

## TURINYS

Įvadas • 9

### 1. LAIMĖ SMEGENYSE • 13

*Cheminė laimė* • 17

*Nukeliaukite į savo laimingą vietelę* • 28

*Laimę rasti sunku* • 37

*Paslapčių kambariai* • 43

### 2. VISUR GERAI, BET NAMIE GERIAUSIA • 53

*Pradėkime skleisti žinių* • 65

*Erdvė* • 69

*MANO namai - MANO tvirtovė* • 75

### 3. SMEGENŲ MANKŠTA • 85

*Smegenis nuolat mankštiname* • 87

*Darbas - ne atlygis* • 94

*Kur smegenys save mato po penkerių metų* • 101

*Jeigu būčiau turtuolis* • 110

### 4. LAIMĖ - TAI KITI ŽMONĖS • 124

*Evoliucija - intelekto draugė* - 126

*Ryšių palaikymas* • 134

*Kitų gyvenimas* • 139

*Jeigu visi nušoktų nuo skardžio* • 143

*Kokia šlovės kaina?* • 152

5. **MEILĖ, SEKSAS ARBA NIEKO** • 165

*Per seksualu šiai knygai* • 167

*Ne šįvakar, man skauda galvą* • 174

*O tau ar buvo gerai?* • 178

*Kaip smegenys sukuria meilę* • 182

*Meilė akla. Ir subjektyvi* • 187

*Patarimai dėl santykių* • 194

*Pusiausvyra tarp meilės ir sekso* • 202

*Kuo čia dėta meilė?* • 210

6. **TURIME JUOKTIS** • 214

*Turime juoktis... ne, rimtai - TURIME juoktis* • 216

*Tau tai juokinga?* • 222

*Aktorė sako vyskupui* • 231

*Siųskime klounus* • 238

*Kai juokas nutyla* • 248

7. **TAMSIOJI LAIMĖS PUSĖ** • 256

*Jūs sakote, bulvės* • 258

*Elkitės su kitais* • 269

*Aš laimingesnis už tave!* • 277

*Stenkitės negalvoti, kad esate laimingi* • 286

8. **LAIMĖ PAGAL AMŽIŲ** • 297

*Laimė yra vaikiška* • 299

*Paaugliai smegenis tiesiog suspardo* • 309

*Suaugusiųjų požiūris į laimę* • 319

*Galiausiai* • 328

Baigiamasis žodis • 339

Padėkos • 347

Literatūros sąrašas • 349