

Obsah

Věnování	9
Návod na použití	11
Úvod	13
1. 5 slibů malých chlapců – UŽ NIKDY...!	15
1.1 UŽ NIKDY nechci čekat, až na mne zbude čas!	16
1.2 UŽ NIKDY nechci zažít ponižování před druhými!	17
1.3 UŽ NIKDY neukážu svoje city!	18
1.4 UŽ NIKDY neukážu svůj strach!	19
1.5 UŽ NIKDY nikomu nic neřeknu!	20
2. 5 NEVYSLOVENÝCH TUŽEB MUŽE	23
2.1 Odpoutat se od matky	25
2.2 Zažít ocenění od otce	28
2.3 Uspěť u žen	31
2.4 Obstát mezi muži	32
2.5 Přijít věcem na kloub aneb Vědět PROČ a umět JAK	35
3. 5 TVÁŘÍ MUŽE	39
3.1 Tvář bojovníka	41
3.2 Tvář milovníka	42
3.3 Tvář mudrce	43
3.4 Tvář krále	44
3.5 Tvář otce	45
4. 5 ZÁKLADNÍCH ROLÍ MUŽE	49
4.1 Syn	50
4.2 Kamarád	54
4.3 Partner	57
4.4 Otec	60
4.5 Pracovník	63
5. 5 PASTÍ NA MUŽE	71
5.1 Vzrušení	72
5.2 Ženy	74
5.3 Moc	78
5.4 Pohodlnost	80
5.5 Sebeklam	82
6. 5 ZNAKŮ PRAVÉHO MUŽE	87
6.1 Odvaha	88
6.2 Aktivita	92
6.3 Řád	95
6.4 Zodpovědnost	96
6.5 Síla	100

7.	5 ŽIVOTNÍCH ÚKOLŮ MUŽE	107
	7.1 Postav dům	108
	7.2 Zasad' strom	110
	7.3 Zplod' syna	111
	7.4 Všímej si	112
	7.5 Děkuj	114
8.	5 KROKŮ K ŽIVOTNÍMU RESTARTU	119
	8.1 Krok 1. ZASTAV SE! aneb To důležité ve spěchu nezachytíš.	121
	8.2 Krok 2. OHLÉDNI SE! pokud možno, s vděčností	121
	8.3 Krok 3. UKLÍD SI! okolo sebe i v sobě	122
	8.4 Krok 4. ODVAŽ SE!	123
	8.5 Krok 5. JEDNEJ!	124
	Použitá literatura a odkazy	129