

# Obsah

<b>1. Úvod</b>	
Několik vět úvodem . . . . .	4
Začínáme od Adama . . . . .	6
<b>2. TAO</b>	
Třífázový proud TAO . . . . .	8
TAO a Filozofie . . . . .	10
TAO a Věda . . . . .	13
TAO a Víra . . . . .	17
<b>3. YIN a YANG</b>	
Monáda = cesta nomáda . . . . .	22
Konstituce je zásadní. . . . .	25
Voda nebo Oheň čili panna nebo orel . . . . .	26
YIN/YANG = ping-pong . . . . .	27
4 základní konstituční typy dle YIN/YANG. . . . .	29
S chutí do chutné stravy. . . . .	42
Stravování dle ročních období . . . . .	45
Harmonické stravování . . . . .	50
Emoce jsou i nemoce . . . . .	58
Vertikální osa života . . . . .	66
Horizontální osa života . . . . .	72
<b>4. Tři poklady</b>	
Tři poklady aneb co jest Člověk? . . . . .	76
Unikátní životní výseč . . . . .	80
Tři sudičky a dary tří králů . . . . .	82
Vitalita jako kvalita života . . . . .	83
Síla Ducha až na prvním místě . . . . .	84
<b>5. Pět Prvků</b>	
Bylo (je a bude) nás Pět . . . . .	86
Všech pět pohromadě . . . . .	87
Orgány v jednom kole . . . . .	88
Biodynamická rovnováha . . . . .	90
Zdravý cyklus rození, podpory a kontroly . . . . .	92
Nezdravý cyklus rození . . . . .	93
Nezdravý cyklus kontroly . . . . .	97
Nezdravý cyklus napadení . . . . .	100
<b>Dřevo</b> . . . . .	104
Obrazy nemocí Dřevo v Nadbytku (Játra a Žlučník) . . . . .	107
Obrazy nemocí Dřevo v Nedostatku (Játra a Žlučník) . . . . .	109
Nehty jak z jiné planety . . . . .	110
<b>Oheň</b> . . . . .	113
Obrazy nemoci Oheň v Nadbytku (Srdce, Tenké střevo) . . . . .	117
Obrazy nemoci Oheň v Nedostatku (Srdce, Tenké střevo) . . . . .	118
Pleť bez masky si neplet' . . . . .	118

<b>Země</b> . . . . .	121
Obrazy nemocí Země v Nadbytku (Slezina, Žaludek) . . . . .	125
Obrazy nemocí Země v Nedostatku (Slezina, Žaludek) . . . . .	126
Rty jako malované aneb se rty (ne)jsou žerty . . . . .	127
<b>Kov</b> . . . . .	128
Obrazy nemocí Kov v Nadbytku (Plíce a Tlusté střevo) . . . . .	132
Obrazy nemocí Kov v Nedostatku (Plíce a Tlusté střevo) . . . . .	133
Tělesné ochlupení jako pochlubení . . . . .	134
<b>Voda</b> . . . . .	135
Obrazy nemocí Voda v Nadbytku (Ledviny a Močový měchýř) . . . . .	139
Obrazy nemocí Voda v Nedostatku (Ledviny a Močový měchýř) . . . . .	139
Vlasy pevné jako klasy . . . . .	140
<b>6. TCM RadaR</b>	
Prorok nejen pro rok . . . . .	145
Datum a hodina narození = naše předurčení . . . . .	146
Pět Osobností na svém místě . . . . .	148
Deset lidských Profilů . . . . .	150
Jeden příklad za tisíc dukátů . . . . .	152
A co narození ve stejný čas? . . . . .	162
Cui bono – komu ku prospěchu? . . . . .	162
<b>7. Diagnostika</b>	
Jak rozplétat zamotané klubíčko? . . . . .	163
Jak nemoc léčit a (hlavně) vyléčit? . . . . .	163
Příčiny nemoci . . . . .	164
Jak se dostat nemoci na kobytku? . . . . .	166
1. Principy – Kořeny nemoci . . . . .	167
2. Zákonitosti – Obrazy nemoci . . . . .	167
3. Projevy – Příznaky nemoci . . . . .	167
Základní kánon TCM diagnostiky . . . . .	169
Umět číst mezi řádky . . . . .	169
Diagnostické klíče . . . . .	171
1. klíč: Horko nebo Chlad . . . . .	172
2. klíč: Povrch nebo Nitro . . . . .	174
3. klíč: Nadbytek nebo Nedostatek . . . . .	178
4. klíč: Nemoc povahy YANG nebo YIN . . . . .	180
Test Diagnostické klíče . . . . .	183
<b>8. Léčba</b>	
Principy léčby . . . . .	184
Pět úrovní léčby . . . . .	186
Pomocné bylinné prapory TCM . . . . .	188
Řádná Qi versus Škodlivina . . . . .	191
Pět základních patologických stavů . . . . .	193
Tři v jednom aneb terapie dle TCM . . . . .	198
Není židle jako židle . . . . .	199
Léčba TCM jako řidič s GPS . . . . .	200
Příklady táhnou... a my za nimi . . . . .	202

Bolest nechat odkvést . . . . .	203
A co děti? . . . . .	204
Zvětšené uzliny = zrcadlo imunity . . . . .	205
Nachlazení není zrovna pohlazení . . . . .	206
Hasit oheň fošnou... . . . .	207
Omyl století? . . . . .	209
Vrah je zahradník?! . . . . .	210
Domek jako ze škatulky . . . . .	210
Sady a zásady léčby . . . . .	211
NE všechny byliny jsou léčivé . . . . .	212
Když už, tak už! . . . . .	213
<b>9. Stagnace</b>	
Stagnace není zrovna legrace . . . . .	215
Játra jsou první na řadě . . . . .	217
Nechat volně plynout... . . . .	217
Dech života (nad zlato) . . . . .	219
Jak Stagnace QI ke štěstí (ne)přišla . . . . .	220
Zklidnění zčeřené hladiny a/nebo Spadnutí kamene ze srdce . . . . .	220
Stagnace QI má mnoho podob . . . . .	222
Harmonizační směsi při Stagnaci QI . . . . .	226
Primární Stagnace QI . . . . .	226
Sekundární Stagnace QI . . . . .	228
<b>10. Závěr</b>	
Prevence nemusí být komerce . . . . .	230
Zdraví, štěstí, dlouhá léta... . . . .	231
Co je zDRavé zdraví? . . . . .	232
Štěstí je muška zlatá (anebo po kapkách)? . . . . .	233
Stařenky jako panenky, staříci jako mladíci . . . . .	235
Nejen lékař TCM... . . . .	237
Klady a poklady klasické TCM (Herbs) . . . . .	238
And Happy End . . . . .	240
<b>11. Nejčastější pojmy TCM</b>	242
<b>12. Katalog bylinných produktů</b>	249
Zbytkový škodlivý činitel (Přetrvávající Patogenní Faktor PPF) . . . . .	255
Alergie . . . . .	357
PROBUZENÍ šípkové princezny aneb ŽENY v 21. století . . . . .	279
Poruchy menstruace . . . . .	281
Cysty, myomy a endometrióza . . . . .	285
Těhotenství = pravé ženství aneb žena a plod jsou na jedné lodi . . . . .	293
Anti-koncepce? . . . . .	303
Jak se lze při současných projevech Chladu a Horka zorientovat? . . . . .	312
Jako tělo bez duše je deprese . . . . .	316
Přechodové potíže (klimakterium) . . . . .	334
Cholesterol a obezita. . . . .	358
<b>13. Bylinné směsi dle působení TCM</b>	368