

Spis treści

WSTĘP DO WYDANIA TRZECIEGO	5
DROGI CZYTELNIKU!.....	7
SŁOWO WSTĘPNE	9
Część I	
NOWOTWORY ZŁOŚLIWE	
I CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA	12
RAK – ROZPOZNAWANIE, LECZENIE, ZAPOBIEGANIE	13
CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA	22
Część II	
DLACZEGO?	30
WOŁA ŻYCIA.....	31
PIERWSZY PACJENT	32
WIARA	35
„CUDOWNY LEK”	36
CIAŁO I DUSZA	37
DLACZEGO TO WŁAŚNIE JA?	41
STRES	46
USPOSOBIENIE, RÓWNOWAGA, HARMONIA	49
NASTAWIENIE	52
Część III	
DROGA DO ZDROWIA	60
ZAPYTAJ SAMEGO SIEBIE.....	61
AUTOSUGESTIA	63
RELAKS.....	65

METODA ODPREŻENIA	68
PRACA Z WYOBRAŻNIĄ	72
PUNKTY ODNIESIENIA	74
ZDROWE WYOBRAŻENIA	76
WYZDROWIEĆ	84

Część IV

MYŚLI I UCZUCIA	91
UWOLNIJ SIĘ OD NEGATYWNYCH UCZUĆ!	98
EMOCJONALNE KOMPONENTY BÓLU	103
UWALNIANIE SIĘ OD BÓLU	105
NAWRÓT CHOROBY	108
UMIERANIE	111
STAWIANIE CELÓW	116

Część V

TRYB ŻYCIA	120
ODŻYWIANIE	121
RUCH	123
SEN	125
WSKAZÓWKI DLA PACJENTÓW LECZONYCH PROMIENIAMI JONIZUJĄCYMI	127
RODZINA I PRZYJACIELE	129

Część VI

WEWNĘTRZNA MĄDROŚĆ	132
ANEKS	140
SŁOWO KOŃCOWE	143
WAŻNIEJSZA LITERATURA	147