

OBSAH

| | |
|--|------------|
| Předmluva nakladatele | 11 |
| Řekli o knize Mýtus normálnosti | 17 |
| Poznámka autora | 23 |
| Úvod Proč je normálnost mýtem (a proč na tom záleží) | 24 |
| Část I – Naše vzájemně propojená podstata | 33 |
| Kapitola 1 To poslední místo na světě, kde byste chtěli být: Různé stránky traumatu | 35 |
| Kapitola 2 Život v nehmotném světě: Emoce, zdraví a jednota těla i duše | 50 |
| Kapitola 3 Lomcuješ mým mozkiem: Naše nanejvyš mezilidské biologické procesy | 60 |
| Kapitola 4 Všechno, co mě obklopuje: Depeše nové vědy | 65 |
| Kapitola 5 Vzpoura těla: Záhada bouřící se imunity | 71 |
| Kapitola 6 Není to nějaká lecjaká věc: Nemoc jako proces | 82 |
| Kapitola 7 Traumatizující napětí: Vazby kontra opravdovost | 90 |
| Část II – Deformace lidského vývoje | 101 |
| Kapitola 8 Kým ve skutečnosti jsme: Lidská přirozenost, lidské potřeby | 102 |
| Kapitola 9 Robustní nebo křehké základy: Nevyhnutelné potřeby dětí | 108 |
| Kapitola 10 Problémy už na prahu života: Než se vůbec narodíme | 117 |
| Kapitola 11 Copak mám na vybranou? Porod v medikalizované kultuře | 124 |
| Kapitola 12 Zahradničení na Měsíci: Rozklad rodičovství | 133 |
| Kapitola 13 Tlačení mozku špatným směrem: Sabotáž dětství | 146 |
| Kapitola 14 Šablona strádání: Jak kultura formuje naši povahu | 158 |
| Část III – Přehodnocení abnormality: Neduhy jako forma přizpůsobení | 165 |
| Kapitola 15 Jen nebýt sám sebou: Vyvracení mýtů o závislosti | 166 |
| Kapitola 16 Ruku nahoru: Nový pohled na závislost | 175 |
| Kapitola 17 Nepřesná mapa naší bolesti: V čem se mýlíme u duševních nemocí | 183 |
| Kapitola 18 Mysl dokáže úžasné věci: Od šílenství ke smyslu | 195 |

| | |
|---|------------|
| Část IV – Toxické elementy naší kultury | 209 |
| Kapitola 19 Od společnosti k buňce: Nejistota, konflikt a ztráta kontroly | 210 |
| Kapitola 20 Okrádání lidského ducha: Ztráta spojení a její kritici | 217 |
| Kapitola 21 Je prostě jenom nezajímá, jestli vás to zabije: Sociopatie jako strategie | 224 |
| Kapitola 22 Útok na povědomí o vlastním já: Jak se vám rasa a třída dostávají pod kůži | 233 |
| Kapitola 23 Tlumiče otřesů naší společnosti: Proč jsou na tom ženy hůř | 244 |
| Kapitola 24 Pociťujeme jejich bolest: Svět naší politiky prodchnutý traumaty | 254 |
| | |
| Část V – Cesty k celosti | 265 |
| Kapitola 25 Když vede mysl: Otvírání cesty ke zdraví | 266 |
| Kapitola 26 Čtyři principy a pět projevů soucitu: Základní kameny uzdravování | 275 |
| Kapitola 27 Strašlivý dar: Nemoc jako učitelka | 286 |
| Kapitola 28 Než tělo řekne ne: První kroky na cestě návratu k vlastnímu já | 297 |
| Kapitola 29 Vidět znamená nevěřit: Jak se zbavit falešných omezujících domněnek | 306 |
| Kapitola 30 Z nepřátel přáteli: Jak pracovat s překážkami na cestě uzdravování | 312 |
| Kapitola 31 Ježíš v týpí: Psychedelika a uzdravování | 324 |
| Kapitola 32 Můj život jako opravdová věc: Dotknout se ducha | 334 |
| Kapitola 33 Jak se zbavit mýtu: Vize přičetnější společnosti | 345 |
| | |
| Poděkování | 356 |
| Poznámky a zdroje | 359 |
| Rejstřík | 383 |
| Ekologické nakladatelství | 408 |
| Příručka pro kolibříky | 409 |
| Úplně na závěr | 411 |