

OBSAH

Předmluva	9
I. díl	11
1. Základní kameny pro nový život	13
Neexistuje žádná náhoda	13
Neexistuje žádná vina a žádná špatnost	15
Víra v sebe samé	17
Síla jednání	19
2. Cesta k úspěchu	21
Cíl	21
Plánování a motivace	23
Jednat důsledně	25
Kompromis	29
Niagara-syndrom	31
Činit rozhodnutí	33
Žebříček hodnot	35
3. Převzmete iniciativu	37
Žijete nyní	37
Staňte se týmovým hráčem	39
Vlastnosti úspěšného člověka	41
Vášeň	41
Víra	43
Jasnost	45
Strategie	46
Energie	47
Komunikace	49
Shrnutí	50
4. Zvládnutí komunikace	51
Bez komunikace to nejde	51
Řeč a ostatní vyjadřovací formy	53

Zrcadlení	55
Vytvářet soulad	58
5. Používání programovacích technik	60
Spouštěcí prvek	60
Zakotvení a uvolnění spínacího prvku	63
Duševní koncept	68
Podrobnosti (submodalita)	71
Změna významu	72
Užitečné bolesti	73
Změna programovaných vzorů chování	75
Modelování konceptu úspěchu	77
Technika houpacího křesla	79
Technika směšných představ	81
Bleskové jednání	82
Vymazání minulosti	84
Jiné techniky	85
6. Vítězství nad strachem	86
Co je strach?	86
Zacházení se strachem	88
Asociace a disociace	90
Strach z neúspěchu	93
Ovládnutí strachu	95
II. díl	97
7. Seminář úspěšného programování	99
Co je NAPS?	99
Jak probudit svou nekonečnou sílu?	101
Minulost neurčuje budoucnost	102
Nespokojenost jako hnací síla	104
Jasnost cílů	105
Využití moci strachu	107
Začít s entuziasmem	109
Programování úspěchu	110

8. Jak si sami určíte svůj osud	112
Buďte aktivní	112
Zůstaňte realističtí	114
Nervové asociace	115
Vědomé ovlivňování vaší budoucnosti	116
Rozhodující je úhel pohledu	120
Tajemství celoživotního úspěchu	122
Systémy víry	124
Udržování úspěchu	127
Scénáře budoucnosti	130

9. Jak zvládnete svůj život	138
Stanovení cílů – dílna	138
Odstranit váhavost	144
Jak zakotvit úspěch ve svém životě	147
Jak eliminujete negativní kotvy	149
Jak v sobě probudit finančního génia	151
Optimální partnerství	156
Konečný průřez	158

III. díl

10. Optimální zdraví	163
Naše tělo – zázrak	163
Co je nemoc?	168
Mentální uvolnění a programování	174

11. Příklady pro samoléčbu	179
Léčení úbytku svalové hmoty	179
Léčení rakoviny prsu	184
Další vyléčení rakoviny prsu	187
Léčení dny a obezity	189
Léčení fobií a depresí	192

Doslov	195
Poděkování	196