

# Obsah



Úvod	9
1 Jak se stát klidným alfa člověkem	15
2 Tajná řeč psů	27
3 Zásady citlivého výcviku psů	44
4 Povely s láskou a respektem	63
5 Objekty moci: řešení nevhodného chování vašeho psa	78
6 Výcvik k pobytu v kleci – v meditačním prostoru vašeho psa	91
7 Léčení neuróz a úzkostí	104
8 Uvědomělá chůze na vodítku	117
9 Zen a umění rozpustit agresi	130
10 Jak sobě i svému psu zajistit hodně štěstí a vitality	143
11 Adopce: jak získat důvěru a otevřít srdce	156
12 Jak moudří krmí své psy	169



13	Věk štěněte: učte je, dokud jsou mladí	182
14	Děti jako klidné alfa bytosti	198
	Doslov	211
	Dodatek	215
	Seznam obrázků	217
	Přehled výcvikových tipů	218
	Přehled témat k meditaci	219
	Doporučená literatura	220
	O autorovi	223