

Spis treści

Podziękowania	7
Szczere wyznanie twojego trenera	8
I. Na czym polega problem?	11
1. Dlaczego Bóg nie obdarzył mnie miłością mojego życia? ...	13
2. Próba charakteru	19
3. Skąd się wziąłem?	22
4. W randkach nie chodzi o małżeństwo	31
II. Program	41
5. Prowadź dziennik	43
6. Jeśli mówisz: „nie ma perspektyw”, nie uda ci się	50
7. Poznawaj pięć osób tygodniowo	58
8. Zmień swój schemat działania	66
9. Pokonaj opór: skorzystaj z serwisu randkowego	76
10. Nie poddawaj się i zwiększaj liczbę swoich szans	84
11. Skompletuj swój zespół	91
12. Przywiąż mnie do drzewa	97
13. Nie ograniczaj się do swojego typu	101
14. Sprawdź swoje oczekiwania na początku	109
15. Zapomnij o miłości od pierwszego wejrzenia	114
16. Spotkaj się z każdym raz, a może i drugi	118
17. Chodzić na randki z niechrześcijaninem?	122

Spis treści

18. Upuść chusteczkę (lub palmpilota)	132
19. Realizuj strategię od początku do końca	136
20. Od początku bądź sobą	146
21. Nie manipuluj ludźmi	152
22. Gdzie jest testosteron?	161
23. Pilnuj swoich granic	170
III. Kształtuj sam swoje życie towarzyskie	175
24. Kontroluj swój świat wewnętrzny i stawiaj czoło problemom	177
25. Wracaj do zdrowia	185
26. Nie bądź doktorem Jekyll'em i panem Hyde'em	196
27. Spójrz w lustro	205
28. Uwolnij swoje libido lub je uspokój	213
29. Czy musisz się ożenić? Randki nie są dla zdesperowanych	224
30. Wyłącz autopilota i kieruj	229
IV. Skup się na tym, co ważne	235
31. Czy ta przyjaźń kiedykolwiek nabierze rumieńców?	237
32. Piękno to tylko to, co na powierzchni skóry, ale charakter dociera do kości	242
33. Siedem dodatkowych wskazówek	248
Końcowe wyznanie	255