

Saturs

Priekšvārds. Kūniņa nelidos	10
Ievads. Jūs esat drosminieks vai upuris?	12

Pirmā daļa. Drosminieki **19**

1. nodaļa. Nometiet važas	20
2. nodaļa. Dzīve ir draņķīga, un tad jūs nomirstat	25
3. nodaļa. Pārsteidzošās cilvēciskās būtnes	27
4. nodaļa. Atmetiet domu “Man jābūt man pašam”	33
5. nodaļa. Mēs padarām sevi vai nu nožēlojamus, vai stiprus	37
6. nodaļa. Vislielākais kārdinājums	41
7. nodaļa. Nav runa par jūsu miesu un asinīm	46
8. nodaļa. Nāve komforta zonā	54
9. nodaļa. Neuzķerieties uz āķa	57
10. nodaļa. Noejiet ceļu no bailēm līdz rīcībai	61
11. nodaļa. Entuziasma valdzinājums	67
12. nodaļa. Es apņēmos vairs nebūt mazdūšīgs	72

Otrā daļa. Drosme savstarpējās attiecībās *77*

13. nodaļa. Mīlēt nozīmē riskēt	78
14. nodaļa. Mēs dodamies augšup pa kāpnēm	82
15. nodaļa. Kāpnes ir mūsos	86
16. nodaļa. Jūs varat pacelties debesīs	90
17. nodaļa. Nav vajadzības kļūt par karalieni uz vienu dienu	95
18. nodaļa. "Jā" dzīvo "nē" zemē	99
19. nodaļa. Mīlestība nerodas sirdī	103
20. nodaļa. Lūdzu, esiet kas vairāk par to, ko jūtat	106
21. nodaļa. Esam vai nu devēji, vai ņēmēji	109
22. nodaļa. Kā lai pāraudzina upuri?	112
23. nodaļa. Viss sākas ar piedošanu	116

Trešā daļa. Dzīvības un nāves spriedums *121*

24. nodaļa. Vārdi var būt iedarbīgāki par narkotikām	122
25. nodaļa. Kā mēs sevi tiesājam	127
26. nodaļa. Pārcietiet to vai tieciet galā	130
27. nodaļa. Tieciet vaļā no apņēmības trūkuma	134
28. nodaļa. Mīlais, mēs samazinājām mūsu meitu	140
29. nodaļa. Piedod, bet es biju apkrauts ar darbiem	145
30. nodaļa. Nav skumjāka stāsta	150
31. nodaļa. Kāpēc nejūtaties aizvainots?	152
32. nodaļa. Sakiet "nē" zēniem no malas	156
33. nodaļa. Pūķis paceļas gaisā	160

34. nodaļa. Tagad jūs protat braukt, neturot stūri	164
35. nodaļa. Pārvērtiet sapņus īstenībā	167
36. nodaļa. Jūsu laime nav savtīga	174
37. nodaļa. Un jums radīsies spēks	176
38. nodaļa. Kā nodzīvot līdz simt gadiem	180
39. nodaļa. Katram risinājumam ir sava problēma	183
40. nodaļa. Pārstājiēt būt jūs pats	187
41. nodaļa. Vīruss jūsu biodatorā	190
42. nodaļa. Viņi nav tikai smaidoši muļķi	194
43. nodaļa. Saglabājiēt sevī gara liesmu	198
44. nodaļa. Nemiera gari	200
45. nodaļa. Atrodiet mīlestību aiz maskas	203
46. nodaļa. Cilvēka gara slepenais ierocis	206
Par autoru	210
Rādītājs	211