

Spis treści

Podziękowania 9

Przedmowa do drugiego wydania 11

Wstęp 13

1. Emocje w różnych kulturach 19
2. Kiedy ulegamy emocjom? 35
3. Jak zmienić to, co wywołuje w nas emocje? 55
4. Zachowanie pod wpływem emocji 69
5. Smutek i udręka 97
6. Gniew 123
7. Zaskoczenie i strach 157
8. Wstręt i pogarda 181
9. Radosne emocje 199
10. Kłamstwa i emocje 221

Konkluzje: Życie z emocjami 239

Posłowie 245

Dodatek: Czytanie z twarzy — test 249

Przypisy 271

Zdjęcia 287

O autorze 289

Skorowidz 293