

# Obsah

Oduševnělý úvod .....	5
Sexem .....	6
Dalším psychologem .....	8
Neutuchajícím optimismem .....	9
Zase sexem .....	12
Masážemi .....	13
Misanthropií .....	16
(N) Emocemi .....	18
Modlitbou .....	22
Hledáním ztracené duše .....	28
Svémi zákony a pravidly .....	30
Vděčností .....	32
Útočištěm v třinácté komnatě .....	37
Samotizací .....	45
Plánováním a kreativitou .....	50

Pátráním po svém lepším otci .....	53
Zíváním .....	55
Za běhu .....	56
Spánkem Če(s)tnými pokusy o to se konečně vyspat .....	62
Radami ostatním .....	63
Špatnými úsudky .....	65
Pravidlem 3 H – Hodně hlasitou hudbou .....	67
Tituly a certifikáty .....	71
Blogováním...a když už nestačí ani to, tak... ..	72
... Psaním knih (hlavně ať je to neodborný!) .....	75
Co říci závěrem? .....	77