

Turinys

Įvadas	13
---------------------	----

1 dalis

1 skyrius

Energijos vampyras – kas tai?	19
--	----

2 skyrius

Energijos vampyrų tipai	23
--------------------------------------	----

3 skyrius

Pasakojimai apie dažniausiai pasitaikančius energijos

vampyrų tipus	29
----------------------------	----

Vampyras Pinklių Rezgėjas	32
---------------------------------	----

„Na Taip, Tačiau“ vampyras	36
----------------------------------	----

Depresyvusis vampyras	40
-----------------------------	----

Vampyras Paminklų Garbstytojas.....	46
-------------------------------------	----

Vampyras Ledo Luitas.....	52
---------------------------	----

Vampyras Ignoruotojas.....	55
----------------------------	----

Vampyras Aukštalipys.....	58
---------------------------	----

Paslaugusis vampyras.....	63
---------------------------	----

Vampyras Visažinis.....	67
-------------------------	----

Vampyrų viliotinis: vampyro Nosies Kaišiotjo valdomas kolektyvas, vampyras Vilkas Ėriuko Kailiu ir vampyras „Aš Čia Niekuo Dėtas“	71
--	----

2 dalis

4 skyrius

Vampyro atpažinimas	79
Trumpi nuolat pasikartojantys išpuoliai palieka neišdildomas žymes	80
Pavojaus signalai susidūrus su Nebyliuoju vampyru.....	82
Universalusis vampyras	83
Vampyriški posakiai	84
Atpažinimo etapai.....	85

5 skyrius

Kodėl vienas ar kitas žmogus mums yra energijos vampyras	91
Savivertės svarba.....	93

6 skyrius

Psichoterapinis ekskursas: savipagalba pozityviosios psichoterapijos požiūriu	103
Viltis	104
Pusiausvyra.....	106
Savipagalba.....	110

7 skyrius

Profilaktinės priemonės ir savisaugos būdai	115
Nesavarankiškas – savarankiškas	115
Atsparumo stiprinimas.....	117
Atsparumo įgijimas paskirstant energiją.....	122

8 skyrius

Kaip elgtis neišvengiamose situacijose	125
Užsipuolimas telefonu.....	125
Pavieniai užsipuolimai.....	126
Patarimai, kaip elgtis neišvengiamose situacijose	127

9 skyrius

Savianalizė. Vampyravimo testas	133
Ar aš traukiu vampyrus?	133
Ar esu kitiems energijos vampyras?	135
Kas dabar?	140