Obsah

Slovo Marka Finleyho ★ 7
Pandemie, nemoci a proroctví ★ 9
Jak překonat strach, obavy a úzkost ★ 19
Objev nejúčinnější vakcíny ★ 30
Jak žít kvalitní život v těžkých časech ★ 41
Jak být zdravý v nezdravém světě ★ 52
Den poté ★ 64
Jak přežít ekonomický kolaps ★ 75
Věčné a bezpečné útočiště ★ 87