

# Obsah

PŘEDMLUVA . . . . .	9
PŘEDMLUVA PŘEKLADATELE . . . . .	11

ZMĚŇ SVŮJ ŽIVOT K LEPŠÍMU – ZA 21 DNÍ . . . . .	12
---	----

## 1. KAPITOLA

TVŮJ ŽIVOT JAKO MISTROVSKÉ DÍLO . . . . .	16
---	----

Úspěšně žít . . . . .	19
Skutečnost jako věrný obraz tvých myšlenek . . . . .	21
Už jsi dnes žil? . . . . .	24
Hledání štěstí . . . . .	25
Bilance tvého života . . . . .	26
21denní program . . . . .	30
Každodenní život jako »seminář« . . . . .	31
Spočívej ve svém nitru . . . . .	33
Učební lekce života . . . . .	38
Pozitivně naplňuj svůj den . . . . .	43
Magické okamžiky – dary slov, proměněných v činy . . . . .	52

## 2. KAPITOLA

ÚSPĚCH A BLAHOBYT . . . . .	58
-----------------------------	----

Miluj úspěch! . . . . .	61
Vyhrát ve své fantazii . . . . .	62
Úspěšný management sebe sama . . . . .	64

Nejdůležitější předpoklady pro úspěšný život . . . . .	.65
Realita následuje přesvědčení . . . . .	.68
Vědomí vítěze . . . . .	.70
Od imaginace k identifikaci . . . . .	.72
Hojnost – tvůj přirozený stav . . . . .	.75
Vnitřní rozměr úspěchu . . . . .	.76
Jak změnit scénář života . . . . .	.81
Životopis tvých snů prostřednictvím nového obrazu sama sebe . . . . .	.84
Jak si sestavit vysílač úspěchu . . . . .	.87
Zvyšuješ svou tržní hodnotu . . . . .	.89
Rezonance tvého úspěchu . . . . .	.90
Úspěšné myšlení a cit pro úspěch . . . . .	.91
Moc úspěšné mluvy . . . . .	.94

### **3. KAPITOLA**

ZDRAVÍ A VITALITA . . . . .	.97
Život jako zdravá hra . . . . .	101
Vysni si své zdraví . . . . .	103
Sedm pilířů zdraví . . . . .	107
Jemné metody sebevraždy . . . . .	112
Odúčtování z konta života . . . . .	114
Nestárnoucí vědomí svého vlastního JÁ – studna věčného mládí . . . . .	116
Prodluž si svůj život a posil funkce svých orgánů . . . . .	120
Zbav se falešných představ a dělej správné věci – například při jídle . . . . .	126
Nejdůležitější stravní doplňky . . . . .	128
Zdravá životní vize . . . . .	130

## **4. KAPITOLA**

### **LÁSKA A PARTNERSTVÍ . . . . . 136**

Zázrak lásky . . . . .	139
Učební lekce v partnerství . . . . .	140
Zákonitosti partnerství . . . . .	145
Kroky od vědomí typu JÁ k vědomí typu MY . . . . .	150
Jak se zbavit představ a ideálů . . . . .	153
Sebeláska jako předpoklad opravdové lásky . . . . .	156
Umění být sám . . . . .	159
Partner jako zrcadlo . . . . .	160
Tři předpoklady lásky . . . . .	161
Co láska není . . . . .	162
Problémy s egem brání lásce . . . . .	164
Být spolu . . . . .	197
Jak zacházet s pravdou . . . . .	170
Sedm klíčů k naplněnému partnerství . . . . .	171

## **5. KAPITOLA**

### **SEBEVĚDOMÍ A ŽIVOTNÍ VIZE . . . . . 176**

Uvědomění . . . . .	178
Cíl tohoto 21denního procesu . . . . .	183
Zaměřit své vědomí . . . . .	188
Zůstat v nejvyšším vědomí . . . . .	190
Probudit v sobě mistra . . . . .	191

## **PŘÍLOHA**

### **HOLISTICKÉ UČENÍ . . . . . 196**