

Obsah

Úvod	7
ČÁST I: Svět empatika	13
KAPITOLA 1: Jste empatik?	15
KAPITOLA 2: Empatik: požehnání, nebo prokletí?	38
ČÁST II: Vztah člověka se sebou samým	51
KAPITOLA 3: Jak žít co nejlépe v kůži empatika	53
KAPITOLA 4: Otáčení ovladačem ega	70
KAPITOLA 5: Být spirituální znamená být sám sebou	88
KAPITOLA 6: Když se tělo bouří	103
ČÁST III: Vztah se světem	125
KAPITOLA 7: Buďte sami sebou!	127
KAPITOLA 8: Hojnosti se otevřete bez výčitek svědomí	145
KAPITOLA 9: Od slova „ano“ ke slovu „ne“	165
KAPITOLA 10: Prolomení genderových norem	179
KAPITOLA 11: Žít beze strachu	189
Poděkování	207
Poznámky	209
O autorce	213