

Przedmowa do wydania drugiego

Podziękowania

Wstęp

Część I. Wolność od dzieciństwa

1. Płachta Manoletego, czyli o klatce dzieciństwa
2. Porażka tygrysyj matki, czyli wychowanie nie jest rzeźbiarstwem
3. Rodzina jako źródło cierpień, czyli o przekleństwie dosłowności
4. Skarabeusz i sens życia, czyli czy naszym losem rządzi przypadek
5. Mit TV, czyli jak telewizja wykorzystuje nasze najgłębsze lęki i pragnienia

Część II. Wolność od doskonałości

6. Oblicze idealne, czyli czego nie widać na współczesnych, zmodyfikowanych przez chirurgię plastyczną twarzach
7. Algorytm na życie, czyli dlaczego nigdy nie uda się nam zabezpieczyć przed niewiadomą przyszłością
8. Nędza optymizmu, czyli o (śmiertelnych) niebezpieczeństwach pozytywnego myślenia
9. Oświecenie? Nie, dziękuję, czyli o zaletach życia w doczesności
10. Banknot i rewolwer, czyli dlaczego we współczesnym świecie najlepiej radzą sobie psychopaci
11. Zdradzeni, czyli dlaczego zdradzamy i jesteśmy zdradzani

Część III. Wolność od zdrowia

12. Ciało, które śni, czyli o tym, czego możemy się nauczyć od symptomów i chorób
13. Rewolucja w imię duszy, czyli o tym, jakie ukryte i niedostępne innymi drogami wymiary rzeczywistości odsłania nam doświadczenie depresji
14. Pochwała hipochondrii, czyli dlaczego czasami czujemy się chorzy, chociaż lekarze sądzą, że jest inaczej
15. Podzielone „ja”, czyli dlaczego każdy z nas jest wielością
16. Psychologowie na miejscu, czyli dlaczego pomoc psychologiczna często szkodzi ofiarom katastrof i wypadków

Część IV. Wolność od szczęścia

17. Teoria w praktyce, czyli jak idee i teorie determinują nasze działanie i zachowanie
18. W oparach bioabsurdu, czyli dlaczego biologia i psychologia ewolucyjna nigdy nie odpowiedzą nam na pytanie, jak żyć
19. Efekt Barnuma, czyli dlaczego tak łatwo nami manipulować
20. Psychologia z dżungli, czyli terapia dla silnych, słabi niech giną
21. Nieuleczalna nostalgia, czyli dlaczego miłość nierozzerwalnie łączy się z cierpieniem

Część V. Wolność od wolności

22. Wikłam się, więc jestem, czyli o zaletach wewnętrznego i zewnętrznego splątania
23. Efekt motyla, czyli skąd wiemy, że właśnie teraz nie śnimy

24. Inne światy, czyli jakie nieznane galaktyki kryją się za drzwiami naszej percepcji
25. Nowa droga do samozbawienia, czyli jak psychologia stała się współczesną religią
26. Szaleństwo w istnieniu, czyli o samobójstwie i duszy
27. Spece od wybaczenia, czyli o okrucieństwach sentymentalizmu
28. Cóż, umieram, czyli o tym, dlaczego we współczesnym świecie śmierć przestaje być tabu

Źródła

Bibliografia

Indeks nazwisk i postaci