

# OBSAH

PŘEDMLUVA .....	9
ÚVOD .....	11

## **1. kapitola:**

DVA DRUHY PÝCHY, PRINCIP SPRÁVNÉ VOLBY.....	19
------------------------------------------------	----

## **2. kapitola**

KOMUNIKACE S PODVĚDOMÍM, PŘEPROGRAMOVÁNÍ .....	39
1. fáze: DEFINICE PROBLÉMU .....	42
2. fáze: PŘEDSTAVA PROBLÉMU .....	44
3. fáze: ODPOVĚDI ANO-NE .....	47
4. fáze: PRVNÍ MAGICKÁ OTÁZKA .....	53
5. fáze: DRUHÁ MAGICKÁ OTÁZKA .....	55
6. fáze: TŘETÍ MAGICKÁ OTÁZKA.....	57
7. fáze: KONTROLA.....	60
8. fáze: PŘIJETÍ ODPOVĚDNOSTI.....	61
9. fáze: ZMĚNA PŘEDSTAVY .....	63

### **3. kapitola**

ČASOVÁ LINIE, OBRAZ ŠŤASTNÉHO ČLOVĚKA . 67

### **4. kapitola**

SÍLA SLOVA ..... 79

### **5. kapitola**

STRÁŽCE STRACH ..... 88

Metoda přeměny představ ..... 95

Metoda kinosálu ..... 101

### **6. kapitola**

MUŽ–ŽENA, KONFLIKT OSOBNOSTI,  
RODIČE–DĚTI ..... 106

Matka–syn ..... 120

Matka–dcera ..... 124

Otec–syn ..... 127

Otec–dcera ..... 129

Děti–rodiče ..... 133

### **7. kapitola**

O LÁSCE K SOBĚ – RADY PRO TY, CO SE  
ZAČÍNÁJÍ MÍT RÁDI ..... 139

### **8. kapitola**

NĚCO O AUTECH ..... 143

## **9. kapitola**

O ZDRAVÍ A NEMOCI.....	147
Racionální strava .....	167

## **10. kapitola**

O PENĚZÍCH A DARECH.....	174
--------------------------	-----

## **11. kapitola**

SPÁNEK A SNY.....	184
ZÁVĚR.....	188