

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σημείωμα της συγγραφέως	8
Εισαγωγή	9
1. Προσποίηση: Για ποιον λόγο δεν λειτουργεί τίποτα	21
2. Μια αιρετική ιδέα: Όταν το νόημα είναι το παν	55
3. Η δύναμη του Παβλόφ: Πώς να εκπαιδεύσετε το ανοσοποιητικό σας σύστημα	89
4. Πολεμώντας την κούραση: Η υπέρτατη απόδραση	119
5. Σε έκσταση: Φαντάσου το έντερό σου σαν ποτάμι	149
6. Αναθεωρώντας τον πόνο: Μέσα στο φαράγγι του παγετώνα	179
7. Μίλα μου: Γιατί έχει σημασία η φροντίδα	207
8. Πολεμάς ή το βάζεις στα πόδια: Σκέψεις που σκοτώνουν	239
9. Απόλαυσε τη στιγμή: Πώς να αλλάξεις τον εγκέφαλό σου	275
10. Η πηγή της νεότητας: Η μυστική δύναμη των φίλων	309
11. Με τη δύναμη του ηλεκτρισμού: Νεύρα που θεραπεύουν	345
12. Αναζητώντας τον Θεό: Το αληθινό θαύμα της Λούρδης	381
Συμπέρασμα	419
Σημειώσεις	445
Ευχαριστίες	492