

OBSAH

Úvod	13
------	----

KOUZELNÁ SLOVA KTERÁ BUDETE ŘÍKAT SOBĚ

1 Mohou slova „miluji tě“ zevšednět?	21
2 Nasadím si náprstek	24
3 Nasadím si brnění	27
4 Teď se musím soustředit	30
5 MPZ	33
6 Nejlepší obranou je útok	35
7 Nech to být	37
8 Jsem to jen já!	39
9 Ať si ten kocour zůstane sedět na zdi	41
10 Hladina stresu – stupeň 5	44
11 Zpívat budu, ale na konkurz nejdu	47
12 Konec znamená opravdu konec	50
13 Hrát rychle a prohrát můžeš v kopané	54
14 Proč se usmívám, když mám vztek?	56
15 Dostali mě. Ale víckrát se to nestane (opakují: nestane!)	58

16	Můžu odletět příštím letem	61
17	Myslím, že tebe do záchranného člunu nevezmu	65
18	Stačí mi jen jeden	68
19	Vzdát se, nebo bojovat? To je jednoduché	71
20	Štěstí se dá pokoušet i jinak než v loterii	74
21	Pozor! Už se dokážu nad věci povznést: 1. rodiče	76
22	Pozor! Už se dokážu nad věci povznést: 2. bývalý manžel/manželka	79
23	Pozor! Už se dokážu nad věci povznést: 3. sourozenci	81
24	Pozor! Už dokážu přitvrdit: 1. šéf	83
25	Pozor! Už dokážu přitvrdit: 2. přátelé	86
26	Pozor! Už dokážu přitvrdit: 3. děti	89
27	O svůj strach se poděl se sebou samým, o svou odvahu s ostatními	91
28	Zítřka mi bude všechno jasnější (možná pozitíř)	93
29	Naslouchej především svému vnitřnímu hlasu	97
30	Vynech své ego!	99
31	Když s tím nezačnu, nebudu mít problém	102
32	Kdy pouhé „promiň“ nestačí?	104
33	Pomocnou ruku podej sám sobě	106
34	Neotáčej se zpět, jdi kupředu!	109
35	Co všechno potřebuji	112
36	Pokud chceš mít kontrolu, musíš sám přestat kontrolovat	114
37	Vždyť je to teprve druhá příležitost	116
38	Proč chci pokaždé urvat lví podíl, když jsou lvi tak nenasytí	118
39	I když jsem sám/sama, nejsem osamělý/á	120
40	Musíš se hýbat	122

41	Musím tě přestat oplakávat (ale nikdy tě nepřestanu milovat)	125
42	Futurista	128
43	Obavy můžou být i darem	130
44	Přemýšlejte, nenechte se ovlivnit city	132
45	Nevykopávej při prvním rozehrání	135
46	Musíte o to požádat	138
47	Odstupte dál a uvidíte lépe	141
48	Ale ... (vaše jméno), proč si to vlastně kupuješ?	144
49	Zrcadlo, zrcadlo, kdo, kčertu, jsem?	147

KOUZELNÁ SLOVA KTERÁ BUDETE ŘÍKAT OSTATNÍM

50	Tohle jsou jen tvoje starosti	151
51	Ty na mě opravdu křičíš?	154
52	Kníry	156
53	Rozhodl/a jsem se, že se nerozhodnu	159
54	Po bitvě vyklid' pole	162
55	Proč se ptáš/ptáte?	164
56	Můžu ti poskytnout útěchu?	166
57	Tahle nabídka je přece stříbrná	169
58	Tohle je jenom varování	172
59	Budu o tom přemýšlet	174
60	Nebuďte tak hrubý/á, prosím	176
61	Někdy musíš taky plakat	179
62	Chci ti dát ještě jednu šanci	181
63	Pojďme se nemít dobře	185
64	Jsem zmatený/á	188

65	I létající talíř letí k jedné straně	190
66	Až zavěsíš, můžeš to zkusit znovu	192
67	Staré koště mete stejně dobře jako to nové	194
68	Nejde přece o lék na rakovinu	197
69	Můžeš mi to říct příště?	201
70	„Říkáš teď, nebo nikdy? Dej mi pokoj!“	204
71	Je to jen výmol na dlouhé cestě života	207
72	Potřebuji vaši pomoc	210
73	Špinavé prádlo se pere v pračce	212
74	Cožpak můžeme skončit, když jsme ani nezačali?	214
75	Co umíš, co já neumím?	216
76	To je víc, než chci vědět	218
77	Potřebuju tvou pomoc, abych byl/a dochvilný/á	220
78	Promiňte, stojíte mi na noze	223
79	V životě stačí mít pár dobrých přátel	226
80	Nezapomeňte, že nejste v telefonní budce!	229
81	Rád/a si zatančím, ale nemohli bychom se ve vedení střídat?	232

KOUZELNÁ SLOVA UNIVERZÁLNÍ

82	Dělejte to s elegancí	237
83	Když běžíte závod, musíte vidět cílovou čáru	239
84	Naučte se vzbuzovat důvěru	242
85	Šedesátiprocentní roztok	244
86	Některé skříňky se nemají otevírat	246
87	Viagru by měli schválit oba	248
88	300vteřinový sex	250

89	Nejdůležitější jsou fakta	252
90	Chvála se vyplatí	254
91	V přátelství platí jen jediná podmínka	256
92	Každá změna nemusí být k lepšímu	259
93	Jestli jsi tam nebyl, tak o tom prostě nemluv	262
94	Svou duši ďáblovi nepronajímejte	265
95	Zlo znamená nebezpečí	268
96	Když padáte, připravte se na dopad	270
97	Veřejný nepřítel číslo 2	273
98	Pochoutky pro vlastní ego	276
99	Vše smažte a začněte znovu	279
100	Spojení navázáno	282
101	Dolce far niente	284
	<i>Doslov</i>	286