

## 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. Krajní 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 |

