

OBSAH

PŘEDMLUVA	7
JAK SE UDRŽUJI ZDRAVÁ	9
SVĚT MÝCH BYLIN	19
PREVENCE JE LEPŠÍ NEŽ LÉČBA	63
TIPY NA PÉČI O TĚLO	73
CO VAŘÍM SVÉ RODINĚ	81
PRAKTICKÉ RADY PRO DOMÁCNOST	103
SMÍCH JE TEN NEJLEPŠÍ LÉK	113
MÁ ŽIVOTNÍ FILOZOFIE	127
DOMÁCÍ LÉKÁRNA Z BOŽÍ ZAHRADY	135
MÁ PŘEDNÁŠKA V ST. GALLENU	287
MALÝ LEXIKON LÉČIVÝCH BYLIN	307
REJSTŘÍK POJMŮ	329