

# OBSAH

<b>Řekli o knize Když tělo řekne ne</b>	<b>5</b>
<b>Poznámka pro čtenáře</b>	<b>9</b>
<b>Předmluva nakladatele</b>	<b>10</b>
O blikající přístrojové desce	10
<b>1 Bermudský trojúhelník</b>	<b>15</b>
<b>2 Až příliš poslušná holčička</b>	<b>25</b>
<b>3 Stres a emoční kompetence</b>	<b>37</b>
<b>4 Pohřbeni zaživa</b>	<b>49</b>
<b>5 Když nikdy nejste dost dobří</b>	<b>67</b>
<b>6 Tebe se to týká taky, mami</b>	<b>77</b>
<b>7 Stres, hormony, potlačování a rakovina</b>	<b>89</b>
<b>8 Ze špatného vzešlo něco dobrého</b>	<b>105</b>
<b>9 Existuje něco jako „osobnost náchylná k rakovině“?</b>	<b>119</b>
<b>10 Řešení 55 procent</b>	<b>131</b>
<b>11 Je to jen vymyšlené</b>	<b>139</b>
<b>12 Zemřu napřed tam nahoře</b>	<b>153</b>
<b>13 Kde jsou hranice mého já: zmatení imunitního systému</b>	<b>163</b>
<b>14 Křehká rovnováha: biologie vztahů</b>	<b>179</b>
<b>15 Biologie ztráty</b>	<b>189</b>
<b>16 Tanec generací</b>	<b>199</b>

<b>17 Biologie přesvědčení</b>	<b>213</b>
1. Musím být silná/silný	217
2. Není v pořádku, když se hněvám	218
3. Když se budu hněvat, ostatní mě nebudou mít rádi	218
4. Zodpovědnost za celý svět leží na mých ramenou	219
5. Zvládnou cokoli	220
6. Nikdo mě nechce – nikdo mě nemůže mít rád	221
7. Neexistuji, pokud něco nedělám. Musím ospravedlňovat svou existenci	222
8. Moje nemoc musí být hodně vážná, abych si zasloužila/zasloužil, aby o mě někdo pečoval	222
<b>18 Síla negativního myšlení</b>	<b>225</b>
<b>19 Sedm principů uzdravení</b>	<b>241</b>
1. Přijetí	245
2. Uvědomění	248
3. Hněv	249
4. Nezávislost	254
5. Vazby	257
6. Asertivita	258
7. Ujistění	259
<b>Poznámky</b>	<b>261</b>
<b>Zdroje</b>	<b>274</b>
<b>Poděkování</b>	<b>276</b>
<b>Rejstřík</b>	<b>278</b>
<b>O autorovi</b>	<b>289</b>
<b>Příručka pro kolibříky</b>	<b>297</b>
22 věcí, které můžeme dělat v Česku a na Slovensku v době ekologické a sociální krize	297
<b>Úplně na závěr</b>	<b>307</b>
Zde jsou všechny naše knihy	307
<b>Zbytečně neškodit</b>	<b>311</b>