

# OBSAH

Úvod: Příliš mnoho práce, příliš málo času	9
1 Určete si své hodnoty a správně začněte	19
2 Zjistěte, co vás brzdí	33
3 Vytvořte si vizi a čerpejte sílu z pochopení	41
4 Pomáhejte účelně	57
5 Stanovte si všechny cíle a dosáhněte jich	67
6 Stanovte si priority a zjednodušte si život	83
Závěr: Čtyři způsoby, jak dát životu nový impuls	97
Poděkování	99
Rejstřík	100
O autorech	104