

## Obsah

PROLOG: „Pozor, tahle kniha je Albert, pokud tam vstoupíš, už nebudeš chtít ven“ ....	5
Moje inspirace .....	9
Důvod, proč tahle kniha vznikla .....	12

Na začátek...

### ŽLUTÝ SVĚT

Odkud se bere? .....	17
Co to je žlutý svět? .....	21

K následování...

### SEZNAM OBJEVŮ NUTNÝCH K TOMU, ABY SE TVŮJ SVĚT ZMĚNIL NA ŽLUTÝ

První objev: „Ztráty jsou pozitivní“ .....	27
Druhý objev: „Slovo bolest neexistuje“ .....	33
Třetí objev: „Řešení problémů je otázkou nápadů a energie prvních třiceti minut“ .....	39

Čtvrtý objev: „Každý den polož pět správných otázek“ .....	44
Pátý objev: „Ukaž mi, jak chodíš, a já ti předvedu, jak se směješ“ .....	49
Šestý objev: „Když jsi nemocný, pak tvůj život ovládá chorobopis, tvůj lékařský životopis. Když žiješ, musíš mít jiný. Životopis plný energie a života“ .....	54
Sedmý objev: „Existuje sedm rad, jak být šťastný“ .....	60
Osmý objev: „Nejvíc o tobě vypovídá to, co nejvíc skrýváš“ .....	65
Devátý objev: „Sevři rty a foukni“ .....	68
Desátý objev: „Neboj se být tím, v koho ses změnil“ .....	71
Jedenáctý objev: „Vyhledávej to, co se ti líbí, a dívej se na to“ .....	76
Dvanáctý objev: „Začni počítat od šesti“ .....	79
Třináctý objev: „Hledání severu a jihu“ .....	84
Čtrnáctý objev: „Poslouchej, když jsi naštvaný“ .....	86
Patnáctý objev: „Masturbuj pozitivně“ .....	89
Šestnáctý objev: „Obtížné není přijmout sám sebe, ale ten zbytek lidí“ .....	92
Sedmnáctý objev: „Síla kontrastů“ .....	95
Osmnáctý objev: „Dvacet minut zimního spánku“ .....	99

Devatenáctý objev: „Vyhledej své spolubydlící z nemocničního pokoje, i když už jsi venku“ .....	102
Dvacátý objev: „Chceš se mnou sdílet snění v REM fázi spánku?“ .....	108
Jedenadvacátý objev: „Síla toho, co je poprvé“ .....	111
Dvaadvacátý objev: „Trik, jak se už nikdy nerozzlobit“ .....	114
Třicátý objev: „Super trik, jak zjistit, zda někoho miluješ“ .....	117
23 objevů, které ti pomohou překonat období od čtrnácti do čtyřiceti let .....	119

### Pro život...

#### ŽLUTÍ

Žlutí .....	125
Jak se setkat se žlutými a jak je poznat? .....	145
Zásobník žlutých otázek .....	154
Závěrečné zamýšlení o žlutých .....	163

### Spočinout...

#### ŽLUTÝ KONEC

Žlutý konec .....	169
Epilog .....	177