

# POZNÁVKY OBSAH

Poznámka autorky	9
Úvod	11
1. PŘEDSTÍRÁNÍ: Jak to, že to funguje?	20
2. DEVIANTNÍ MYŠLENKA: Když je účel vším	45
3. SÍLA PAVLOVOVA REFLEXU: Jak trénovat imunitní systém	70
4. BOJ S ÚNAVOU: Konečně svoboda	92
5. V TRANSU: Představte si trávicí trubici jako řeku	113
6. PŘEHODNOCENÍ BOLESTI: Do ledového kaňonu	136
7. MLUV SE MNOU: Proč je zájem důležitý	157
8. ÚTOK NEBO ÚTĚK: Ubíjející myšlenky	181
9. RADOST Z PŘÍTOMNÉHO OKAMŽIKU: Jak změnit mozek	209
10. FONTÁNA MLÁDÍ: Tajemná síla přátelství	234
11. SÁZKA NA ELEKTRINU: Nervy, které léčí	261
12. HLEDÁNÍ BOHA: Pravý Lurdský zázrak	287
Závěr	315
Poznámky	335
Poděkování	379