

Obsah

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------|----|
| Upozornění..... | 10 |
| Předmluva | 11 |
| Jde o vaše vlasy! Všechno je možné! | 14 |
| Kde je v polévce schovaný vlas?..... | 15 |
| Jak je to s růstem vašich vlasů?..... | 17 |
| Vaše vlasy vás slyší!..... | 19 |
| Jak je to s tím, co jsme zdělili? | 22 |
| Sami si určete, jak budete vypadat! | 24 |
| Jaké jsou výhody toho, jestliže vaše vlasy zůstanou tak, jak jsou?..... | 26 |
| Co pro vás znamená vypadávání vlasů? | 27 |
| Co způsobilo, že nyní máte málo vlasů? | 28 |
| Umění říct, co si myslíte | 36 |
| Co nemá smysl?..... | 37 |
| Máte ostré lokty? V jakých oblastech života se cítíte být nespokojení? | 38 |
| Zlobíte se na někoho?..... | 39 |
| Kdy vám vstávají vlasy na hlavě? | 44 |
| Kdo (nebo co) vás připravuje o energii? | |
| Vaše vlasy jsou také otázkou energie! | 46 |
| Sestavte si svůj vlastní tým! | 51 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Kde jste nechali svoje vlasy? | 53 |
| Kdyby byl život hra..... | 54 |
| Co s vámi dělá vypadávání vlasů? | 56 |
| Nad jakými lidmi nebo situacemi byste si nejraději vyrvali vlasy z hlavy?..... | 57 |
| Kdo (nebo co) vás umí neuvěřitelně vytočit? | 58 |
| Kdo na vás nenechá nit suchou?..... | 60 |
| Kdo vás umí jen napomínat? | 61 |
| Vaše vlasy vás slyší!..... | 62 |
| Odstříhnout se od minulosti | 63 |
| Dělají si vaše vlasy, co chtějí?..... | 65 |
| Pěšinka, dredy, cop a další účesy | 66 |
| Co vyzařujeme prostřednictvím své pokožky a vlasů | 73 |
| Stres | 75 |
| Věnujete něčemu příliš mnoho energie?..... | 76 |
| Proč a kvůli komu byste chtěli mít víc vlasů? | 78 |
| Jaké máte zvyky? Jak zacházíte se svými vlasy?... | 79 |
| S čím bojujete? | 80 |
| Jakmile se vlasy objeví. Formulujte si svůj cíl!.... | 82 |
| Zeptejte se svých vlasů! | 83 |
| Několik dalších tipů pro vaše vlasy | 88 |
| Chcete mít vlasy kudrnatější?..... | 90 |
| Chtěli byste mít vlasy rovnější? | 91 |
| Přírůstek vlasů – všechno je možné! | 92 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----|
| Afirmace pro velebení vlasů | 95 |
| Zadejte svému tělu úkol! | 96 |
| Jaké to bude, až vám vlasy narostou? | 99 |
| Jaký je to pocit, když máte vlasy znovu na hlavě? ... | 99 |
| Jaké to je, když mám krásné a bohaté vlasy?..... | 101 |
| Když se vám z vlasů ježí vlasy hrůzou | 102 |
| Bílé vlasy – znak moudrosti?..... | 104 |
| Co ještě mohu udělat pro své vlasy?..... | 107 |
| Co můžete udělat, aby vlasy získaly svou původní přirozenou barvu? | 124 |
| Tóny pro vaše vlasy | 126 |
| Vyberte si svou vlasovou vodu!..... | 127 |
| Obočí..... | 131 |
| Ušní neboli „naslouchací“ chloupky | 134 |
| Rozhodujte o vlastní hlavě! | 136 |
| Komunikace s vlastním tělem | 138 |
| Máte tak hebké vlasy!..... | 139 |
| Kdy se začnete každý den smát? | 140 |
| Jaké to je být zdravý a šťastný? | 145 |
| Omlazení | 148 |
| Tanec v dešti | 151 |
| Láska..... | 151 |
| Shrnutí..... | 153 |