

úvod, aneb proč jsem vlastně tohle napsala .....	9
1 rozdíl mezi dět-ským a dět-inským .....	15
2 dobře se vyspěte, protože u toho to všechno začíná .....	19
3 udělejte z obyčejné věci událost .....	23
4 jak hezky zpomalit .....	27
5 poznámka k rozhodování .....	33
6 buďte našťvaní celých deset sekund .....	41
7 nekonečná láska a neměnné hranice .....	47
8 odpuštění nebo něco takového .....	53
9 některé věci, které si zasloužíte .....	59
10 jak se mít rádi takoví, jací jsme .....	63
11 klidně a s hrdostí buďte něčím posedlí, vy excentrici .....	71
12 některé věci, které řeknu svým dětem a které doufám, že zase ony řeknou svým dětem .....	77
13 o improvizaci .....	83
14 důležitost dobrodružství .....	87
15 stručná motivační esej o tom, jak to ve skutečnosti nevoráte tak, jak si myslíte, že to voráte, takže se hezky uklidněte, broučkové .....	95
16 požádejte o pomoc .....	103
17 věřte v sebe .....	109
18 jděte od toho, co nefunguje .....	115
19 ty části, které vám nahánějí hrůzu, nelze přetočit dopředu .....	121

20 o co v tom všem jde, je dělat to všechno.....	129
21 kladte otázky.....	135
22 získejte zpětnou vazbu.....	141
23 uklidněte se ohledně stylu, neboli: noste si, co se vám líbí.....	145
24 radost z vlastního těla .....	149
25 štěstí jako výchozí nastavení.....	155
26 důležitost „esencialistického“ léčení.....	161
27 mluvte pravdu.....	165
28 jediná věc, na které záleží, je současný okamžik .....	171
29 pitomý pocit hanby a jak jsme se ho naučili .....	175
30 tančit mezi regály .....	179
31 odvažte se mít větší sny .....	187
32 vždycky to na někoho můžete svést, vždyť víte... ..	193
33 smějte se jako doopravdy .....	197
34 jste mimořádní – a mimořádný je každý.....	201
35 být hrdina .....	205
36 jizvy jsou vyznamenání.....	209
37 když uděláte nepořádek, hezky ho zase uklidte .....	213
38 nejste způsobilí.....	219
39 závěrečné myšlenky o přijetí života v takovém chaosu, v jakém se právě nachází .....	223
40 co si vzít s sebou: laskavost .....	229
poděkování .....	233