

# Obsah

Úvod	7
Slova jako lék	11
Nový den – nový začátek	17
Ranní vstávání	18
Tajemství spokojenosti	19
Mysli sám na sebe	20
Hledáš štěstí?	21
Každý dělá chyby	22
Neber si nic osobně	23
Odpuštění	24
Svědění	25
Jdi do toho	26

- Úsměv pro každý den 27
- Oddej se samotě 28
- Nadechni se 29
- Porozumění 30
- Zapomeň na staré křivdy 31
- Díky, že jsi 32
- Láska k sobě 33
- Přítomnost je zázrak 34
- Chci! 35
- Nepřestávej snít 36
- Vše má svůj čas 37
- Ničeho nelituj 38
- Zbav se strachu 39
- Krok vpřed 40
- Musíme si pomáhat 41
- Umění naslouchat 42
- Radost ze života 43

- Ctnost není jen slovo 44
- Bud' sám sebou 45
- Zažehni v sobě oheň 46
- Láska tvého života 47
- Nedej se 48
- Jsi nenahraditelný 49
- Jediný den 50
- Všechno zvládnou 51
- Neztrácej sám sebe 52
- Nenávist hod' za hlavu 53
- Bud' králem ve svém království 54
- Bud' lepší a lepší 55
- Víra v sebe 56
- Očekávání 57
- Otevři svoje srdce 58
- Bouře 59
- Cesta životem 60

- Neztrácej čas 61  
Jdi dál 62  
Optimismus 63  
Pokrok 64  
Věř si 65  
Ovládni svůj hněv 66  
Povzbuzuj ostatní 67  
Tady a teď 68  
Tvoje duše 69  
Tajemství vůle 70  
Dva životy 71  
Zasměj se sám sobě 72  
Odpovědnost 73  
Nezdary 74  
Můžeš 75  
Čas je svatý 76  
Svět je tvým zrcadlem 77

- Nestěžuj si 78
- Povzbuzuj se 79
- Nauč se říkat NE 80
- Život je tvůj učitel 81
- Zranění 82
- Podpora 83
- Moudrost srdce 84
- Nadšení dokáže divy 85
- Prohra je tvůj start 86
- Čas je dar 87
- Změna je život 88
- Skákat přes překážky 89
- Zasměj se 90
- Zavři oči 91
- Jednoduchost 92
- Zklamání 93
- Úspěch je víra v sebe 94

Plavat proti proudu	95
Hrdost	96
Netrap se	97
Život je krásný	98
Recept na štěstí	99
Minulost, přítomnost, budoucnost	100
Věk je jen číslo	101
Zapomeň	102
Vděčnost nezná hranic	103
Konej	104
Úkol dne	105
Nerozčiluj se	106
Víra je zázrak	107
Jak na neúspěch	108
Nespěchej	109
Buď pánem své mysli	110
Nevymlouvej se	111

Protiklady	112
Ti druzí	113
Recept na život	114
Odpovědnost	115
Bud' světlo světa	116
Příběh tvého života	117
Závěr	119
Dovětek autorky	120