KAPITOLA 5

Křik, který nebyl slyšet 61

Ženský vztek jako zakázaný lék 65

Vývrtka vzteku a osvobození hlasu 67

KAPITOLA 6

Tajemství v krabici od bot 71

Zákon náležení – Prázdná židle u stolu 76

Rituál „Místo u stolu“ a vrácení cizí zátěže 78

KAPITOLA 7

Hranice jako akt lásky 83

Past jménem „vhodná dcera“ 88

Stavba tvého vnitřního valu 90

KAPITOLA 8

Tělo jako kronika 95

Biologie loajality 100

Rozhovor s kronikou tvého masa 102

KAPITOLA 9

Rituál odpuštění (ne zapomnění) 107

Smazání emočního dluhu 112

Rituál pěti kamenů a smazání dluhů 114

KAPITOLA 10

Léčení vnitřní holčičky 119

Staň se svým vlastním bezpečným přístavem 124

Návrat pro zapomenuté dítě 126

KAPITOLA 11

Budování nového kmene 131

Detoxikace tvého okolí 136

Revize a stavba tvého nového souostroví 138

KAPITOLA 12

Maják v bouři rodu 143

Poslední strážce světla a tvůj nový Maják 148

Pečeť tvé nové svobody 150

Doslov 154