

## Obsah

Předmluva – napsal don Miguel Ruiz mladší . . . . .	7
Úvod . . . . .	13

### ***První část: První sen***

<i>Kapitola první: Jak vzniká přesvědčení . . . . .</i>	25
<i>Kapitola druhá: Cesta k Teď . . . . .</i>	37
<i>Kapitola třetí: Ostrov „To, co víte“ . . . . .</i>	50
<i>Kapitola čtvrtá: Vira a zlomené srdce . . . . .</i>	64

### ***Druhá část: Druhý sen***

#### *Kapitola pátá: První krok:*

Cvičte se v uvědomění . . . . .	77
---------------------------------	----

#### *Kapitola šestá: Druhý krok:*

Vzdejte se potřeby mít pravdu . . . . .	103
---	-----

*Kapitola sedmá: Třetí krok:*

Milujte sami sebe bez hranic ..... 112

*Kapitola osmá: Čtvrtý krok:*

Vytvořte si nový sen ..... 127

*Kapitola devátá: Slib zodpovědnosti* ..... 147

*Kapitola desátá: Já jsem* ..... 156

***Třetí část: Nástroje***

Čtyři kroky ke změně jakéhokoli

omezujícího přesvědčení ..... 163

Definice ..... 171

Zastavte svět ..... 179

Poděkování ..... 182

O autorovi ..... 185

Organizace BeliefWorks ..... 186