

# OBSAH

## **Úvod: Co je štěstí a co pro něj lze udělat? 5**

Štěstí • Smůla • Co si o štěstí myslíte vy?

Jak s touto knihou pracovat

## **ČÁST PRVNÍ: CO DĚLAT PRO SVÉ ŠTĚSTÍ**

### ***Kapitola první: Zázračná biologie 15***

Úvod

### ***Kapitola druhá: Jak ovládnout své štěstí 20***

Úvod • 1. Postoj • 2. Převezměte kontrolu

3. Držte se stejně naladěných lidí • 4. Najděte si svou vášeň

5. Stanovte si cíle a plňte je • 6. Buďte šťastní

7. Mějte svá pozitivní tvrzení • 8. Buďte se svými přáteli

9. Navazujte nová přátelství • 10. Očekávejte šťastné náhody

11. Pečujte o sebe • 12. Víc se smějte • 13. Očekávejte dobré události

14. Chovejte se, jako byste měli štěstí • 15. Zbavte se negativních emocí

16. Svět patří vám • 17. Nezávidte • 18. Pamatujte si dobré věci

19. Odpouštějte • 20. Buďte vděční • 21. Využívejte příležitosti

22. Všimněte si zázraků • 23. Buďte chvíli sami • 24. Meditujte

25. Vytrvejte • 26. Hledejte světlá místa

27. Čím víc pracujete, tím víc máte štěstí • 28. Zkuste něco nového

29. Hledejte příležitosti • 30. Charisma • 31. Dejte na své předtuchy

32. Naslouchejte • 33. Říkejte ano • 34. Žijte okamžikem

35. Vizualizace • 36. Buďte zvědaví • 37. Každý je důležitý

38. Povyšte dnešek na výjimečný den • 39. Jděte příkladem

40. Používejte strategii • Win-Win • 41. Buďte přizpůsobiví

42. Pomáhejte druhým • 43. Najděte si mentora • 44. Buďte mentorem

45. Dodržujte zlaté pravidlo • 46. Mějte pocit štěstí • 47. Sebeúcta

48. Nikdy není pozdě • 49. Život je cesta • 50. Zvolte si svůj směr

51. Hodnoty a cíle • 52. Zbavte se zlovyků • 53. Přijměte sebe sama

54. Buďte laskaví • 55. Energie Drishti • 56. Buďte chvíli s dítětem  
57. Změňte jednu věc • 58. Buďte ve svém živlu  
59. Nahodilé laskavosti

## ČÁST DRUHÁ: NÁSTROJE ŠTĚSTÍ

### *Kapitola třetí: Slova a úsloví pro štěstí 61*

- Úvod • 60. Abrakadabra • 61. Kuwabara • 62. Bedooh • 63. Mahurat  
64. Prosit • 65. Handsel • 66. Fu • 67. Nefer • 68. Mazel tov  
69. Namaste • 70. Vše nejlepší k narozeninám

### *Kapitola čtvrtá: Kameny a krystaly pro štěstí 66*

- Úvod • 71. Achát • 72. Akvamarín • 73. Alexandrit • 74. Amazonit  
75. Ametyst • 76. Aventurín • 77. Citrín • 78. Červený jaspis  
79. Diamant • 80. Granát • 81. Hematit • 82. Jadeit • 83. Karneol  
84. Kočičí oko • 85. Křemen • 86. Magnetit • 87. Malachit  
88. Měsíční kámen • 89. Rubín • 90. Smaragd • 91. Sodalit  
92. Turmalín 93. • Tygří oko • 94. Tyrkys • 95. Záhňěda  
96. Kameny podle měsíce narození

### *Kapitola pátá: Talismany pro štěstí 76*

- Úvod • 97. Anch • 98. Beruška neboli slunéčko sedmitečné  
99. Cesmína • 100. Cvrčci • 101. Čtyřlístek • 102. Delfín • 103. Fénix  
104. Had • 105. Hřebík • 106. Hvězda • 107. Jedlé kaštiny  
108. Ještěrka • 109. Jezevčí zub • 110. Jmelí • 111. Kamej  
112. Kaštan • 113. Knoflíky • 114. Kočka • 115. Kořen mandragory  
116. Králičí pacička • 117. Kůň • 118. Listy • 119. Loď  
120. Medailon se svatým Kryštofem • 121. Mince • 122. Modrá  
123. Motýl • 124. Mušle • 125. Panenka Daruma  
126. Panenka Kachina • 127. Parik-til • 128. Pavouk  
129. Pentagram • 130. Perla • 131. Pes • 132. Podkova • 133. Prase  
134. Pták • 135. Roh hojnosti • 136. Ruka • 137. Růže  
138. Sedmikrásky a pampelišky • 139. Skarabeus • 140. Slon  
141. Sova • 142. Srdce • 143. Šotek 144. Uhlí • 145. Včela  
146. Vejce • 147. Žalud • 148. Žába • 149. Želva  
150. Květiny pro štěstí podle znamení

# ČÁST TŘETÍ: ŠTĚSTÍ V RŮZNÝCH OBLASTECH ŽIVOTA

## ***Kapitola šestá: Láska a manželství 105***

- Úvod • 151. Využijte každé příležitosti k polibku  
152. Buďte k pomilování • 153. Milostné dopisy  
154. Zákon přitažlivosti • 155. Rudé růže  
156. Láska na první pohled • 157. Zrcadlo, zrcadlo...  
158. Síla květin • 159. Dny vhodné pro žádost o ruku  
160. Svatební den • 161. Zásnubní prsten • 162. Svatební šaty  
163. Snubní prsten • 164. Družičky • 165. Rýže a konfety  
166. Svatební dort • 167. Cesta do kostela • 168. Svatební kytice  
169. Přenesení přes práh • 170. Líbáčky

## ***Kapitola sedmá: Štěstí u vás doma 117***

- Úvod • 171. Nepotřebné věci • 172. Feng shui • 173. Aktivování čchi  
174. Vykuřování • 175. Přístupová cesta • 176. Vchodové dveře  
177. Zadní dveře • 178. Chodby • 179. Kuchyně • 180. Jídlna  
181. Obývací pokoj • 182. Koupelna • 183. Ložnice • 184. Postel  
185. Vstávání z postele • 186. Pracovna • 187. Zametání  
188. Květiny • 189. Stěhování • 190. Oslava nastěhování

## ***Kapitola osmá: Roční období, dny měsíce a roky 128***

Úvod

### ROČNÍ OBDOBÍ

191. Jaro • 192. Léto • 193. Podzim • 194. Zima

### DNY V TÝDNU

195. Pondělí • 196. Úterý • 197. Středa • 198. Čtvrtek • 199. Pátek •  
200. Sobota • 201. Neděle • 202. Šedivé úterý

### ŠTĚSTÍ PODLE MĚSÍCŮ V ROCE

203. Leden • 204. Únor • 205. Březen • 206. Duben • 207. Květen  
208. Červen • 209. Červenec • 210. Srpen • 211. Září • 212. Říjen  
213. Listopad • 214. Prosinec  
215. Přestupné roky • 216. Šťastné číslo dne



# ČÁST ČTVRTÁ: ŠTĚSTÍ NAPŘÍČ KULTURAMI A HISTORIÍ

## *Kapitola devátá: Štěstí a zvířata 141*

- Úvod • 217. Bílá zvířata • 218. Býk • 219. Cvrček • 220. Čáp  
221. Jelen • 222. Kardinál • 223. Kočka • 224. Králík • 225. Kukačka  
226. Kůň • 227. Liška • 228. Medvěd • 229. Motýl • 230. Osel  
231. Ovce • 232. Pavouk • 233. Pes • 234. Pták • 235. Slon  
236. Vážka • 237. Vepř • 238. Včela • 239. Vlaštovka  
240. Zlatá rybka • 241. Žába

## *Kapitola desátá: Jídlo a pití 151*

- Úvod • 242. Sůl • 243. Rajče • 244. Jídlo ve tvaru mince  
245. Zelená zelenina • 246. Vepřové maso • 247. Ryby  
248. Čaj a káva • 249. Nudle • 250. Koláčky „mince pie“  
251. Cukr • 252. Vánoční pudink

## *Kapitola jedenáctá: Štěstí na Dálném východě 157*

- Úvod • 253. Netopýr • 254. Drak • 255. Fénix • 256. Jednorozec  
257. Želva • 258. Děti štěstí • 259. Meč z mincí • 260. Větrník  
261. Čínská astrologie • 262. Štěstí podle čínské astrologie  
263. ŠTĚSTÍ Z BROSKVOVÉHO KVĚTU  
Štěstí z broskvového květu pro buvola, hada a kohouta  
Štěstí z broskvového květu pro kysu, draka a opici  
Štěstí z broskvového květu pro zajíce, kozu nebo vepře  
Štěstí z broskvového květu pro tygra, koně a psa  
264. Štěstí z květu švestky • 265. Pivoňka • 266. Chryzantéma  
267. Lotos • 268. Magnolie • 269. Orchidej • 270. Broskvoň  
271. Pomeranč • 272. Granátové jablko • 273. Kaki  
274. Štěstí v oblasti peněz • 275. Přátelé, kteří nosí štěstí  
276. Ryby a vaše kariéra • 277. Kůň a vaše kariéra  
278. Vášeň a štěstí • 279. Ovoce, které nosí štěstí  
280. Smějící se Buddha • 281. Narozneniny • 282. Čínský Nový rok

## ***Kapitola dvanáctá: Lidové zvyky pro štěstí 173***

- Úvod • 283. Žalud • 284. Překřížení prstů • 285. Rybaření  
286. Klepání na dřevo • 287. Nález štěstí • 288. Špendlík pro štěstí  
289. Nastěhování do nového domova • 290. Oblečení pro štěstí  
291. Prstýnek pro štěstí • 292. Oblékání • 293. Silvestrovský večer  
294. Nové oblečení na silvestrovský večer • 295. Narození 1. ledna  
296. Tancování kolem stromu • 297. Pohlazení pro štěstí  
298. Chyť padající list • 299. Chyť padající hvězdu  
301. Stříbrné mince a nov • 302. Housenka • 303. Zleva doprava  
304. Píchnutí do prstu • 305. Duha • 306. Kýchání  
307. Skvrnky na nehtech • 308. Šťastná čísla • 309. Jedna  
310. Dvě • 311. Tři • 312. Čtyři • 313. Pět • 314. Šest • 315. Sedm  
316. Osm • 317. Devět • 318. Deset • 319. Jedenáct • 320. Dvanáct  
321. Třináct • 322. Dvacet dva  
323. Lusky hrachu • 324. Kost přání • 325. Karafiát • 326. Fialka  
327. Narcis • 328. Sedmikráska • 329. Konvalinka • 330. Zimolez  
331. Leknín • 332. Mečík • 333. Svlačec • 334. Měsíček  
335. Chryzantéma • 336. Narcis II • 337. Cesmína • 338. Myrta  
339. Štěstí začátečníků • 340. Dech • 341. Studna přání  
342. Dvojité štěstí • 343. Karty • 344. Kominík • 345. Kruh štěstí  
346. Pírko pro štěstí • 347. Železo • 348. Listy • 349. Pomeranč  
350. Šalvěj • 351. Pekařský tucet • 352. Tkaničky • 353. Boty  
354. Stříbro • 355. Náprstek • 356. Za úplňku • 357. Šťastné sny  
358. Potřesení rukou • 359. Kde se kdo zrodí, tam se i hodí  
360. Dort • 361. Zástěra • 362. Kostky • 363. Mluvení  
364. Obejměte strom • 365. Štěstíčka

## ***Kapitola třináctá: Závěr 203***

*Doporučená četba 205*

*Poznámky 210*