

Spis treści

O autorce	7
Współpracownicy	9
Podziękowania	21
Wprowadzenie	23

Część 1. Pięć filarów mentalnych 29

Pierwszy filar: Zidentyfikuj swój styl	31
Drugi filar: Zapanuj nad osobistą siłą ciężenia	48
Trzeci filar: Rozszyfruj cykl dostosowania życiowego	60
Czwarty filar: Odkryj swój największy talent	74
Piąty filar: Uwzględnij swoje potrzeby	92

Część 2. Siedem przykazań 111

Przykazanie pierwsze: Weź odpowiedzialność za swoje życie	113
Przykazanie drugie: Buduj relacje	131
Przykazanie trzecie: Nastaw się na zmiany	148
Przykazanie czwarte: Szukaj okazji	164
Przykazanie piąte: Żyj z pasją	178
Przykazanie szóste: Żyj świadomie	190
Przykazanie siódme: Skoncentruj się na jednej rzeczy	205