

SPIS TREŚCI

Przedmowa do trzeciego wydania polskiego	11
Wstęp	17

CZĘŚĆ I PROGRAM OŚRODKA SIMONTONA

1. Ciało, umysł i duch Jak zwalczać raka i inne ciężkie choroby	21
2. Relacja pewnego pacjenta Cudowne uzdrowienie Reida Hensona	34
3. Początek pracy nad powrotem do zdrowia Tydzień w Ośrodku Simontona	56
4. Praca z wyobraźnią i wewnętrzną mądrością Siła umysłu, siła ducha	74
5. Dwuletni plan zdrowienia Określanie zadań, które będziemy realizować z myślą o wyzdrowieniu	102
6. Wprowadzenie do cyklu listów Reida Hensona W jaki sposób jego doświadczenie może nam być pomocne	120

CZĘŚĆ II

LISTY REIDA HENSONA

1. Obserwator życia	129
Komentarz do pierwszego listu	131
2. Obwinianie, władza, kontrola	134
3. Wina, błąd, rozwój	138
Komentarz do listów drugiego i trzeciego	140
4. Toksyczne przekonania, toksyczna rzeczywistość	143
5. Odnalezienie siły potężniejszej niż rak	145
6. Religia	147
Komentarze do listów czwartego, piątego i szóstego	150
7. Wątpliwości jako obrona starych przekonań	153
Komentarz do listu siódmego	155
8. Cud jako konsekwencja skruchy i objawienia	157
Komentarz do listu ósmego	159
9. Odnalezienie celu w życiu	161
Komentarz do listu dziewiątego	164
10. Powrót chęci do życia	166
11. Związek między ciałem a umysłem	169
Komentarz do listów dziesiątego i jedenastego	172
12. Uzdrawienie najważniejszych związków z innymi ludźmi	175
Komentarz do listu dwunastego	177
13. Rodzina i przyjaciele	179

14. Wsparcie ze strony rodziny	181
15. Pierwsza osoba wspierająca	183
Komentarz do listów trzynastego, czternastego i piętnastego	186
16. Rola lekarza	192
17. Relacja lekarz–pacjent	194
18. Menadżer własnego zdrowia	197
Komentarz do listów szesnastego, siedemnastego i osiemnastego	199
19. Postawa wobec nawrotu choroby	202
Komentarz do listu dziewiętnastego	205
20. Czego się nauczyłem	208
Komentarz końcowy	210
Simontonowski Ośrodek Leczenia	211
Bibliografia medyczna	213
Zalecana literatura	215
Słowo o autorach	216