OBSAH

I. Život jako cesta k naší duši 13

II. Intuice aneb jak najít cestu k sobě 26

III. Pokračování příběhu 35

IV. Stresové faktory a jejich vliv na zdraví 47

V. Funkční medicína jako renesance moderní západní medicíny 58

VI. Digitální svět a odcizení člověka člověku 71

VII. Mít se rád 81

VIII. Autoimunitní poruchy: Epidemie dnešní doby 91

IX. Epigenetika aneb geny nabíjejí zbraň, prostředí stiskne spoušť 104

X. Chronické nemoci a jak na ně 117

XI. Řeč pocitů 133

XII. Skutečná prevence a střevní mikrobiom 139

XIII. Psychická pohoda a zdravá střeva 154

XIV. Rakovina jako rukavice hozená Bohem 163

XV. Našim nejmenším aneb jak jít příkladem 175

XVI. Svět mužů a žen 186

XVII. O biorytmech, kvalitě vody a nemoci jako adekvátní biologické reakci 202