

OBSAH:

Poděkování

7

ČÁST PRVNÍ

Země kde není nikdo starý

11

PRAKTICKÉ CVIČENÍ: Jek interpretovat naše tělo

52

ČÁST DRUHÁ

Stárnutí a vědomí

59

PRAKTICKÉ CVIČENÍ: Využívání síly vědomí

105

ČÁST TŘETÍ

Vítězství nad entropií

121

PRAKTICKÉ CVIČENÍ: Moudrost nejistoty

185

Č Á S T Č T V R T Á
Věda dlohověkosti

203

PRAKTICKÉ CVIČENÍ: Dech života

274

Č Á S T P Á T Á
Zlomení kouzla smrtelnosti

289

PRAKTICKY: Způsob, jak se dobrat bezčasosti

329