

---

---

# Obsah

---

---

<b>Konkrétní utopie</b>	<b>5</b>
<b>Stejně jako bohové</b>	<b>23</b>
<b>Odolnost – po celý rok</b>	<b>45</b>
<b>Krok za krokem k předčasnému stárnutí</b>	<b>59</b>
<b>Test potenciální dlouhověkosti</b>	<b>83</b>
<b>Metuzalémův gen</b>	<b>93</b>
<b>Pozor na radikály!</b>	<b>109</b>
<b>Potomci šamanů</b>	<b>119</b>
<b>Omládněte smíchem</b>	<b>137</b>
<b>Tajemství jogínů</b>	<b>145</b>
<b>Epilog</b>	<b>161</b>
<b>Poděkování</b>	<b>163</b>
<b>Dodatek</b>	
<b>Přehled vitamínů</b>	<b>165</b>
<b>Můj vlastní revitalizační program</b>	<b>169</b>
<b>Literatura</b>	<b>171</b>