

OBSAH

část 1 CÍL A PŘEKÁŽKY

- 1 Abychom nemuseli litovat 13
Už na začátku mějte na paměti konec
- 2 Co nás odvádí od smyslu 31
Když dopustíme, aby věci méně významné vytlačily ty významnější

část 2 BRZDA: SLABÁ VŮLE

- 3 Sny utopené v mlze 49
Jak zvládat zábrany, jejichž příčinou je strach
- 4 Člověk zraněný 70
Jak zvládnout rozptýlení plynoucí z dřívějších chyb

část 3 SVODY „VŠEDNÍHO DNE“

- 5 Obluda „já“ 93
Jak čelit rozptylující touze po štěstí
- 6 Kdy je dost skutečně dost 109
Jak překonat nezdravou touhu po penězích

7	Cesta ke smyslu zavalená harampádím <i>Jak překonat svody majetku</i>	133
8	Trendy a aplaus <i>Jak se nenechat pobláznit potleskem</i>	157
9	Když to i na těch plážích začíná být nuda <i>Jak čelit svodům volného času</i>	177
10	Blikající kontrolky <i>Jak čelit svodům technologií</i>	199

část 4 **KNIHA SPĚJE KE KONCI,
ŽIVOT HLUBŠÍHO SMYSLU MŮŽE ZAČÍT**

11	Žijte život tak, aby si o tom lidé mohli vyprávět <i>A budete překvapení</i>	231
	Bonusové cvičení: <i>Objevte své cíle</i>	249
	Poděkování	263
	Poznámky	265
	O autorovi	277