

## OBSAH

ÚVOD .....	5
Trocha teorie nikoho nezabije .....	7
Mozek je největším pokladem každého z nás .....	8
O mozku v kostce.....	9
Mozkové hemisféry – dvě poloviny tvoří jeden celek.....	10
Co našemu mozku škodí? .....	12
Jak funguje lidský mozek? .....	14
<b>I. KDYŽ NAŠE MYSL MYSLÍ .....</b>	<b>16</b>
Naše mysl je silnou zbraní .....	21
Víra hory přenáší .....	22
Fixní a růstové nastavení mysli.....	26
Jak funguje nastavení mysli? .....	30
V mysli se rodí myšlenky .....	34
Magická síla myšlenky .....	37
Jak myslíte, tak žijete .....	41
Naše myšlenky v čase .....	51
Minulost patří minulosti.....	51
Budoucnost je ve hvězdách .....	56
Největší dar je dnešek .....	59
Uklidte si ve své hlavě.....	65
Vypněte se .....	70
Pozorujte svůj dech.....	77

Relaxační metody .....	84
Zázrak jménem meditace .....	86
<b>II. NEBUŽTE NEGATIVNÍ .....</b>	<b>91</b>
Přestaňte nenávidět.....	107
Naučte se odpouštět.....	109
Neberte si nic osobně.....	113
Nezveličujte problémy a překážky .....	116
Chybami se člověk učí .....	121
Prohra je jen dalším krokem k vítězství	123
Strach má velké oči .....	126
Nebojte se změn .....	130
<b>III. BUŽTE POZITIVNÍ.....</b>	<b>134</b>
Zaostřeno na radost .....	147
Léčivý humor a smích.....	151
Štěstí máme v sobě.....	158
Sestrou štěstí je vděčnost .....	165
<b>IV. ZÁZRKY SE DĚJÍ .....</b>	<b>172</b>
Afirmace – naši andělé.....	173
Vizualizace pro zdraví a úspěch.....	176
Umíte si správně přát? .....	182
A na závěr.....	187
Seznam literatury: .....	188