

OBSAH

ÚVOD	7
------	---

ČÁST 1: JAK SE STALO, ŽE JSTE TAKHLE DOPADLI

KAPITOLA 1: Může za to moje podvědomí	17
KAPITOLA 2: Pojem na B	27
KAPITOLA 3: Přítomní jako holub	34
KAPITOLA 4: Velká dřímota	40
KAPITOLA 5: Sebevnímání je zvěřinec	48

ČÁST 2: JAK SE VYROVNAT SE SVÝM VNITŘNÍM BORCEM

KAPITOLA 6: Milujte toho, kým jste	53
KAPITOLA 7: Kdo to říká, ten to je	65

KAPITOLA 8: Co tady děláte? 73

KAPITOLA 9: Muž s bederní rouškou 83

ČÁST 3: JAK NARAZIT NA ZLATOU ŽÍLU

KAPITOLA 10: Meditace 101 89

KAPITOLA 11: Váš mozek je vaše děvka 96

KAPITOLA 12: Řiďte se svým „Rozkrokem“ 105

KAPITOLA 13: Dávejte a přijímejte 113

KAPITOLA 14: Vděčnost: úniková droga úchvatnosti 117

KAPITOLA 15: Odpouštějte, jinak se zanítíte 126

KAPITOLA 16: Dejte si pohov 135

ČÁST 4: JAK KONEČNĚ ZATOČIT S VELKOU DŘÍMOTOU

KAPITOLA 17: Je to tak snadné, jakmile přijdete na to,
že na tom není nic těžkého 143

KAPITOLA 18: Prokrastinace, perfekcionismus
a Polská pivní zahrádka 159

KAPITOLA 19: Když nám věci přerůstají přes hlavu 166

KAPITOLA 20: Strach je pro cucáky 177

KAPITOLA 21: Miliony zrcadel	188
KAPITOLA 22: Sladký život	202

ČÁST 5: JAK UDĚLAT DÍRU DO SVĚTA

KAPITOLA 23: Všemocné rozhodnutí	207
KAPITOLA 24: Peníze, váš nový nejlepší přítel	217
KAPITOLA 25: Nezapomínejte se odevzdat	242
KAPITOLA 26: Konání versus kecání	248
KAPITOLA 27: Přenes mě, Scotty	261
ZDROJE	265
PODĚKOVÁNÍ	275