

# OBSAH

**Únava, energie a kvantově mechanické tělo** *(stopa 1)*

**Jedinečná konstituce mysli těla** *(stopa 2)*

**Jak důležité je dobře trávit** *(stopa 3)*

**Strava a energie** *(stopa 4-5)*

**Jak se zbavit únavy snížením stresu** *(stopa 6-7)*

**Využití přírodních rytmů k vytvoření energie** *(stopa 8-9)*

**Chronická únava v dnešním životním prostředí** *(stopa 10)*

**Radost jako základ energie** *(stopa 11)*

**4 hodiny 2 minuty**