

Obsah

Úvod	7
Jak sbírat bylinky, aby měly největší sílu	8
Jak bylinky sušit	9
Jak bylinky uchovávat	10
Jak si vybrat ty správné kameny	11
Jak kameny očistit a nabít	11
BYLINKY POMÁHAJÍCÍ S HUBNUTÍM OD A DO Z (Ž)	12
Aloe vera	12
Borůvka	13
Cesmína paraguayská	14
Česnek kuchyňský	15
Dvouzubec trojdílný	17
Čekanka obecná	18
Euterpe brazilská	19
Fenykl obecný	21
Hloh jednobližný/jednosemenný	22
Hořčice setá	23
Ibišek	24
Jalovec obecný	25
Kakaovník pravý	26
Kardamovník obecný	28
Kokosovník ořechoplodý	29
Kmín kořený	30
Kopřiva dvoudomá	31
Kontryhel obecný	32

Krušina olšová	33
Kurkumovník dlouhý	35
Len setý	36
Lichořeřišnice větší	37
Majoránka zahradní	39
Máta peprná	40
Oregano	42
Ostropestřec mariánský	43
Pampeliška (smetanka) lékařská	44
Paulinie nápojná	46
Pepř černý	47
Petržel zahradní	48
Rozmarýn lékařský	50
Skořice	51
Zázvor obecný	52
Zelený čaj	53
Ženšen pravý	55
KAMENY POMÁHAJÍCÍ S HUBNUTÍM OD A DO Z	57
Amazonit	57
Ametyst	58
Andalusit (někdy též chiastolit)	59
Angelit	60
Antofylit	61
Apatit	62
Astrofylit	63
Aventurín	64
Azurit	65
Bastnasit	66

Úvod

Citrín	67
Danburit	68
Diamant	69
Gabro	70
Granát	71
Greenlandit	72
Hakmanit	73
Halit	74
Hanksit	75
Heliotrop/krevel	76
Hemimorfit	77
Heulandit	78
Chromdiopsid	79
Chryzokol	80
Chryzopras	81
Iolit	82
Jaspis	83
Karneol	84
Kasiterit	85
Kimberlit	86
Klinoptilolit	87
Kovelit/kovelin	88
Křemen	89
Kyanit	90
Labradorit	91
Larvikit	92
Lazurit	93
Lepidokrokit	94

Magnezit	95
Malachit	96
Měsíční kámen	97
Muskovit	98
Obsidián	99
Olivín/peridot	100
Piemontit	101
Pyrofylit	102
Pyroluzit	103
Sardonyx	104
Septarian	105
Serafinit	106
Smaragd	107
Sodalit	108
Tugtupit (sobí krev)	109
Tyrkys	110
Zoisit	111
Shrnutí a doporučení	112
Desatero pro lepší hubnutí	113
Použitá literatura	114