

OBSAH

O autorovi	13
Předmluva	15
Úvod: O CO JDE	17
Sezení první: PROBUZENÍ	23
1) Jak si můžeme vysvětlit změny, které prožíváme	26
2) Proč je důležité mít svůj domov	26
3) Za co vděčíme sami sobě a čím jsme vinni	27
4) Některé věci nemůžeme realizovat	28
5) Všechno se zdá příliš složité	30
6) Jak lze dnes vidět svět	30
Sezení druhé: NOVÉ MYŠLENÍ	33
7) Svět začneme najednou vidět jinýma očima	35
8) Informace k nám přicházejí shora	37
9) Co se stane pokud zavrhneme Boha	37
10) Jak člověk snáší a rozlišuje různá záření	38
11) Energie jsou pro nás někdy i škodlivé	40
12) Jak můžeme vnímat živu	40
Sezení třetí: DOBRÉ I ZLÉ	43
13) Jak můžeme zjistit, co je pravé a co se nám jenom zdá	45
14) Jak mohu rozlišit dobro od zla	46
15) Jak můžeme se zlem bojovat	47
16) Nemůžeme vše prokázat vědecky	48
17) Jaká je podstata hmoty	49
18) Přejít od materialismu k duchovnímu poznání	49
19) V čem spočívá výjimečné postavení člověka na Zemi	50
Sezení čtvrté: KRAJINOU	53
20) Proč nás příroda tak přitahuje a fascinuje	56
21) Příroda má také duši, je citlivá	57
22) Součástí naší krajiny je i vzduch	58
Sezení páté: ELEMENTY PŘÍRODY	61
23) Živly jsou především energií	64
24) S vodou nezacházíme tak, jak bychom měli	65
25) V pohádkách se hovoří o vodě často	66
26) Oheň se dá ovládnout a zkrotit	67
27) Pro život na Zemi jsou důležité všechny živly	67

Sezení šesté: BOUŘENÍ ŽIVLŮ	69
28) Jaké to je spát v jeskyni.	71
29) Živly nás často ohrožují	72
30) Katastrofy umíme lépe předpovídat a bránit se jim	73
Sezení sedmé: DESTRUKCE	75
31) V čem spatřujeme optimismus	77
32) Jak můžeme pozorovat degradaci a destrukci sami na sobě	78
33) Nemoci nepřicházejí zvenčí, ale zevnitř	79
34) Jak se nemocem můžeme bránit.	80
35) Není pozdě utíkat se k duchovním cvičením.	80
36) Jak to funguje.	81
37) Jak na nás působí celkové společenské prostředí.	82
Sezení osmé: OČISTA	83
38) Tělu můžeme dodávat energie i jinak	86
39) Máme více možností, jak se dobíjet, jak získávat energii.	86
40) Jaký význam má pro nás stravování	87
41) Poznání se nějak projeví i v naší kultuře.	88
42) Jedná se o přerod, úklid, očistu	89
43) Nemocní lidé se dostatečně nečistili	90
44) Co je tak důležitého na rčení: čistit, čistit, čistit	90
45) Jak můžeme my všichni náš svět čistit	91
46) Jakými konkrétními způsoby lze sebe nebo byt vyčistit	92
47) Pro čištění platí zvláštní pravidla.	93
48) Čištěním můžeme odehnat zlé duchy i ty hodné.	94
49) Jako v nějaké staré pohádce	95
Sezení deváté: ROLE TRADIC	97
50) Proč bychom se měli ohlížet na minulost a na tradice.	100
51) Co by se stalo pokud bychom dědictví odmítali	100
52) Jak máme vnímat staré domy, staré vesnice a města.	101
53) Snahy o novou architekturu	102
54) Jak lze chápat moderní architekturu	103
Sezení desáté: HODNOTY DOMOVA	105
55) Jak moc nám chybí domov.	108
56) Domov je ohraničený a vymezený.	108
57) Co dělat, když narazíme v životě na překážku.	109
58) Jak můžeme dojít ke svému domovu	110
59) Náš budoucí dům stačí si jen nějak představovat	110
60) Domy okolo nás nejsou jen krásné a pevné	111
61) Poruchy vznikají již špatnou realizací staveb	111
62) Když na stavbu vysněného domu nemáme dostatek peněz	112
63) Jaké hodnoty nám přináší domov	112

Sezení jedenácté: STAVBY A SÍDLA	115
64) Město nás láká na snadnější život, více příležitostí.	118
65) Ve městě se stále něco nového staví	120
66) Lidé z měst touží po pobytu na venkově.	120
67) Je důležité, na jakém místě žijeme	122
68) Co to jsou pozitivní a negativní místa.	123
69) Jak reagujeme na silná místa.	124
70) I ve volné krajině mohou být patogenní zóny	125
71) Všechno je energie, vyzařování či pohlcování záření.	125
72) Harmonický, léčebný svět přírody si ničíme sami	126
73) Dnes je vše závislé především na rychlé dopravě.	126
74) Cestování není pro nás vždy dobré.	127
Sezení dvanácté: STATKY	129
75) Záleží na tom, na jakém místě náš dům stojí	133
76) Co je potřeba k tomu, aby vzniklo dobré místo pro život	134
77) Ne všechny pozemky jsou úplně ideální.	135
Sezení třinácté: ZÁKLADY DOMOVA	137
78) Na všechno se nemusí používat nový materiál	140
79) Jak je to se starými věcmi, s památkami a starožitnostmi.	140
80) Jak můžeme vnímat věci technicky složité.	141
81) Jaký si postavíš dům, takový jsi.	142
82) Jak do pozemku nejlépe zakomponovat náš dům	143
83) Co obnáší stavba ekodomu	144
Sezení čtrnácté: ZAHRADY	147
84) Bez zahrady nemůžeme žít plnohodnotný život	149
85) Potřebujeme práci s půdou	150
86) Mohou se z nás stát znalci a pěstitelé rostlin	151
87) Pro stromy platí osvědčená pravidla	151
88) Co zajímavého si můžeme postavit na zahradě	152
89) Co s trávou	153
90) Je nutné se zmínit o významu lesa	154
91) S životem rostlin souvisí život zvířat	155
92) Nemusíme se bát ani rostlin, ani živočichů	156
93) Předpokladem je jiný způsob života.	156
Sezení patnácté: RITUÁLY	159
94) Jak si vysvětlit působení rituálů na celkový běh dějů.	162
95) Postup rituálu je daný, má svoje pravidla	163
96) Rituál se nám může vymknout z kontroly	164
97) Kdy bychom měli provádět očistu prostoru	165
98) Vše, co děláme, je součástí našeho celoživotního rituálu	166
99) Co dělat, když nám sousedé naše plány a postupy hatí	166

100) Pro zdar úkolu je účinné něco i obětovat	167
101) I samotná tvorba je očistným rituálem	167
Sezení šestnácté: ŘEŠENÍ DOMU	169
102) Pravidla pro stavbu domů	172
103) Jak si můžeme hrát s tvarem domu	174
104) Jak můžeme upravovat vzhled našeho domu	176
105) Co máme pro utváření obydlí k dispozici	177
106) Jak můžeme pracovat s vlastnostmi vnitřního klimatu	179
107) Jak souvisí prosperita se jménem domu či ulice	180
Sezení sedmnácté: KRÁSA A ČAS	183
108) Jak je to se vzhledem domů	186
109) Co to je krása	186
110) Když nám architekt navrhuje dům	187
111) Proč i zlí lidé bydlí v hezkých domech	188
112) Prodejnost domu nezáleží jen na jeho kvalitě	189
113) K čemu je nám reklama	190
114) Jaké, jak a kdy jsme schopni předávat informace	190
115) Jaký význam v celém tvoření má čas	190
116) Jaký smysl má navštěvovat památky	191
117) Jak v ekodomě vnímáme čas	192
Sezení osmnácté: ČÁSTI DOMU	195
118) Dům a člověk mají společné vlastnosti	197
119) Postavit dobrý dům může být velká věda	198
120) Pro kvalitu bydlení jsou důležité i další prostory domu	200
121) Dům jako velký a složitý stroj	201
122) Jak můžeme řešit svízelné situace	202
123) Tvoření, ztvárnění a ladění domu	202
Sezení devatenácté: CHOVÁNÍ DOMU	205
124) Pouštíme se i do složitějších technických řešení	209
125) Domy mohou být kritériem vyspělosti společnosti	210
126) Co musíme sledovat, aby dům spotřeboval co nejméně energie	210
127) Výhodnost tepelného čerpadla	211
128) Teplota vzduchu může být rychle proměnlivá	211
129) Energie se přepočítávají na peníze nebo na CO ₂	212
130) Jak můžeme šetřit s vodou	213
131) Bydlení v ekodomě vyžaduje od nás jiný způsob života	214
132) Co znamená pojem ekodům	215
133) Ekodům by měl být úsporný, zdravý a bezpečný	216
134) Stavba ekodomu může být dražší	217

Sezení dvacáté: DUCH MÍSTA	219
135) Jak souvisí naše vnitřní naladění s obrazem našeho okolí.....	222
136) Nemáme se nikdy bát ani nikdy marodit	222
137) Jakého původu jsou duchové.....	223
138) Pro náš život je důležité, na jakém místě bydlíme	223
139) Jak můžeme sami měnit energii místa.....	224
140) Na dobrých místech se nemusíme ničeho bát	225
141) Jak konkrétně poznáme dobré místo.....	225
142) Možnosti, jak postavit do dobrého místa dobrý dům.....	226
143) Co platí pro obytné stavby a co pro kostely a chrámy.....	227
Sezení dvacáté první: UŽÍVÁNÍ MÍSTA	231
144) S jakými předsevzetími vzniká ekovesnice.....	234
145) Principy bydlení v ekovesnici	234
146) V čem spočívá soběstačnost domů a sídel.....	235
147) Čeho všeho se může soběstačnost týkat	236
148) Nové přístupy se mohou zdát složité	236
149) Nový pohled na rozvoj měst, dopravy a energetiky	237
150) Nemůžeme soustředit lidi jen do hustě zastavěných sídel	238
Sezení dvacáté druhé: SPRÁVA	241
151) V čem se ekovesnice liší od tradiční vesnice.....	244
152) Měli bychom být takovými všeuměly	246
153) Výstavba sídlišť a celých měst doznává zásadních změn	247
154) Jak můžeme chápat pokrok.....	247
155) V čem spočívají výhody malých rozptýlených stanic	249
156) Mohou přijít výpadky celých sítí	250
Sezení dvacáté třetí: POKUŠENÍ	253
157) Spojitosti mezi tím, co si myslíme, a tím, co děláme.....	256
158) Čím je naše každodenní práce	257
159) Činnosti a práce jsou zkouškou, jak odoláme pokušení.....	257
160) V našem životě se objevují nástrahy a svody	258
161) Pokušení související s bydlením	259
Sezení dvacáté čtvrté: VIZE	261
162) Pro život jsou nejdůležitější ruce, oči, rozum, srdce a čas	264
163) Zásady pro výstavbu ekovesnic.....	265
164) Povedené realizace ekosídlíšť	266
165) Příklady ekosídlíšť ze zahraničí	268
166) Kde jsou nejdál s výstavbou ekovesnic	268
167) Spokojenost obyvatel v ekosídlíštích	270
168) Ekovesnice je dobrým místem pro život	271

169) Abychom něco pěkného vytvořili, potřebujeme lásku	271
170) Role přírody v souznění našeho světa	273
171) Vyžadujeme novou kvalitu prostředí	273
172) Co je smyslem našeho života	273
Sezení závěrečné: MÁME NA VÝBĚR	275
173) Jak přežijeme předpovídané krize a katastrofy	278
174) Čím se můžeme ještě zachránit	279
175) Jak se na přicházející změny můžeme připravovat	280
176) Svět již nebude takový, jaký byl dříve	280
177) V nové době bude i nové územní plánování a nová architektura	283
178) Neplatí to pro všechny lidi na Zemi	284
179) Co bude nejdůležitější	286
180) Naše záchrana spočívá v lásce	287
Slovník použitých cizích slov	317
Rejstřík hesel hlavních, tlustě označených pojmů	321
Použitá a doporučená literatura	333
Seznam vyobrazení v textu	337