

Spis treści

<i>Od Autora</i>		3
ROZDZIAŁ 1	Dlaczego potrzebne jest nowe podejście do depresji	5
ROZDZIAŁ 2	Gdzie się zaczyna otchłań	27
ROZDZIAŁ 3	Co inne gatunki mówią nam o depresji	45
ROZDZIAŁ 4	Biją dzwony: śmierć jako bodziec uniwersalny	63
ROZDZIAŁ 5	Zaczątki obniżonego nastroju	79
ROZDZIAŁ 6	Osuwanie się	98
ROZDZIAŁ 7	Czarna dziura: psychobiologia depresji	123
ROZDZIAŁ 8	Wzloty i upadki: poprawa	148
ROZDZIAŁ 9	W zawieszeniu	170
ROZDZIAŁ 10	Zwycięski powrót do zdrowia	188
<i>Podziękowania</i>		210
<i>Przypisy do rozdziałów</i>		212
<i>Polecane lektury</i>		246
<i>Indeks</i>		249