

Obsah

Úvod	7
------------	---

LÉČEBNÝ SYSTÉM

1. Prolog v deštném pralese	15
Podoby léčení: Kristin	24
2. Přímo na vlastním prahu	28
Podoby léčení: Harvey a Phyllis	43
3. Doporučení	48
Podoby léčení: Al	57
4. Lékařský pesimismus	62
Podoby léčení: John	71
5. Léčebný systém	74
Podoby léčení: Oliver	89
6. Role psychiky při léčení	91
Podoby léčení: Mari Jean	107
7. Tao léčení	110
Podoby léčení: Jan	118
Podoby léčení: Ethan	121
Podoby léčení: Eva	126

OPTIMALIZACE LÉČEBNÉHO SYSTÉMU

8. Optimalizace vlastního léčebného systému: přehled	131
9. Léčivá dieta	138
10. Jak se chránit před toxiny	157
11. Užívání povzbuzujících prostředků	174
12. Aktivita a odpočinek	190
13. Mysl a duše	197
14. Osmítýdenní program optimalizace léčivých schopností	212

KDYŽ ONEMOCNÍTE

15. Správně se rozhodnout	225
16. Zvážení možností	241
17. Sedm postupů úspěšného pacienta	250
18. Zvládání hlavních kategorií nemocí	254
19. Rakovina jako zvláštní případ	268
Doslov: předpisy pro společnost	278
Poděkování	283