

OBSAH

Poděkování	11	3/ ZDRAVÉ LÉČENÍ	
Předmluva.....	12	Léčivé schopnosti zvuku	
OUVERTURA: ŘEČ ANDĚLŮ		a hudby.....	63
A ATOMŮ	14	Jak instrumentovat svůj život	64
ÚVOD: LÉČIVÝ VÁNEK SLOV	15	Jak dosáhnout celistvosti	65
Procitnutí	17	Jak nás hudba ovlivňuje	66
Neslyšný zvuk.....	19	Nejen Amadeus.....	79
Univerzální jazyk.....	21	Pulz, tempo a vzorec	81
		Zvukový rozkvět	83
		Buben života	84
1/ ZDRAVÉ POČÁTKY		4/ ZDRAVÝ HLAS	
Mozartův efekt	24	Váš prvotní léčebný nástroj.....	86
Další Rosettská deska.....	25	Prvotní hlas.....	87
Zvukové znovuzrození.....	27	Tónuji, tedy jsem.....	90
Věda o ukolébavkách	32	Hlasy Venuše a Marta	98
Proč zrovna Mozart?	35	Moc gregoriánského zpěvu	101
2/ ZDRAVÉ NASLOUCHÁNÍ		Monotónní zpěv – živoucí	
Anatomie zvuku, sluchu		umění	105
a poslouchání	39	Alikvotní zpěv	107
Tvar zvuku	41	Duchovní dúva, dúva	108
Zvuk zneklidňuje	42	Tao rapu	109
Sluch, strava a životní prostředí.....	45	Znovunalezený ráj	111
Naslouchání tělem	47	5/ ZDRAVÁ MEDICÍNA	
Umění naslouchat.....	49	Použití hudby při léčbě	
Tělocvik pro ucho	51	a rehabilitaci	116
Pravé ucho, levé ucho.....	54	Léčivé procitnutí	121
Poslech a poloha těla	56	Hudba na operačním sále.....	123
Jak tleská jedna ruka?.....	60	Kde se předepisuje hudba.....	125
Unisono dvou harf.....	61	Legenda o prapísni	127

Domorodá hudba dnes.....	129
Léčba tradiční hudbou.....	131
Léčba za pomoci bubnování.....	139
Spontánní léčení hudbou.....	140
Doktore, uzdrav se sám!.....	141
Od eurytmie po Elvise.....	143

6/ ZDRAVÉ OBRAZY

Instrumentace mysli a těla.....	145
Zobrazování: nejen vizuální.....	146
Jak dostat obrazy z těla.....	148
Hudba a krajina našeho nitra.....	150
Zobrazování a relaxace.....	152
Placebo efekt.....	153
Jak se plave v nevědomí.....	156
Asistované zobrazování a hudba.....	159

7/ ZDRAVÝ INTELEKT

Jak pomocí hudby zlepšit učení a tvořivost.....	163
Harmoničtější učení.....	164
Hudební inteligence.....	166
Jazykové schopnosti a hudba.....	167
Urychlené učení.....	169
Hudební vzdělávání a Orff-Schulwerk.....	171
Suzukiho metoda.....	174
Spojení mozek-hudba.....	177
Od chaosu ke kreativitě: džez, samba a hudební improvizace.....	179
Zvuk pozitivního myšlení.....	181
Muzak, hudba sfér.....	184
Zvukové přestávky.....	185
Hudba pro nové tisíciletí.....	190

8/ ZDRAVÝ DUCH

Most mezi životem a smrtí.....	192
Odkraď se domů.....	192
Kalich spočinutí.....	194
Závěrečný refrén.....	197

CODA: VĚČNÁ PÍSEŇ.....	200
------------------------	-----

DOHRA: ZÁZRAČNÉ PŘÍBĚHY

O LÉČBĚ A UZDRAVENÍ.....	202
Agresivní a asociální chování.....	204
AIDS.....	205
Akutní bolest.....	206
Alergie.....	207
Alzheimerova choroba.....	208
Artritida.....	209
Astma (potíže s dýcháním).....	210
Autismus.....	211
Cukrovka.....	214
Děložní hrdlo – vyšetření.....	214
Deprese.....	215
Downův syndrom.....	217
Epilepsie.....	218
Hlava – bolesti.....	220
Hypertenze.....	221
Chronický únavový syndrom.....	222
Insomnie.....	223
Menopauza.....	223
Mozková obrna.....	224
Mrtvice.....	225
Nadváha.....	225
Neuromuskulární a kostní poruchy.....	226
Odřeniny.....	227
Opožděný vývoj.....	227
Paranoia a válečná propaganda.....	229

Parkinsonova choroba	230	Srdeční choroby	241
Popáleniny	230	Těhotenství a porodní bolesti	244
Porucha pozornosti (ADD)	231	Tinitus	246
Poruchy učení.....	233	Toaleta – nácvik	247
Předčasný porod	234	Trauma	247
Předsudky a diskriminace	235	Úzkost	250
Psychosociální vývoj	236	Záda – bolesti	251
Rakovina	236	Zármutek	252
Rehabilitace	239	Závislost na omamných látkách	253
Rýma.....	239	Zneužívání	254
Schizofrenie	240	Zuby – problémy různého druhu.....	255
Spisovatelství – psychický blok.....	241		

Doporučená literatura..... 257

Poznámky, citace, vysvětlivky 261

A handwritten signature in dark ink, followed by a large, horizontal, scribbled-out mark that spans across the page.