

OBSAH

PŘEDMLUVA	7
-----------------	---

PRVNÍ ČÁST:

POVOLENÍ K ŽIVOTU	11
--------------------------------	----

Kapitola první:

Bolestná zkušenost: rozpoznáváme a léčíme osobní duševní traumata	12
--	----

Kapitola druhá:

Tři stavební kameny šťastného života: odpovědnost, odpuštění a láska.....	30
--	----

Kapitola třetí:

Jak sám se sebou hovořit o lásce	41
--	----

DRUHÁ ČÁST:

VZTAHY SE VZTAHY	49
-------------------------------	----

Kapitola první:

Mrakodrapy, mrakodrapy – a já jsem tak malý! Vztahy s rodiči	50
---	----

Kapitola druhá:

„Cizinec“ v domě: vztahy s dítětem.....	62
---	----

Kapitola třetí:

Srdce zná odpověď: zóna milostných vztahů	72
---	----

Kapitola čtvrtá:

Cizím vstup zakázán: zóna intimních vztahů	80
--	----

Kapitola pátá:

Jako z rohu hojnosti: vztahy s penězi 91

TŘETÍ ČÁST:

MOJE TĚLO A JÁ..... 103

Kapitola první: Dovol tělu, aby ti bylo přítelem... 104

Kapitola druhá: Tělo neumí lhát..... 116

Kapitola třetí: Dialogy s tělem..... 124

Kapitola čtvrtá: Smyslnost a stud..... 133

ČTVRTÁ ČÁST:

**NEMŮŽEŠ SE STÁT TÍM, KÝM CHCEŠ BÝT, DO-
KUD SE NEPŘIJMEŠ TAKOVÝ, JAKÝ BÝT NE-
CHCEŠ** 143

Kapitola první: Ještě jednou o lásce..... 144

Kapitola druhá: Sni a jednej..... 155

Kapitola třetí: Být šťastný znamená být sám
sebou 161

ZÁVĚR 171