OBSAH

ÚVOD 7

1. MILUJTE SAMI SEBE 13
2. BUĎTE SAMI SEBOU 24
3. BUĎTE ZODPOVĚDNÍ 34
4. BUĎTE UPŘÍMNÍ 46
5. AŤ VAŠE ČINY ODPOVÍDAJÍ VAŠIM SLOVŮM 60
6. ŘIĎTE SE SVÝM SRDCEM 71
7. MĚJTE V SOBĚ MÍR 81
8. BUĎTE PŘÍTOMNÍ 90

PŘÍLOHA 99
O AUTOROVI 102