

## OBSAH

Poděkování	7
Předmluva	9
Kapitola 1. Úvod do hypnózy	13
Kapitola 2. V transu	29
Kapitola 3. Autohypnóza	39
Kapitola 4. Prostředky k uvolňování mysli a protistresové texty	60
Kapitola 5. Otázka víry: alternativní výrobky	71
Kapitola 6. Kazuistika	86
Dodatek	97
Slovníček	99
Bibliografie	101