

# Obsah

## *Část první*

Průvodce knihou o zdraví a štěstí	11
Lidé v člověku	21
Vztahy a cesty	30
Sami sobě příbuznými	36
Ledviny ve výloze	43
Také rádi játra?	53
Ať slezina ukáže, co umí	61
Zdravé plíce a zdravá střeva	68
Oheň života	77
Hlava na hlavě	85
Tváří v tvář	91
Všemohoucí ústa	97
Oko do duše okno	103
Kdo by to do ucha řekl?	112
Nejzdravější je šlápnout si na štěstí	117
Zlaté mušky se chytají rukou	125
Tímto prý všechny hovory končí, jen ten náš ne	131
Tok energie, řeka života	137
Život na misce vah	151
Příznak jako přízrak	160
Umí se srdce smát?	173

## *Část druhá*

Prevence je víc než medicína	189
Jísti neznamená vždy žítí	205
Čistota celé zdraví	234
Chvála pohybu	239
Sólo pro duši	245
Nejstarší léčba na světě je akupunktura	253
Na rozloučenou	269