

Spis treści

ROZDZIAŁ 1.	
Trzyminutowa lekcja	15
ROZDZIAŁ 2.	
O nastawieniu	20
ROZDZIAŁ 3.	
Zyskanie przewagi mentalnej	26
ROZDZIAŁ 4.	
Nauka latania samolotem wojskowym	31
ROZDZIAŁ 5.	
Znaczenie wiary w siebie	38
ROZDZIAŁ 6.	
Inżynieria wyobraźni i pewność siebie	43
ROZDZIAŁ 7.	
Krytyczna trójca	46
ROZDZIAŁ 8.	
Wojownik mentalny	55
ROZDZIAŁ 9.	
Kontrolowanie gniewu	59
ROZDZIAŁ 10.	
Oddano strzały	63
ROZDZIAŁ 11.	
O przegrywaniu	74

ROZDZIAŁ 12.	
Strach przed porażką	80
ROZDZIAŁ 13.	
Kontrolowanie strachu	84
ROZDZIAŁ 14.	
Nagły spadek formy	91
ROZDZIAŁ 15.	
Zachowanie spokoju mimo presji	95
ROZDZIAŁ 16.	
Wewnętrzny krytyk	103
ROZDZIAŁ 17.	
Nadmiar emocji	106
ROZDZIAŁ 18.	
Twoje marzenie	109
ROZDZIAŁ 19.	
O celach	112
ROZDZIAŁ 20.	
Ciężka praca	118
ROZDZIAŁ 21.	
Dotarcie na miejsce	122
ROZDZIAŁ 22.	
Zmiana stanu umysłu	125
ROZDZIAŁ 23.	
Teraźniejszość	131
ROZDZIAŁ 24.	
Przygotuj się na zwycięstwo	136
ROZDZIAŁ 25.	
Iść dalej	140