .	135

	<i>Sklerodermie</i> . . . . .	138
	<i>Rakovina kůže</i> . . . . .	140
	<i>Další kožní nemoci</i> . . . . .	142
	<i>Malá poznámka k léčení</i> . . . . .	142
22.	<i>Srdce a vaskulární systém</i> . . . . .	143
	<i>Angina pectoris</i> . . . . .	143
	<i>Infarkt</i> . . . . .	145
	<i>Tromboflebitida</i> . . . . .	146
	<i>Křečové žíly</i> . . . . .	147
	<i>Paroxysmální tachykardie</i> . . . . .	148
23.	<i>Kosti, klouby a šlachy</i> . . . . .	150
	<i>Namozžené šlachy a zlomeniny</i> . . . . .	151
	<i>Artróza</i> . . . . .	153
24.	<i>Oči a uši – smysly</i> . . . . .	158
	<i>Barvoslepost</i> . . . . .	159
	<i>Zánět oka</i> . . . . .	159
	<i>Zákaly</i> . . . . .	160
	<i>Další oční potíže</i> . . . . .	161
	<i>Poruchy sluchu</i> . . . . .	162
	<i>Muzikoterapie</i> . . . . .	165
	<i>Další terapie</i> . . . . .	166
25.	<i>Ženské potíže</i> . . . . .	168
	<i>Stres</i> . . . . .	168
	<i>Vaginální bradavice</i> . . . . .	170
	<i>Nádory</i> . . . . .	171
	<i>Cystický zánět prsou</i> . . . . .	172
	<i>Vaginatida (zánět pošvy)</i> . . . . .	173
26.	<i>Dětské problémy</i> . . . . .	174
	<i>Kojení</i> . . . . .	174
	<i>Léčba ricinovým olejem</i> . . . . .	175
	<i>Retardace</i> . . . . .	179
	<i>Péče o děti</i> . . . . .	179
27.	<i>Stavy ohrožující život</i> . . . . .	183
	<i>Roztroušená skleróza</i> . . . . .	185
	<i>Narkolepsie</i> . . . . .	187
	<i>Epilepsie</i> . . . . .	188
	<i>Rakovina</i> . . . . .	189
	<i>Program chrámu krásy</i> . . . . .	194