

Índice

Introdução.	1
1 Domine o eu emocional	
<i>A Lei • a Irracionalidade</i>	13
A Ateneia interior	13
Explicações para a natureza humana	22
Primeiro passo: Reconhecer os preconceitos.	29
Segundo passo: Cuidado com os fatores inflamatórios	32
Terceiro passo: Estratégias para revelar o eu racional.	38
2 Transforme o amor-próprio em empatia	
<i>A Lei • o Narcisismo</i>	43
O espectro narcisista	43
Exemplos de tipos narcisistas	56
3 Veja para lá das máscaras das pessoas	
<i>A Lei • a Dramatização.</i>	75
A segunda linguagem.	75
Explicações para a natureza humana	83
Capacidades de observação.	86
Descodificar sinais	90
A arte da gestão de impressões.	101
4 Determine a força da personalidade de alguém	
<i>A Lei • o Comportamento Compulsivo</i>	107
O padrão.	107
Explicações para a natureza humana	116
Sinais de personalidade.	121
Tipos tóxicos	127
A personalidade superior	133

5 Tornar-se um objeto de desejo esquivo	
<i>A Lei • a Cobiça.</i>137
O objeto de desejo137
Explicações para a natureza humana145
Estratégias para estimular desejo149
O desejo supremo153
6 Eleve a sua perspectiva	
<i>A Lei • a Falta • e Visão.</i>157
Momentos de loucura157
Explicações para a natureza humana166
Quatro sinais de falta de visão e estratégias para os ultrapassar.169
O ser humano distanciado177
7 Atenuie a resistência das pessoas confirmando a sua autoimagem	
<i>A Lei • a Defensiva.</i>179
O jogo das influências179
Explicações para a natureza humana190
Cinco estratégias para se tornar um mestre da persuasão196
A mente flexível — estratégias pessoais206
8 Mude as suas circunstâncias mudando a sua atitude	
<i>A Lei • a Autossabotagem.</i>211
A derradeira liberdade211
Explicações para a natureza humana221
A atitude redutora (negativa)225
A atitude expansiva (positiva)233
9 Enfrente o seu lado negro	
<i>A Lei • a Repressão.</i>241
O lado negro.241
Explicações para a natureza humana251
Decifrar a Sombra: comportamento contraditório258
O ser humano integrado264

10 Vigie um ego frágil

<i>A Lei • a Inveja</i>273
Amigos fatais273
Explicações para a natureza humana284
Sinais de inveja286
Tipos de invejoso289
Ativadores de inveja295
Ultrapassar a inveja300

11 Conheça os seus limites

<i>A Lei • a Grandiosidade</i>305
A ilusão de sucesso305
Explicações para a natureza humana317
O líder arrogante325
A grandiosidade prática330

12 Ressintonize-se com os seus lados masculino e feminino

<i>A Lei • a Rigidez • os Géneros</i>335
O género autêntico335
Explicações para a natureza humana348
Projeção de género — tipos356
O homem/mulher original363

13 Avance com uma noção de propósito

<i>A Lei • a Futilidade</i>373
A voz373
Explicações para a natureza humana388
Estratégias para desenvolver um elevado sentido de propósito395
O engodo dos falsos propósitos402

14 Resista à força gravítica descendente do grupo

<i>A Lei • o Conformismo</i>409
Uma experiência com a natureza humana409
Explicações para a natureza humana426
A corte e os seus cortesãos443
O Grupo da Realidade451

15 Faça que desejem segui-lo

<i>A Lei • a Volubili•a•e</i>459
A maldição da prerrogativa459
Explicações para a natureza humana476
Estratégias para estabelecer a autoridade484
A autoridade interior491

16 Detete a hostilidade sob uma fachada amistosa

<i>A Lei • a Agressão</i>495
O agressor sofisticado495
Explicações para a natureza humana513
A origem da agressão humana515
Agressão passiva — as suas estratégias e como contrariá-las525
Agressão controlada534

17 Aproveite o momento histórico

<i>A Lei • a Miopia Geracional</i>541
A maré-cheia541
Explicações para a natureza humana559
O fenómeno geracional.562
Padrões geracionais.566
Estratégias para explorar o espírito da época.574
O ser humano para lá do tempo e da morte578

18 Medite na mortalidade do ser humano

<i>A Lei • a Negação • a Morte.</i>585
A bala perdida585
Explicações para a natureza humana598
Uma filosofia da vida através da morte601

Bibliografia recomendada611
---	------