

Turinys

Pastaba apie <i>darbą su savimi</i>	11
Pratarmė. Tamsioji sielos naktis.....	13
Ižanga. Holistinės psichologijos pradžiamokslis	21
1. Jūs - pats sau geriausias gydytojas.....	27
2. Sąmoningoji savastis: kaip tapti sąmoningam.....	53
3. Naujoji traumos teorija.....	71
4. Traumos kūnas.....	101
5. Proto ir kūno gydymo praktikos.....	127
6. Įsitikinimų galia.....	153
7. Susipažinkite su savo vidiniu vaiku.....	171
8. Ego pasakojimai.....	193
9. Trauminiai ryšiai.....	211
10. Ribos.....	237
11. Savo vidinio vaiko auginimas iš naujo.....	269
12. Emocinė branda.....	289
13. Abipusė priklausomybė.....	309
Epilogas. Picos dėžė.....	327
Padėka.....	332
Šaltiniai.....	335
Aiškinamasis holistinės psichologijos terminų žodynėlis.....	343
Rekomenduojama literatūra.....	350