

OBSAH

Předmluva Malcolma Gladwella 11

Dvě hodiny: 6. KVĚTNA 2017 15

ČÁST I: MYSL A SVALY

KAPITOLA 1 Neúprosná minuta 21

KAPITOLA 2 Člověk jako stroj 31

KAPITOLA 3 Centrální správce 51

KAPITOLA 4 Vědomý vypínač 69

Dvě hodiny: 30. LISTOPADU 2016 87

ČÁST II: LIMITY

KAPITOLA 5 Bolest 97

KAPITOLA 6 Svaly 115

KAPITOLA 7 Kyslík 133

KAPITOLA 8 Teplo 155

KAPITOLA 9 Žízeň 169

KAPITOLA 10 Palivo 189

Dvě hodiny: 6. BŘEZNA 2017 213

ČÁST III: PROLOMIT LIMITY

KAPITOLA 11	Trénink mozku	221
KAPITOLA 12	Přenastavení mozku	239
KAPITOLA 13	Víra	255
	<i>Dvě hodiny: 6. KVĚTNA 2017</i>	273
	<i>Poděkování</i>	279
	<i>Doslov</i>	281
	<i>Poznámky</i>	287
	<i>Rejstřík</i>	315