

УДК 159.9.018.2+616-006

ББК 53.57 (7Coe)

Н 83

## Н 83 Портер Гэррет, Норрис Патрисия

Я ВЫБИРАЮ ЖИЗНЬ (Целительная сила человеческого духа). Научно-популярное издание / Гэррет Портер, Патрисия Норрис. Пер. с английского М. Бадхен.— СПб.: ООО «Страта», 2015. — 196 с.

**Porter Garret, Norris Patricia**

WHY ME? (Harnessing the healing power of the human spirit)  
Перевод с английского Марины Бадхен

ISBN 978-5-906150-24-0

Авторы книги — американский психотерапевт Патрисия Норрис и ее девятилетний пациент Гэррет Портер. Вместе они рассказали историю борьбы и победы Гэррета над злокачественной опухолью мозга и о психологических методах, которые ему помогли, в частности, о технике визуализации.

Эта книга — один из ярких примеров психотерапевтической работы с онкологическими больными. Она будет интересна не только специалистам, но и самим пациентам, их семьям и всем, кто интересуется неразрывной связью человеческой души и тела — и способами, помогающими возродить целительную мощь организма силой мысли.

Все права защищены. Никакая часть настоящей книги не может быть воспроизведена или передана в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, будь то электронные или механические, включая фотокопирование и запись на магнитный носитель, а также размещена в интернете, если на то нет письменного разрешения владельцев.

All rights reserved. No parts of this publication can be reproduced, sold or transmitted by any means without permission of the publisher.

УДК 159.9.018.2+616-006

ББК 53.57 (7Coe)

© Porter G., 1985, текст

© Norris P., 1985, текст

© ООО «Страта», 2015

ISBN 978-5-906150-24-0

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Предисловие</b>	7
<b>От автора</b>	
<b>Глава I.</b> Рассказ терапевта	9
<b>Глава II.</b> Гэррет Портер. Портрет героя	18
<i>Почему Я? Правдивая история</i>	65
<i>Глава 1. Начало</i>	70
<i>Глава 2. Глядя правде в глаза</i>	75
<i>Глава 3. Я выбираю жизнь</i>	79
<i>Глава 4. За каждой тучей скрывается радуга</i>	95
<i>Заключение</i>	98
<b>Глава III.</b> Использование визуализации и воображения в терапии	104
<b>Глава IV.</b> Терапия, учитывающая индивидуальность	118
<b>Глава V.</b> Представления, установки, ожидания	144
<b>Глава VI.</b> Путь к здоровью	166
<b>Глава VII.</b> Почему Я? Обретение смысла жизни	184