



Dáte si anjelský koktejl s dopamínom,  
so sérotonínom a s endorfínmi?  
Alebo radšej diabolský koktejl s kortizolom  
ako hlavnou zložkou?

A čo takto si to najskôr dôkladne premyslieť?

Váš mozog funguje ako chemická fabrika, ktorá neustále vyrába šesť látok. Práve tie rozhodujú o tom, ako sa budete cítiť a pocity zas ovplyvnia vaše konanie. David J. P. Phillips vás naučí, **ako si namiešať ten správny koktejl, aby ste sa stali najlepšou verziou seba samých**. Vďaka tejto knihe sa priblížite k budúcnosti, po ktorej túžite, a vytvoríte si život, o akom ste vždy snívali.

**David J. P. Phillips** patrí medzi najúspešnejších medzinárodných švédskych rečníkov. Jeho jedinečný pohľad na vedenie seba samého vychádza z prekonania dlhodobej depresie, kedy sa mu podarilo nájsť kľúč k zvládaniu vlastnej mysle. To sa stalo základom na napísanie knihy *Anjelský koktejl*, ktorá bola preložená do 25 jazykov a stala sa bestsellerom.

priroda.sk

ISBN 978-80-551-9195-9



9 788055 191959

ODPORÚČANÁ CENA 00,90 €

ŠEŠŤ LÁTOK, KTORÉ VÁM ZMENIA ŽIVOT

DAVID J. P. PHILLIPS

PRIRODA

DAVID J. P. PHILLIPS

# ŠEŠŤ LÁTOK, KTORÉ VÁM ZMENIA ŽIVOT

Najpopulárnejšie  
videá Davida J. P.  
Phillipsa na TEDx Talks  
majú 10 miliónov  
videní!



Anjelský  
koktejl

DOPAMÍN

OXYTOCÍN

SÉROTONÍN

ENDORFÍN

KORTIZOL

TESTOSTERÓN