

# Inhoud

Ten geleide	9
De metabole mens	11
Uitdaging 11 — Denkstof 13 — Twistpunt 16 — Het parate   brein 18 — Subtiel brein 21 — Denkkader 24 — Intervaltijd 26	
Transitie	31
Stofwisseling 31 — Uitbreiding 34 — Ontlichaming 36 — For-   mattering 38 — Dictatuur 41 — Mutaties 44 — Adaptatie 47   — Samenspraak 50	
Dynamiek	53
Veranderen en omzetten 53 — Metabolisme 54 — Zuiverheids-   ideaal 57 — Beweeglijkheid 59 — De plaats van de ziel 62   — Metabolica 65 — Vreemde taal 68	
Lichaam	73
Energetisch 73 — Dissectie 75 — Twee-eenheid 77 — Lijfelijk 80   — Fijnstoffelijk 82 — Opname 84 — Blootstelling 86	
Bedreigend?	91
Psychosomatiek 91 — Chronisch 94 — Leefstijlgeneeskunde 97   — Ziekte 99 — Tweestrijd 101 — Inzetbaar vermogen 103   — Beproefd 106	

<b>Gezondheid</b>	111
Gezondheidsideaal 111 — Genezing 114 — Zelfliefde 116 — Van mens tot mens 118 — Eeuwige onrust 120 — Lijfelijke integriteit 122 — Psychisch lijden 125 — Eindstreep 127	
<b>Bejaard?</b>	131
Seniorendom 131 — Agisme 134 — Oud is niet out 136 — Belichaming 138 — Oude dag 141 — Waardigheid 143 — Spel van krachten 145	
<b>Alles gaat over</b>	149
Levenskracht 149 — Nu wel, nu niet 152 — Kringloop 154 — Niets vergaat 157 — Met of zonder beenderen 162 — Van stof tot stof 164 — Stoffelijk overschot 167 — Lijfspreuk 169	
<b>Literatuurlijst</b>	173