

OBSAH

POČÁTEK	11
V kostce	11
Úvodní slovo	12
Pár slov k obálce	13
Více o knize	14
PRVOTNÍ ÚVAHY	16
Navázat na předchozí tvorbu	16
Zpropadená smyčka	17
Skutečně potřebujeme jíst?	19
Světelná výživa přichází	20
První pokus	21
DNA a kronika života	24
ČLOVĚK A JEHO POTŘEBY	25
Palivo a stavební kameny	25
Energie	27
Množství stravy a útlum	28
Je hlad relevantní ukazatel?	30
Solar a žaludek	31
Předběžný úbytek hmotnosti	32
LIDSKÁ FOTOSYNTÉZA	34
Získávání energie ze světla	34
Není to jen o chlorofylu	36
Melanin a nesmrtelnost	37
Pár poznámek na závěr	37
A CO BYLO DÁL?	39
Jídlo a struktura dne	39

Poznámky k procesu	40
Příliš mnoho informací	42
Půsty a hladovění	42
Diety jsou doménou marketingu	44
ENERGETIKA STRAVY	45
O PŮSTECH A HLADOVĚNÍ	48
Metabolismus	50
Svalová hmota a růstový hormon	51
Glykémie	52
Kalorická restrikce není dobrá volba	52
Hlad a psychika	53
Hlad jako energetická očista	55
Změny hmotnosti během půstu	58
Suchý půst	59
Acidóza a endogenní výživa	60
Autofagie – buněčná očista	62
BEZ FYZIKY TO NEPŮJDE	63
Elektromagnetické spektrum	63
Od záření k bioenergetice	64
Fyzikální vakuum	65
Z čeho je hmota	66
Nejen $E=mc^2$	67
BIOENERGETIKA ČLOVĚKA	69
Životní síla	71
Éterické tělo	72
NOVÉ FUNGOVÁNÍ ČLOVĚKA	74
Člověk jako vesmír	74
Jsme pouhá fyzická hmota?	75
Vědecká vysvětlení světelné výživy	76
PRÁNICKÁ VÝŽIVA	78

Výživa pránou – světlem	79
SYSTÉMY VÝŽIVY TĚLA	80
Trávicí systém	81
Dýchací, kožní a přímý systém	83
Napájení zemí	84
Prána a dech	84
ELEKTRONOVÁ VÝŽIVA, TVORBA ŽIVIN A ENERGIE	86
Elektronová výživa a energetická centra	86
Buněčná tvorba živin a energie	87
Uzavření tématu energetické výživy	89
POTENCIÁL UKRYTÝ V DNA	90
Dna a fotony	91
Lidská DNA a dlouhověkost	92
Mozek, vědomí a myšlení	95
TRANSMUTACE PRVKŮ	96
Biologická transmutace	97
ENERGIE NULOVÉHO BODU	99
Energie a SOEP	99
Tachyon a elektrony	100
Biofotony a živé molekuly	101
SLOVO NA ZÁVĚR	103
ROK 2021 JAKO PUZZLE	104
ŽIVOTOPIS	114
KONTAKT	117
LITERÁRNÍ ZDROJE	118