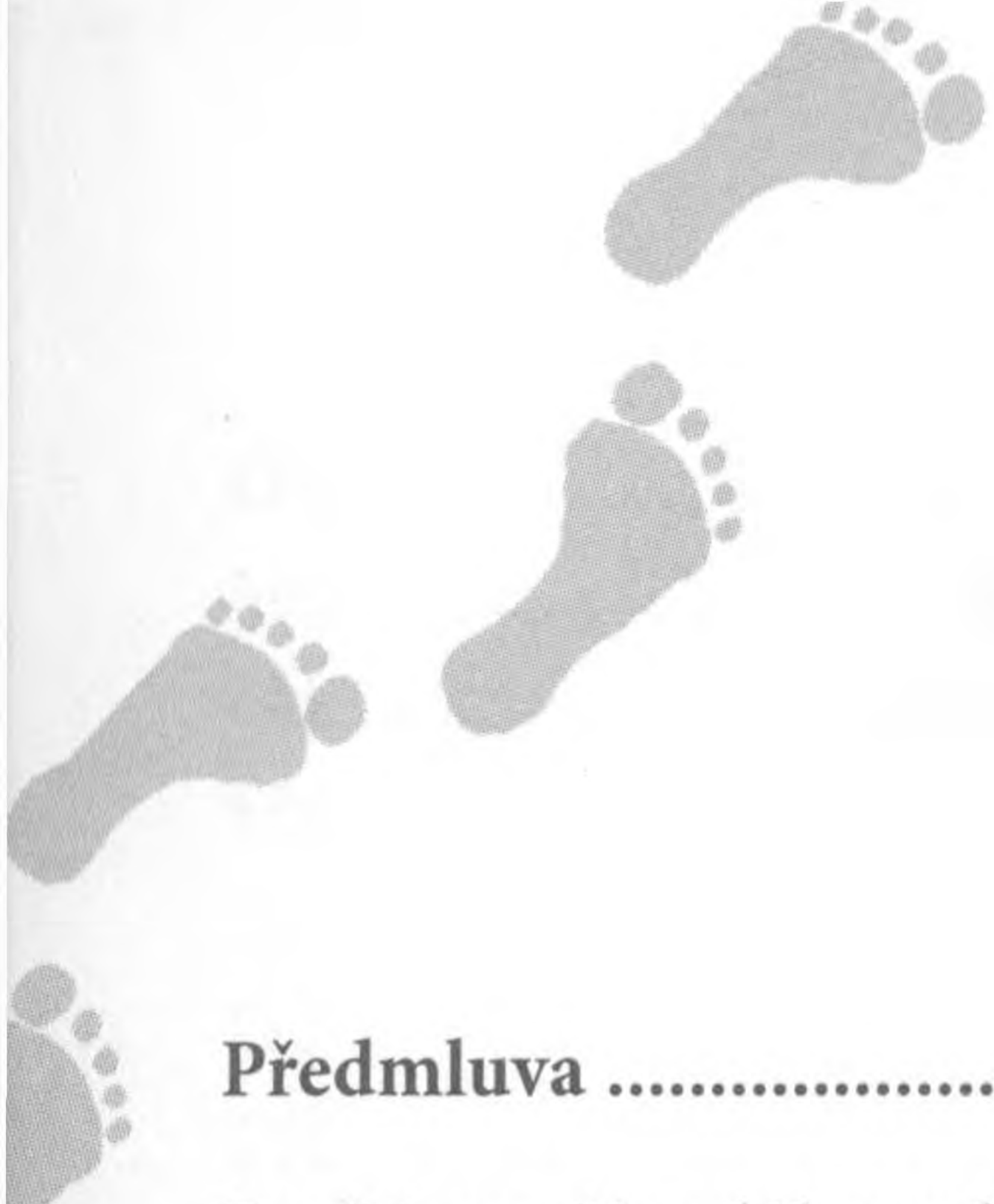




Obsah

Předmluva	11
Proč jsme čím dál nezdravější – chybějící spojení.....	15
Zázrak Matky Země	16
Elektrické „vy“ a vaše elektrická planeta	19
Syndrom odpojení.....	27
Převratná odhalení.....	37
Znovuzapojení: Příběh Clinta Obera.....	38
Trampoty vědce amatéra	46
Prozření kardiologa: Příběh Stevea Sinatry.....	57
Vědecké zapojení	63
Prapůvodní lék proti zánětu.....	64
Obraz se začíná spojovat	74
Termální a fotografické snímky účinků uzemnění	83
Kronika uzemnění.....	101
Uzemnění pro začátečníky: Jak se zapojit	102
Patnáct let uzemnění: Postřehy Clinta Obera.....	110
Kardiovaskulární zapojení: Pohled Stevea Sinatry.....	118
Zapojení od hlavy až k patě: Systémové účinky uzemnění.....	137
Ženské zapojení: Uzemnění a ženy	184
Sportovní zapojení: Uzemnění v akci	198
Zapojení zvířat: Uzemnění a domácí mazlíčci	211
Dlouhodobé zapojení: Proč je tak důležité zůstat zapojen	218
Zapojení budoucnosti: Čeká nás uzemňovací revoluce	220
Přílohy	225
Fyzika uzemnění – zjednodušená	226
Technické poznámky k metodám uzemnění.....	236
Pozor: Uzemnění a užívání léků	241

Earthing Institute.....	243
Kontrolní seznam symptomů a záznam o pokrocích	244
Uzemnění v dávných dobách a domorodých kulturách.....	245
Výzkumy uzemnění.....	253
Vybraná bibliografie	262
Poděkování	267
Rejstřík.....	271
O autorech	274