

OBSAH

Úvod	5
Cestou ke zdraví	7
Modré zóny dlouhověkosti	10
Zamyslete se nad tím, co jíte	12
Inspirace od vegetariánů a veganů	15
Proč jsme systémově nemocní?	17
Chcete-li být zdraví, změňte stravu	19
Potenciální vetřelci čekají	22
Nebýt sám sobě nepřítelem	24
Protézy mozku či umění meditace?	27
Jednoduché techniky samoléčby	29
Chvála líbání	33
Kdy líbání škodí	36
Chemie lásky	39
Ach, ta paměť?	41
Stárneme zdravě?	43
Proč stárneme	47
Život je programovaná smrt	49
Rizika metabolického syndromu	52
Sdílení duchovních hodnot	56
Příroda a zdraví	59
Kamsi do jater Prométheových	61
Mikrobiota – druhé tělo člověka	65
Soužití člověka s mikroby	68
Bakterie jako pracovní nástroj	71
Přesýpací hodiny	73
Místo symbolu dutý sval	76

20	Absurdní žití	78
07	Rozum a zkušenost	81
07	Život v postživotě	85
07	Tady a dnes	89
07	Pásmová nemoc	92
18	Žít vlastní sen	95
08	Proč?	98
20	Dějinná spirála	101
08	Riziko civilizační frustrace	103
10	Nová technologická revoluce	106
09	Kybernetický futurismus	108
70	Hlasy z podvědomí	110
00	Pečeť totality	113
00	Život na pokraji arytmie	115
00	Pěší zóna	118
00	Kde ustrnul pohyb Diskobola?	121
11	Krmný hmyz	124
21	Bulvarizace – masová potrava	127
71	Fatamorgana nebo skutečnost?	130
05	Kámen Sisyfův	135
15	Potřeba udělat inventuru	139
21	Hledání jistoty v nejistotě	141
03	Karcinom globálního velkoměsta	145
10	Životní iluze	149
00	Absurdnost v čase	153
00	Čisté radosti	157
07	V překračujícím čase	159
18	Přístav vzdálené touhy	162

87	Imaginace přírodou	165
12	Spojené nádoby žití	170
28	Lidské nástroje	173
48	Hledání duše	175
50	Svoboda dobra a zla	178
70	Markery duše	181
80	Láska je aktivita	183
10	Tma pod sluncem	185
60	Pohled z měsíce	188
66	Světlo	191
80	Diagnóza prázdnoty?	194
61	Bod v prostoru	197
61	Boj o lidskou bytost	200
21	Temné síly	203
81	Kapka medu	206
15	O smyslu věčnosti	209
45	Dilema	211
73	Hamlet tekuté doby	215
68	Kinetický obraz mysli	217
28	Mezihra	220
61	To ticho... ..	222
11	Krásno	225
24	Podzimní motiv	228
62	Vesmír	231
62	V hluchém domě	233
77	Klinická smrt	236
68	Nepopsaná radost žít	239
58	Na břehu řeky Léthé	242

O naději tluchořů	246
Genius loci	249
Zvukoprázdno	252
Umění a medicína	255
Rovnost v bratrství	258
Limity	261
Neviditelné přání	264
Analýza přítomnosti	267
Obrodit své nitro	269
Po bouři	272
Civilizační anosognózie	275
Biosféra	278
Průnik časem	281
Zdravá rodina	284
Život je krásný, ale není peříčko	286
Necht' skulinami duše prýští radost (Doslov)	289
Ediční poznámka	297