

OBSAH

ÚVOD	5
1. ČASŤ – ANJELSKÝ KOKTEIL, PROSÍM!	13
DOPAMÍN – VZPRUHA A PÔŽITOK	21
OXYTOCÍN – SPOLUPATRIČNOSŤ A ĽUDSKOSŤ	55
SÉROTONÍN – SOCIÁLNY STATUS, SPOKOJNOSŤ A NÁLADA	85
KORTIZOL – SÚSTREDENIE, NAPÄTIE ALEBO PANIKA?... 111	
ENDORFÍNY – EUFÓRIA	147
TESTOSTERÓN – SEBAVEDOMIE A VÍŤAZSTVO	159
ZÁKLAD ANJELSKÉHO KOKTEILU	171
DIABOLSKÝ KOKTEIL	203
2. ČASŤ – VYTVORTE SI BUDÚCNOSŤ	209
NOVÝ ŽIVOT	217
POĎAKOVANIE	219
REFERENCIE	221