
OBSAH

<i>Předmluva</i>	9
<i>Úvod</i>	11
Rostliny v ájurvédě	15
<i>Nauka o bylinách: Východ a západ</i>	16
<i>Materializace vědomí do rostlin</i>	18
<i>Základy ájurvédské medicíny</i>	22
Duchovní základ	22
Tři <i>guny</i>	23
Pět živlů	25
Tři <i>dóši</i>	25
Sedm <i>dhát</i> a <i>ódžás</i>	32
Pět <i>prán</i>	33
Tělesné soustavy (sróty)	35
<i>Ágní</i> a rostliny	37
<i>Aktivující byliny</i>	39
Chuť (<i>rasa</i>)	39
Energie (<i>vírja</i>)	41
<i>Vipáka</i> , účinek po zažívání	42
<i>Prabháva</i> , zvláštní potence	43
Popis šesti chutí (Kvóty z <i>Charak Samhita</i> XVI. 43.)	44
<i>Ovládání individuální konstituce (dóši)</i>	52
Ovládání <i>káfy</i>	53
Ovládání <i>píty</i>	55
Ovládání <i>váty</i>	57
Detoxifikace/ovládání <i>ámy</i>	59
<i>Léčba bylinami</i>	64
Byliny čistící krev (<i>rakta šodhana karma</i>)	64

Byliny antiparazitické a anthelmintické (<i>krumighna karma</i>)	65
Byliny adstringentní (<i>stambhana karma</i>)	66
Hořké posilující a antipyretické byliny	69
Byliny proti nadýmání (karminativní) (<i>Vāta-anuloman</i>)	71
Byliny podporující pocení (diaforetické) (<i>svedana karma</i>)	73
Byliny močopudné (diuretické) (<i>mutrala karma</i>)	75
Byliny vyvolávající nebo upravující menstruaci (emmenagoga) (<i>raktabhisarana karma</i>)	76
Expektorační a tišící byliny (<i>kasa-svasahara</i>)	78
Byliny projímavé a projímadla (laxativa a purgancia) (<i>virechāna karma</i>)	80
Byliny působící na nervovou soustavu (nervina) a spasmolytické, protikřečové byliny (antispasmodika)	82
Stimulující byliny (povzbuzující činnost) a byliny podporující trávení (<i>dipana-pācana karma</i>)	85
Posilující léky (tonika)	87
<i>Jak připravovat a užívat byliny podle ájurvédy</i>	92
Pět hlavních metod přípravy bylin (<i>pañca kašaja</i>)	92
Pomocné metody přípravy bylin	95
Léčebné oleje (<i>siddha taila</i>)	97
Léčebné ghí (<i>siddha ghrīta</i>)	99
Prostředky pro vnitřní užívání (<i>anupāny</i>)	100
Byliny pro zevní užití	101
Způsoby podání léku	102
Časy aplikace léku	103
Směsi	104
Dávkování	106
<i>Mantra, jantra a meditace</i>	109
<i>Byliny pro ájurvédské použití</i>	112
Běžně dostupné byliny	115
ALOE	116
BAZALKA	118
ČESNEK KUCHYŇSKÝ	120
DIVIZNA MALOKVĚTÁ	121
DŘIŠTÁL	122

ECHINACEA ÚZKOLISTÁ	123
FENYKL OBECNÝ	124
HEŘMÁNEK PRAVÝ	125
HLOH OBECNÝ (bobule)	126
HOŘEC	127
HŘEBÍČKOVEC VONNÝ	129
IBIŠEK (květy)	130
JALOVEC (bobule)	131
JETEL LUČNÍ	132
JILM AMERICKÝ	133
JITROCEL INDICKÝ	134
KAFROVNÍK LÉKAŘSKÝ	135
KARDAMOMOVNÍK OBECNÝ	136
KAYENSKÝ PEPŘ	137
KOKOŘÍK	138
KORIANDR SETÝ	140
KOSTIVAL LÉKAŘSKÝ	141
KOZLÍK LÉKAŘSKÝ	142
KURKUMA DLOUHÁ	144
LÉKOŘICE LYSÁ	145
LEN (lněné semínko)	147
LOPUCH VĚTŠÍ	148
MÁK (semena)	149
MALINÍK	150
MARHANÍK OBECNÝ	151
MÁTA	152
MÁTA POLEJ	153
MUŠKÁTOVNÍK PRAVÝ	154
MYRHOVNÍK PRAVÝ (MYRHA)	155
OMAN	156
PELYNĚK ČERNOBÝL	157
PEPŘOVNÍK ČERNÝ (černý pepř)	158
PETRŽEL	159
PÍSKAVICE ŘECKÉ SENO	160
PRODARA	162
PROSKURNÍK LÉKAŘSKÝ	164
PŘESLIČKA	165

PŘESTUP	166
PUCHRATKA KADEŘAVÁ (KARAGÉN)	168
PUŠKVOREC OBECNÝ (kořen)	169
REVEŇ LÉKAŘSKÁ	171
RŮŽE (květy)	172
ŘEBŘÍČEK OBECNÝ	173
SANTAL BÍLÝ (santálové dřevo)	174
SENNA	176
SEZAM INDICKÝ (sezamová semena)	178
SKOŘICOVNÍK CEYLONSKÝ	179
SMETANKA LÉKAŘSKÁ	180
ŠAFRÁN	181
ŠALVĚJ LÉKAŘSKÁ	182
ŠIŠÁK	183
ŠTOVÍK KADEŘAVÝ	184
TOLICE VOJTĚŠKA	185
VIŠEŇ (kůra)	186
VODILKA KANADSKÁ	187
VOSKOVNÍK	188
ZÁZVOR LÉKAŘSKÝ	189
Speciální orientální byliny	191
AJWAN, SEMENA CELERU	192
AMLA neboli AMALAKI	194
ANDĚLIKA (DĚHEL)	196
AŠWAGANDHA, INDICKÝ ŽENŠEN	197
BALA, INDICKÝ SLÉZ	199
BHRINGARAJ	201
BIBHITAKI (BAHERA)	203
ČERTOVO LEJNO	204
FO-TI	207
GOGGUL	208
GOKŠURA	210
GOTU KOLA	212
CHRYZANTÉMA INDICKÁ	214
CHVOJNÍK OBECNÝ	215
HARITAKI	216

KVĚTY JASMÍNU (jasmín velkokvětý)	218
LOTOS OŘECHODÁRNÝ	219
MANJIŠTA	220
MUSTA	222
NEEM	224
PIPPALI, indický dlouhý pepř	226
REHMANIE LEPKAVÁ	228
ŠATAVARI	229
SMLDINEC (BÍLÝ JAM)	231
VAMŠA ROČHÁNA (BAMBUSOVÁ MANA)	233
ŽENŠEN	235
Dodatky a slovníčky	237
Dodatek I. Čajové nápoje pro tři dóši	239
Dodatek II. Přehled bylin	243
Dodatek III. Poskytnutí první pomoci	275
Dodatek IV. Český slovníček	281
Dodatek V. Slovníček sanskrtu	287
Dodatek VI. Latinský slovníček	291
<i>Bibliografie</i>	296