

# Obsah

<b>O autorce</b> .....	9
<b>Prolog</b> .....	11
LEKCE 1 <b>Jste šťastní?</b> .....	15
LEKCE 2 <b>Já jsem já a ostatní jsou zkrátka ostatní</b> .....	23
LEKCE 3 <b>Nebojte se svých strachů</b> .....	29
LEKCE 4 <b>Nesázejte na jistotu</b> .....	35
LEKCE 5 <b>Chyba není ve vás, chyby děláte</b> .....	41
LEKCE 6 <b>Jste silnější, než si myslíte</b> .....	47
LEKCE 7 <b>Uzdravení potřebuje čas</b> .....	53
LEKCE 8 <b>I toto jednou přejde</b> .....	59
LEKCE 9 <b>Přemýšlejte vždy o řešeních</b> .....	65
LEKCE 10 <b>Ne je celá věta</b> .....	71
LEKCE 11 <b>Vlastní zkušenosti obohacují</b> .....	75
LEKCE 12 <b>Tělo má jasno</b> .....	79
LEKCE 13 <b>Dokážete to</b> .....	85
LEKCE 14 <b>Takto dosáhnete svých cílů</b> .....	91
LEKCE 15 <b>Blízkost a svoboda</b> .....	95
LEKCE 16 <b>I malými krůčky se dostanete do cíle</b> .....	99

LEKCE 17 <b>Musíte, nebo chcete?</b> .....	105
LEKCE 18 <b>Budte vždy tam, kde máte nohy</b> .....	111
LEKCE 19 <b>Síla vděčnosti</b> .....	117
LEKCE 20 <b>Nebudte na sebe tak tvrdí</b> .....	123
LEKCE 21 <b>Nechte věci plynout</b> .....	131
LEKCE 22 <b>Dva nejlepší pocity</b> .....	137
LEKCE 23 <b>Krise, nebo příležitost?</b> .....	141
LEKCE 24 <b>Naděje umírá poslední</b> .....	147
LEKCE 25 <b>Bez smrti není života</b> .....	151
<b>Závěrem</b> .....	157
<b>Poděkování</b> .....	161
<b>PŘÍLOHY</b>	
<b>Nabídka autorky</b> .....	165
<b>Otázky pro sebereflexi</b> .....	166
<b>Dechová cvičení</b> .....	168
<b>Test vnitřních hnacích sil</b> .....	170
<b>Meditace vděčnosti</b> .....	177
<b>Dodejte si odvahu v rozhovoru sami se sebou</b> .....	182
<b>50 pozitivních afirmací</b> .....	184
<b>Seznam literatury</b> .....	189