

Obsah

Poděkování.....	9
Předmluva k americkému brožovanému vydání	11
Úvod	15
1. Vy, kdož máte oči, zřete.....	31
<i>Náhledy do mysli</i>	
2. Porcovací nůž a zoubková víla	43
<i>Předehra k mozku a chování</i>	
3. Jak je to s láskou a depresí	57
<i>Hluboký limbický systém</i>	
4. Podpora pozitivního myšlení a posilování vztahů... 79	
<i>Metody léčení hlubokého limbického systému</i>	
5. Jak je to s úzkostí a strachem	113
<i>Bazální ganglia</i>	
6. Zvládání strachu.....	131
<i>Metody léčení bazálních ganglií</i>	
7. Jak je to s nepozorností a impulzivností	147
<i>Prefrontální kůra</i>	

8. Jak se soustředit	175
<i>Metody léčení prefrontální kůry</i>	
9. Jak je to s obavami a obsesemi	195
<i>Cingulární systém</i>	
10. Odblokování	221
<i>Metody léčení cingulárního systému</i>	
11. Jak je to s pamětí a povahou.	241
<i>Spánkové laloky</i>	
12. Povznášející zážitky	263
<i>Metody léčení spánkových laloků</i>	
13. Na temné straně	273
<i>Násilí aneb Kombinace problémů</i>	
14. Zanášení mozku toxickými látkami	289
<i>Vliv užívání drog a alkoholu na mozek</i>	
15. Chybějící články	313
<i>Drogy, násilí a mozek</i>	
16. Miluji tě, nesnáším tě, dotýkej se mě, ne, nesahej na mě, a tak dále.	327
<i>Modely mozku, které se neslučují s partnerstvím</i>	
17. Pomoc!	357
<i>Kdy a jak vyhledat odbornou péči</i>	
18. Kdo Andrew ve skutečnosti je?	373
<i>Otázky o samé podstatě našeho lidství</i>	
19. Doporučení a varování	377
<i>Přehled způsobů, jak optimalizovat funkce mozku a zbavit se špatných návyků</i>	
Dodatek: Poznámky k lékům.	383
Použitá literatura	392
Rejstřík	395