

Obsah

Kapitola 1:	Předmluva	7
Kapitola 2:	Co to jsou afirmace?	9
Kapitola 3:	Afirmace pro zdraví	15
Kapitola 4:	Afirmace pro úzkostné emoce	23
Kapitola 5:	Afirmace pro kritické myšlení	35
Kapitola 6:	Afirmace pro závislosti	49
Kapitola 7:	Afirmace pro odpuštění	59
Kapitola 8:	Afirmace pro práci	69
Kapitola 9:	Afirmace pro peníze a prosperitu	79
Kapitola 10:	Afirmace pro přátele	89
Kapitola 11:	Afirmace pro lásku a intimitu	99
Kapitola 12:	Afirmace pro stárnutí	107
Několik myšlenek na závěr		115
O autorce		117