

OBSAH

Předmluva k původnímu vydání	7
Úvod ke druhému vydání	11
Část první: Cesta	20
1. Dvě možnosti, jak se dívat na svět	21
2. Jak se člověk naučí být bezmocný	42
3. Co je to smůla	64
4. Krajiní pesimismus	99
5. Jak myslíte, jak se cítíte	126
Část druhá: Říše života	160
6. Úspěch v práci	161
7. Děti a rodiče: původ optimismu	195
8. Škola	223
9. Sport	253

10. Zdraví	273
11. Politika, náboženství a kultura: nová psychohistorie	301
Část třetí: Změna: z pesimisty optimistou	334
12. Optimistický život	335
13. Naučte své dítě uniknout pesimismu	372
14. Optimistická organizace	395
15. Flexibilní optimismus	431
Poznámky	450
Poděkování	476
Rejstřík	486