

Turinys

Pratarmė (<i>J. Davidas Franksas, filosofijos mokslų daktaras</i>).....	9
Įvadas	17

I DALIS

PAŽINTI DEPRESIJĄ

1 skyrius. Depresijos tipai ir jų priežastys	37
2 skyrius. Depresija ir dvasinis gyvenimas	67
3 skyrius. Depresija ir jai artimos ligos	109
4 skyrius. Depresija ir savižudybės drama	119

II DALIS

ĮVEIKTI DEPRESIJĄ

5 skyrius. Vaistai ir kiti biologiniai gydymo metodai	141
6 skyrius. Psichoterapija: jos nauda ir trūkumai	163
7 skyrius. Dvasinė pagalba sergant depresija	193
8 skyrius. Dieviškoji kilmė ir vilties dorybė	229

PRIEDAI

I priedas. Maldos sielvarto valandą	253
II priedas. Popiežiaus šv. Jono Pauliaus II kreipimasis depresijos tema	266



Apie autorių	269
--------------------	-----