

Obsah

Úvod	5
Odkud se berou děti?	7
Co věděli již staří Řekové	7
Jak skutečně vznikají chlapci a dívky	9
Sexratio: Kolik chlapců se rodí na 100 dívek?	11
Přirozené a civilizační vlivy na poměr obou pohlaví	12
Chlapci mají (ještě stále) přednost	15
Několik výsledků sociologických studií	15
Jaké závěry z toho lze vyvodit?	17
Pověry, domácí prostředky a moderní metody k ovlivnění pohlaví dítěte	18
Placenta pod ořešákem	18
Lékařské metody volby pohlaví před početím	19
Laboratorní metody selekce spermií	20
Dieta	22
Studie dr. Françoise Papy	22
Zásady diety	25
Na co musíme při dietě dbát	27
Jak je dieta úspěšná? -	29
Vyskytuje se nebezpečí nebo vedlejší účinky?	29
Jaké místo zaujímají v dietě maso, ryby a vejce?	30
Dieta pro početí chlapce	32
Výběr správných potravin	32
Recepty	33

Čtyřtýdenní plán diety pro chlapce	34
Snídaně	41
Svačiny	48
Obědy a večeře	54
Složení minerálních látek v jednotlivých pokrmech	78
Dieta pro početí dívky	85
Výběr správných potravin	85
Recepty	88
Při „dívčí“ dietě se musí velmi málo solit!	88
Čtyřtýdenní plán diety pro děvče	89
Chléb a pečivo	96
Snídaně	98
Svačiny	103
Obědy a večeře	108
Složení minerálních látek v jednotlivých pokrmech	133
Literatura	139