

## Obsah

Úvod	6
Môj príbeh	6
Aj priat' sa musíme naučiť	11
1. pravidlo Jednoducho začnite	16
Problém s rozumom	17
Cvičenie robí majstra	19
2. pravidlo Správna formulácia	27
Princíp „ja som“	27
Robiť ako keby....	29
„Nie“ či „žiadny“	
- alebo vec strachu	31
Pranie si napíšte	34
Formulujte jasne, stručne a presne	48
3. pravidlo Poďakovanie - urýchľovač	
úspešných želaní	53
Rozmnoženie dobra	53
Vtiahnuť do súčasnosti	57
Problémy jednoducho odovzdať	61
4. pravidlo Presvedčiť rozum	67
Trochu fyziky	68
A ešte trochu biológie	78

Utkvelé myšlienky	84
Rozpoznávanie myšlienkových modelov	88
Odstránenie myšlienkových modelov	98
5. pravidlo Dôvera namiesto pochybností	108
Pochybnosti sú tiež úplne nepochybným práním	109
Mlčanlivosť	119
Zabudnúť	121
6. pravidlo Pripraviť sa na „náhody“	128
Vesmír doručuje prekvapujúcimi spôsobmi	128
Intuícia	132
7. pravidlo Nájsť tie skutočné, veľké prania	141
Ktoré prania sú pre mňa vhodné?	142
Pranie peňazí	144
Vysnívané partnerstvo	146
Bude náš život šťastnejší?	161
O autorovi	167