

# OBSAH

Předmluva .....	7
Jak pracovat s knihou.....	11
<b>Kapitola 1. Neskutečná realita.....</b>	<b>13</b>
Kolik lidí - tolik světů, dokonce víc... ..	17
Podvědomé programy .....	22
Co je třeba vědět o svém podvědomí .....	27
Jak navázat přímý kontakt s podvědomím.....	34
<b>Kapitola 2. Jak si lidé vytvářejí nemoci.....</b>	<b>41</b>
Co je to nemoc? .....	41
Existující model v medicíně .....	51
Nový model medicíny doktora Sinelnikova .....	52
<b>Kapitola 3. Zhoubné myšlenky .....</b>	<b>68</b>
Pýcha, egoizmus .....	69
Kritika, nároky a nespokojenost .....	77
Odsuzování .....	82
Pohrdání.....	89
Nepřízeň.....	92
Nenávist .....	94
Podrážděnost .....	100
Hněv a zlost.....	102
Ukřivděnost .....	106
Pomsta.....	111
Rozmrzelost.....	113
Zklamání .....	114
Pomlouvání a zlomyslnost.....	116
Chvastounství .....	118

Pocit viny a trest.....	119
Sebekritika, sebetřýznění, nespokojenost se sebou, sebeodsuzování, opovržení a nenávisť k sobě.....	129
Strach, neklid a úzkost.....	134
Pochybnosti a nejistota.....	143
Lítost.....	146
Soustrast.....	149
Smutek, skleslost, deprese.....	150
Přejídání a obžerství.....	156
Ziřtnost, lakota, chtivost.....	158
Závist.....	162
Licoměrnost.....	164
Lež a klam.....	166
Lichocení.....	169
Žárlivost.....	170
Smilstvo a cizoložství.....	174
<b>Kapitola 4. Metoda ponoření a podvědomého programování...</b>	<b>180</b>
Plán přeprogramování.....	192
Přehodnocení a změna osobního příběhu.....	194
Technika přehodnocení.....	198
Příloha.....	202
Doslov.....	209