

Предисловие	9
Введение. Пробуждение	14
Вступление. Сделать разум материей	30

ЧАСТЬ I. Информация

Глава 1. Разве такое возможно?	43
Глава 2. Краткая история плацебо	68
Глава 3. Эффект плацебо в мозге	98
Глава 4. Эффект плацебо в теле	133
Глава 5. Как мысли изменяют мозг и тело	162
Глава 6. Внушаемость	180
Глава 7. Установки, убеждения и восприятие	217
Глава 8. Квантовый разум	243
Глава 9. Три истории личной трансформации	263
Глава 10. Информация для трансформации: доказательство того, что «ты сам и есть плацебо»	302

ЧАСТЬ II. Трансформация

Глава 11. Подготовка к медитации	339
Глава 12. Медитация, меняющая убеждения и восприятие	355
Послесловие. Стать сверхъестественным	368
Приложение. Сценарий медитации «Изменение убеждений и восприятия»	374
Благодарности	375
Об авторе	378