

OBSAH

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

17 Biologie přesvědčení

1. Musím být silná/silný
2. Není v pořádku, když se hněvám
3. Když se budu hněvat, ostatní mě nebudou mít rádi
4. Zodpovědnost za celý svět leží na mých ramenou
5. Zvládnou cokoliv
6. Nikdo mě nechce – nikdo mě nemůže mít rád
7. Neexistuji, pokud něco nedělám.
Musím ospravedlňovat svou existenci
8. Moje nemoc musí být hodně vážná,
abych si zasloužila/zasloužil, aby o mě někdo pečoval

18 Síla negativního myšlení

19 Sedm principů uzdravení

1. Přijetí
2. Uvědomění
3. Hněv
4. Nezávislost
5. Vazby
6. Asertivita
7. Ujištění

Poznámky

Zdroje

Poděkování

Rejstřík

O autorovi

Příručka pro kolibříky

Úplně na závěr