

OBSAH

Ty	11
PROLOG	12
Připravena?	13
Přehod' výhybku	14
Skutečně, ale skutečně	20
Úspěch člověku svědčí	22
Tato kniha a ty	32
Proč tato kniha	32
Pomoc při rozhodování	38
Menší varování ohledně mého stylu	41
Jak tuto knihu číst	42
Pomoc na webu	43
Na počátku je třeba myslet i na konec	44
Tři sloupy tvého štěstí	45
ČÁST 1: POROZUMĚNÍ	51
Jak vznikla tvá zkušenost?	52
Tvé myšlenky se stávají tvou skutečností	53
Génius v exilu	60
Neuroplasticita	65
Mocný palec	73
Uvolni palec	76
Tvá vnitřní ponorka	94
Mezera mezi myšlením a chováním	101
Kalhoty dolů! Nakresli si kolo svého života	105

ČÁST 2: SMYSL	111
O co jde ve tvé hře života?	112
Tiché jezero	116
Luxus nemuset vědět všechno	123
Jóga myslí	125
Vynalezni se znovu	129
Radosti, ty jiskro boží	140
Závist a obdiv	143
Jasnost je sexy	147
Nech se najít svým smyslem	150
Posledních dvacet minut	157
Esence tvého života	159
To nejcennější	162
Tvůj maják	164
Důležitá volba	176

ČÁST 3: ÚSPĚCH	179
Jak dostaneš to, co skutečně, ale skutečně chceš	180
Psychická příprava	182
Konečné tajemství	186
1. krok: Analyzuj výchozí bod	191
2. krok: Vytvoř vhodnou chvíli	194
3. krok: Uvaž se	202
4. krok: Vymyj si mozek	212
5. krok: Pohni se	221
6. krok: Klad' si otázky	228
7. krok: Afirmuj	234
8. krok: Zabij všechny výmluvy	238

9. krok: Změň svůj setup	244
10. krok: Trénuj si sebeúčinnost	255
11. krok: Zamiluj se do kázně	260
12. krok: Uč se od bakterií	274
13. krok: Tučňáci a orli	278
14. krok: Utvořte tým	286
15. krok: Obejmi svůj stín	290
16. krok: Alfa flow	294
17. krok: Magie přítomnosti	302
18. krok: Vítej v kvantové polévce	326
19. krok: Neboj se chyb	338
20. krok: Zůstaň čistý, příteli můj	349
21. krok: Síla vděčnosti	352
22. krok: Osvobod' se smíchem	356
23. krok: Buď moudrým zahradníkem	359
24. krok: Jemná odhodlanost	364
Test úspěšnosti	370

EPILOG	381
O snílcích a mistrech	384
Od srdce k srdci	390
Poděkování	391
Příloha	394

TVÁ KAPITOLA	400
---------------------------	-----