

Obsah

PŘEDMLUVA	9
PŘEDMLUVA PŘEKLADATELE	11

ZMĚŇ SVŮJ ŽIVOT K LEPŠÍMU – ZA 21 DNÍ	12
---	----

1. KAPITOLA

TVŮJ ŽIVOT JAKO MISTROVSKÉ DÍLO	16
---	----

Úspěšně žít	19
-----------------------	----

Skutečnost jako věrný obraz tvých myšlenek	21
--	----

Už jsi dnes žil?	24
----------------------------	----

Hledání štěstí	25
--------------------------	----

Bilance tvého života	26
--------------------------------	----

21denní program	30
---------------------------	----

Každodenní život jako »seminář«	31
---	----

Spočívej ve svém nitru	33
----------------------------------	----

Učební lekce života	38
-------------------------------	----

Pozitivně naplňuj svůj den	43
--------------------------------------	----

Magické okamžiky – dary slov, proměněných v činy	52
--	----

2. KAPITOLA

ÚSPĚCH A BLAHOBYT	58
-----------------------------	----

Miluj úspěch!	61
-------------------------	----

Vyhrát ve své fantazii	62
----------------------------------	----

Úspěšný management sebe sama	64
--	----

Nejdůležitější předpoklady pro úspěšný život65
Realita následuje přesvědčení68
Vědomí vítěze70
Od imaginace k identifikaci72
Hojnost – tvůj přirozený stav75
Vnitřní rozměr úspěchu76
Jak změnit scénář života81
Životopis tvých snů prostřednictvím nového obrazu sama sebe84
Jak si sestavit vysílač úspěchu87
Zvyšuješ svou tržní hodnotu89
Rezonance tvého úspěchu90
Úspěšné myšlení a cit pro úspěch91
Moc úspěšné mluvy94

3. KAPITOLA

ZDRAVÍ A VITALITA97
Život jako zdravá hra	101
Vysni si své zdraví	103
Sedm pilířů zdraví	107
Jemné metody sebevraždy	112
Odúčtování z konta života	114
Nestárnoucí vědomí svého vlastního JÁ – studna věčného mládí	116
Prodluž si svůj život a posil funkce svých orgánů	120
Zbav se falešných představ a dělej správné věci – například při jídle	126
Nejdůležitější stravní doplňky	128
Zdravá životní vize	130

4. KAPITOLA

LÁSKA A PARTNERSTVÍ 136

Zázrak lásky	139
Učební lekce v partnerství	140
Zákonitosti partnerství	145
Kroky od vědomí typu JÁ k vědomí typu MY	150
Jak se zbavit představ a ideálů	153
Sebeláska jako předpoklad opravdové lásky	156
Umění být sám	159
Partner jako zrcadlo	160
Tři předpoklady lásky	161
Co láska není	162
Problémy s egem brání lásce	164
Být spolu	197
Jak zacházet s pravdou	170
Sedm klíčů k naplněnému partnerství	171

5. KAPITOLA

SEBEVĚDOMÍ A ŽIVOTNÍ VIZE 176

Uvědomění	178
Cíl tohoto 21denního procesu	183
Zaměřit své vědomí	188
Zůstat v nejvyšším vědomí	190
Probudit v sobě mistra	191

PŘÍLOHA

HOLISTICKÉ UČENÍ 196