

OBSAH

Úvod	7
1. Jiná perspektiva	15
2. Vlídny učitel	17
3. Přijmout změnu	20
4. Vzít smrt na vědomí	22
5. Nechte se překvapit sami sebou	25
6. Krása nového dne	27
7. Být přizpůsobivý	29
8. Být nepochopený	32
9. Ptáci a býk	35
10. Rozhodnout se pro štěstí	39
11. Význam okamžiku	42
12. Rozpustit ego	44
13. Dělat něco, nedělat nic	49
14. Důvěra	51
15. Ploty	54
16. Plout vpřed	56
17. Svoboda	58
18. Vděčnost	60
19. Pěstovat soucit	63
20. Naděje	68
21. Význam upřímnosti	70
22. Internetové spojení	72
23. Neviditelný muž	74
24. Buďte prostě sami sebou	76

25. Učit se sebelásce	79
26. Lekce z parkoviště	82
27. Nechte to plavat	87
28. Nádhery	90
29. Meditace	92
30. Na planetě	95
31. Krok za krokem	97
32. Povolení uděleno	99
33. Moc volby	102
34. Déšť a vděk	104
35. Připravit, pozor, teď	107
36. Připomenutí z přírody	110
37. Respekt začíná u vás	113
38. Vysvlékněte se ze své kůže	116
39. Ukazatele	118
40. Začít znovu	121
41. Věci, které vám zvednou náladu	124
42. Třicet vteřin	128
43. Myšlenky v dopravní špičce	130
44. Tři soprány	133
45. Načasování	135
46. Různorodost a barva	139
47. Co, ne jak	142
48. Přání ve větru	144
49. Zázrak těla	146
50. Slova, která říkáme	148
51. Pracovat společně	150
52. Už žádné starosti	152

Doslov: Ničeho nelituji 155

Poděkování 157