Obsah

Úvod 9

1 Je vůle více než jen metafora? 29
2 Odkud pochází síla v silné vůli? 55
3 Stručné dějiny seznamu úkolů,
od Pánaboha po Drewa Careyho 81
4 Únava z rozhodování 113
5 Řekni, kde ty prachy jsou
(Kvantifikované já to ví) 137
6 Lze vůli posílit?
(Nejlépe bez pocitů bolesti Davida Blainea) 155
7 Jak přechytračit sám sebe v srdci temnoty 177
8 Pomohla Ericu Claptonovi a Mary Karr
od alkoholismu vyšší moc? 207
9 Jak vychovat silné děti:
sebeúcta versus sebeovládání 233
10 Přívalová vlna diety 265

Závěr: Budoucnost vůle – za méně námahy
více muziky (pokud to neodkládáte) 293

Poznámky 321