

OBSAH

Prológ: Jablko	7
Úvod: Záhada	13
Prvá časť: Trhlina v starom príbehu	29
1. Palica	31
2. Nerovnováha	45
3. Výnimka pre žiaľ	63
4. Prvá vlnka na Mesiaci	73
Druhá časť: Strata spojenia:	
Deväť prípadov depresie a úzkosti	89
5. Dvíhame vlnku (Úvod do druhej časti)	91
6. Prvý prípad: Strata spojenia so zmysluplnou prácou	93
7. Druhý prípad: Strata spojenia s inými ľuďmi	111
8. Tretí prípad: Strata spojenia so zmysluplnými hodnotami	139
9. Štvrtý prípad: Strata spojenia s traumou z detstva	161
10. Piaty prípad: Strata spojenia s postavením a uznaním	177
11. Šiesty prípad: Strata spojenia s prírodou	189
12. Siedmy prípad: Strata spojenia s nádejnou alebo bezpečnou budúcnosťou	203
13. Ôsmy a deviaty prípad: Zmeny v mozgu a skutočná úloha génov	221

Tretia časť: Obnovené spojenie, alebo Iný typ antidepresív	241
14. Krava	243
15. Toto mesto sme postavili my	251
16. Obnovené spojenie číslo jeden: S druhými ľuďmi	273
17. Obnovené spojenie číslo dva: Spoločenské kontakty na predpis	289
18. Obnovené spojenie číslo tri: So zmysluplnou prácou	307
19. Obnovené spojenie číslo štyri: So zmysluplnými hodnotami	323
20. Obnovené spojenie číslo päť: Sympatizujúca radosť a prekonanie závislosti od ega	335
21. Obnovené spojenie číslo šesť: Uvedomenie si a prekonanie traumy z detstva	369
22. Obnovené spojenie číslo sedem: Obnovenie budúcnosti	375
Na záver: Návrat domov	391
Poďakovanie	403