

OBSAH

| | |
|--|-----------|
| 1. ÚVOD: Člověk je součástí vesmíru | 10 |
| 2. ORGÁNOVÉ HODINY: Odkud naše orgány vědí, kolik je hodin? | 19 |
| PLÍCE..... | 21 |
| Nechat věci jen tak být, proměna, tvořivost..... | 22 |
| Emoce | 23 |
| Plíce jako zemský orgán | 24 |
| Smyslové orgány..... | 25 |
| Plíce – kůže | 25 |
| Zuby..... | 25 |
| Plíce – nadledvinky | 26 |
| Co se ještě děje v těle mezi 3.00 a 5.00 hod.?..... | 26 |
| Co plicím prospívá? | 27 |
| TLUSTÉ STŘEVO..... | 31 |
| Přijímání nového | 32 |
| Zbavování se starého..... | 32 |
| Emoce | 34 |
| Smyslový orgán | 34 |
| Střevo–plíce–kůže..... | 34 |
| Zuby | 35 |
| ŽALUDEK..... | 39 |
| Radost ze života a žádostivost, léčení a agrese.... | 42 |
| Emoce | 43 |
| Smyslový orgán..... | 43 |
| Zuby | 44 |
| Vztah k jiným orgánům | 44 |
| Co se ještě v těle děje mezi 7.00 a 9.00 hod.? | 45 |
| Co žaludku prospívá?..... | 45 |

| | |
|---|-----------|
| SLEZINA A SLINIVKA BŘIŠNÍ | 47 |
| Kvalita: myšlení..... | 49 |
| Kvalita: vztah | 50 |
| Emoce | 50 |
| Hormonální systém – systém žláz | 51 |
| Smyslové orgány | 52 |
| Zuby..... | 52 |
| Vztah k ostatním orgánům..... | 52 |
| Co se ještě děje v těle od 9.00 do 11.00 hod.?. | 53 |
| Co slezině a slinivce prospívá? | 53 |
| SRDCE | 59 |
| Láska bez podmínek..... | 61 |
| Emoce | 61 |
| Smyslový orgán..... | 62 |
| Zuby..... | 62 |
| Co ještě se v těle děje mezi 11.00 a 13.00 hod.? . | 62 |
| Co srdci prospívá? | 63 |
| TENKÉ STŘEVO | 67 |
| Rozpoznávat stejnost v rozmanitosti..... | 69 |
| Orgánové spojení tenké střevo – ramena..... | 71 |
| Smyslové orgány | 71 |
| Zuby..... | 72 |
| Hormonální systém | 72 |
| Co ještě se v těle děje mezi 13.00 a 15.00 hod.? . | 73 |
| Co prospívá tenkému střevu? | 74 |
| MOČOVÝ MĚCHÝŘ..... | 79 |
| LEDVINY | 83 |
| Emoce | 85 |
| Spojitost s jinými orgány..... | 85 |
| Smyslový orgán..... | 87 |
| Zuby..... | 88 |
| Co ještě se v těle děje mezi 17.00 a 19.00 hod.? .. | 89 |
| Co ledvinám prospívá? | 89 |

| | |
|--|------------|
| KREVNÍ OBĚH..... | 95 |
| TROJÍ OHŘÍVAČ..... | 99 |
| ŽLUČNÍK | 103 |
| Rozhodnost | 104 |
| Cílevědomost | 104 |
| Emoce | 105 |
| Žlučník–slinivka–slezina | 105 |
| Zadržování – zácpa..... | 106 |
| Žlučník – agresivita..... | 106 |
| Migréna vycházející ze šíje a krční páteře | 107 |
| Smyslový orgán..... | 108 |
| Zuby..... | 108 |
| Žlučník – štítná žláza | 108 |
| Co se v těle ještě děje mezi 23.00 a 1.00 hod.? . | 109 |
| Co žlučníku prospívá? | 109 |
| JÁTRA..... | 113 |
| Vymezení hranic | 114 |
| Přízpůsobování | 116 |
| Emoce | 117 |
| Tkáně..... | 117 |
| Smyslové orgány | 118 |
| Zuby..... | 118 |
| Játra a hypofýza | 119 |
| Jaterní energie se hromadí v hlavě | 119 |
| Bolestí jater je únava..... | 120 |
| Co se ještě v těle děje mezi 1.00 a 3.00 hod.? ... | 121 |
| Co játrům prospívá? | 121 |
| 1. ZÁKLADNÍ POTŘEBY NAŠÍ PSYCHIKY..... | 127 |
| Bezpečí, struktura a stabilita | 127 |
| Láska: být milován, být dotýkán | 130 |
| 2. TĚLESNÉ POTŘEBY | 133 |
| Strava..... | 133 |
| Pohyb | 135 |

| | |
|------------------------------------|------------|
| Odpočinek..... | 136 |
| 3. TO NEJLEPŠÍ NAKONEC..... | 139 |
| O AUTOROVÍ..... | 140 |
| DŮLEŽITÉ UPOZORNĚNÍ..... | 141 |