

Indice

<i>Prefazione</i>	11
<i>Introduzione</i>	15
1. <i>I vampiri occasionali</i>	19
1. <i>Chi sono?</i>	21
Divoratori di energia	23
Quali sono le loro motivazioni?	25
Sono a ogni angolo di strada	29
Come capire se si è vampirizzati?	30
Sono invisibili nello specchio	33
Individuale, collettivo o autofago	35
Da una debolezza transitoria alla follia	36
Generatori di negatività	38
Il vampiro si nutre di ogni emozione	40
2. <i>Le diverse specie di vampiri psichici</i>	41
A. <i>I vampiri manipolatori</i>	43
Il grande predatore	43
Il colpevolizzatore	47
L'affumicatore	50
Il morsicatore	52
L'annientatore	53
L'impostore	54

B. <i>I vampiri dipendenti</i>	58
Gli ormoni della dipendenza	61
Una personalità dipendente	63
Il w, o vampiro vittima	68
2. <i>I vampiri sul posto di lavoro</i>	71
Vampiri invisibili	71
Il vampiro sanguisuga	74
Il vampiro pigro	75
Il vampiro ubriacante	76
Il vampiro brontolone	77
La vittima sul posto di lavoro	77
Il vampiro usurpatore	78
Difendetevi!	81
3. <i>I vampiri in famiglia</i>	86
Padri vampiri	87
Madri vampire	89
Vampiri fusionali	94
Spezzare i legami	98
Fratelli di sangue	102
4. <i>L'amicizia, l'amore, il sesso in modalità vampiro</i>	106
Il vampiro amico	106
Il vampiro innamorato	111
Il vampiro in astinenza	114
Il vampiro sessuale	118
5. <i>Il profilo delle vittime</i>	127
Gli ipersensibili	127
Le persone sempre disposte ad aiutare gli altri	131
6. <i>Piccolo trattato di devampirizzazione</i>	138
Non apritegli la porta	138
Non lasciatevi ipnotizzare	139
Smascherarli in pieno giorno	141

Non lasciatevi toccare	142
Attenti alle promesse e all'eccessiva adulazione	144
Mettete dei limiti alla vostra pazienza	145
Trovate la motivazione	147
L'arte di parlare con un vampiro	148
Non abbiate paura!	149
Premunirsi contro la piet�	152
Dare, ma con giudizio	154
Non amate voi stessi meno degli altri	155
Imparate a farvi rispettare	156
Rafforzate la fiducia in voi stessi	157
A ognuno la propria croce	160
Non perdere il controllo	161
Prendersi cura di s�	162
Disconnettersi grazie alla meditazione	164
Mi congedo	168
Saper rompere	169
<i>Conclusioni</i>	173