

# Obsah

Úvod .....	10
------------	----

## Část první Pravidla pro vás

1. Nechte si to pro sebe .....	16
2. Zestárnout nutně neznamená zmoudřet .....	18
3. Co se stalo, stalo se .....	20
4. Smiřte se s tím, jací jste .....	22
5. Poznejte, co se počítá a co ne .....	24
6. Život je nutné něčemu zasvětit .....	26
7. Myslete flexibilně .....	28
8. Zajímejte se o svět kolem sebe .....	30
9. Konejte dobro, ne zlo .....	32
10. Jenom leklé ryby plují s proudem .....	34
11. Zvyšujte hlas jako poslední .....	36
12. Buďte sám sobě rádcem .....	38
13. Nebát se, nenechat se překvapit, neváhat, nepochybovat .....	40
14. Škoda, že jsem to neudělal – ale nikdy není pozdě .....	42
15. Nevadí, když to vzdáte .....	44
16. Počítejte do deseti – nebo si zpívejte Měla babka čtyři jabka .....	46
17. Změňte, co změnit jde, zbytek nechte být .....	48
18. Ve všem, co děláte, se snažte být úplně nejlepší, ne skoro nejlepší .....	50
19. Nečekejte, že budete dokonalí .....	52
20. Nebojte se snít .....	54
21. Než skočíte do vody, zjistěte si, jak je tam hluboko .....	56
22. Nezabývejte se minulostí .....	58
23. Nežijte v budoucnosti .....	60

24.	Zabývejte se svým životem – pádí kolem vás	62
25.	Budte důslední	64
26.	Oblékejte se, jako by byl dnešní den důležitý	66
27.	V něco věřte	68
28.	Každý den si pro sebe vyhraďte kousek místa	70
29.	Mějte plán	72
30.	Neztrácejte smysl pro humor	74
31.	Rozhodněte se, jak si ustelete	76
32.	Život může být tak trochu jako reklama	78
33.	Zvykněte si překračovat hranice pohodlí	80
34.	Naučte se ptát	82
35.	Zachovejte si důstojnost	84
36.	Nebojte se silných emocí	86
37.	Držte slovo	88
38.	Nikdy nepochopíte všechno	90
39.	Poznejte, kde najít skutečné štěstí	92
40.	Život je pizza	94
41.	Mějte vždy někoho, kdo vás rád uvidí	96
42.	Poznejte, kdy to zabalit a odejít	98
43.	Pomstou se nic nevyřeší	100
44.	Dbejte o sebe	102
45.	Nikdy nezapomínejte na dobré způsoby	104
46.	Občas vygruntujte	106
47.	Nezapomínejte se vracet	108
48.	Vyznačte si hranice	110
49.	Nakupujte kvůli kvalitě, ne kvůli ceně	112
50.	Dělat si starosti nebo vědět, jak si je nedělat, je v pořádku	114
51.	Zůstaňte mladí	116
52.	Zasypávat problém penězi vždy nezabírá	118
53.	Myslete za sebe	120
54.	Vy to tady neřídíte	122
55.	Najděte si v životě něco, co vás rozveselí	124
56.	Jen dobráci cítí vinu	126
57.	Když nemůžete říct nic hezkého, mlčte	128

## Část druhá Pravidla pro partnerské vztahy

58.	Přijměte rozdíly . . . . .	132
59.	Dovolte svému partnerovi být sám sebou . . . . .	134
60.	Buďte milí . . . . .	136
61.	Co že to chceš udělat? . . . . .	138
62.	Omlouvejte se vždy jako první . . . . .	140
63.	Pro potěšení svého partnera udělejte první poslední . . . . .	142
64.	Poznejte, kdy je čas poslouchat a kdy jednat . . . . .	144
65.	Mějte společné nadšení do života . . . . .	146
66.	Milování musí být o lásce . . . . .	148
67.	Mluvte a povídejte si . . . . .	150
68.	Respektujte soukromí . . . . .	152
69.	Ujišťujte se, že máte oba stejné cíle . . . . .	154
70.	Chovejte se k partnerovi lépe než k nejlepšímu příteli . . . . .	156
71.	Směřujte ke spokojenosti, ne ke štěstí . . . . .	158
72.	Nemusíte mít oba stejná pravidla . . . . .	160

## Část třetí Pravidla pro přátelství a rodinu

73.	Když chcete být něčím přítelem, buďte mu dobrým přítelem . . .	164
74.	Najděte si čas pro své blízké . . . . .	166
75.	Nechte to děti zpackat – vaši pomoc nepotřebují . . . . .	168
76.	Mějte pro své rodiče trochu pochopení . . . . .	170
77.	Neříkejte svým dětem „ne“ . . . . .	172
78.	Nikdy nepůjčujte peníze, ledaže jste připraveni je odepsat . . . . .	174
79.	Jazyk za zuby . . . . .	176
80.	Neexistují špatné děti . . . . .	178
81.	Pro lidi, na kterých vám záleží, buďte vždy veselí a šťastní . . . . .	180
82.	Dejte svým dětem zodpovědnost . . . . .	182
83.	Aby děti odešly z domova, musí si s vámi vjet do vlasů . . . . .	184
84.	Vaše dítě bude mít kamarády, kteří se vám nebudou zamlouvat . .	186
85.	Vaše úkoly v roli dítěte . . . . .	188
86.	Vaše úkoly v roli rodiče . . . . .	190

## Část čtvrtá Společenská pravidla

87. Všichni jsme si bližší, než myslíte .....194
88. Odpouštět nebolí .....196
89. Být ochotný nebolí .....198
90. Co z toho kouká pro ně? .....200
91. Držte se pozitivně naladěných lidí .....202
92. Nešetřete svým časem a informacemi .....204
93. Angažujte se .....206
94. Zůstávejte morálně na výši .....208
95. Nemusíte druhým ztěžovat život jen proto, že jste ho měli  
těžký vy .....210
96. Nebojte se srovnávat s ostatními .....212
97. Mějte plán pro svou kariéru .....214
98. Podívejte se na dlouhodobé důsledky svého zaměstnání .....216
99. Buďte ve své práci dobří .....218
100. Buďte si vědomi škod, které působíte .....220
101. Jděte za slávou, ne za ponížením .....222
102. Buďte součástí řešení, ne součástí problému .....224
103. Zkuste si představit, co o vás řeknou budoucí generace .....226
104. Všechno nemůže být zelené .....228
105. Vracejte něco zpět .....230
106. Najděte si každý den nové pravidlo – nebo alespoň jednou  
za čas .....232