

# OBSAH

Předmluva .....	3
-----------------	---

## ČÁST I.

Kostky jsou vrženy

1	SÍLA ROZHODNUTÍ .....	6
2	PROCES ZMĚNY .....	15
3	NAŠLAPOVÁNÍ V NEZNÁMU .....	19
4	SETKÁNÍ S REALITOU .....	23
5	POMOC ZVENČÍ TROCHU JINAK, NEŽ JSEM ČEKALA .....	25
6	ANNE .....	30
7	SEBEREALIZACE .....	33
8	AYI .....	36
9	NOVÝ ŽIVOT ZAČÍNÁ .....	40
10	PŘEDPORODNÍ OBDOBÍ .....	43
11	DEN PORODU .....	48
12	MŮJ ŠANGHAJSKÝ POROD .....	51
13	NOVÁ ÚROVEŇ DŮVĚRY V SEBE .....	55
14	DOMÁCÍ REALITA MÁMY DVOU MALÝCH DĚTÍ .....	57
15	TŘI ŽENY .....	61
16	VÝLET NA HŘIŠTĚ, KTERÝ MNĚ ZMĚNIL ŽIVOT .....	63
17	KATKA .....	67
18	JSI PŘESNĚ TAKOVOU MÁMOU, JAKOU MÁŠ BÝT .....	71
19	PRVNÍ LÉTO V ČECHÁCH .....	73
20	PRAŽSKÁ ZÁDA .....	79
21	PRVNÍ LÉČIVÉ SETKÁNÍ S MONIKOU .....	81
22	NÁVRAT .....	85

## ČÁST II.

Když umírá to staré Já, ale nové se ještě nenarodilo

1	DRUHÝ ZAČÁTEK .....	104
2	THAJSKO .....	111
3	NOVÝ ROK, NOVÁ ETAPA .....	117
4	MONTESORI JESLIČKY .....	120

5	PAŘÁTY STARÝCH NASTAVENÍ .....	122
6	EVENTY .....	129
7	ČÍNSKÁ AKCE VE VŠÍ PARÁDĚ S NEČEKANÝM KONCEM .....	139
8	TĚHOTENSKÝ TEST .....	149
9	A ZASE TA ANNE .....	152
10	LÉTO č. 2 .....	154
11	LETNÍ LÉČIVÉ SETKÁNÍ S MONIKOU .....	160

### ČÁST III.

#### Transformace v plném proudu

1	DO TŘETICE VŠEHO DOBRÉHO .....	188
2	MINDFULNESS A BRANDON .....	196
3	ČÍNSKÁ MEDICÍNA A DYNAMICKÁ TRANSFORMACE TĚLA .....	201
4	NAŠE DRUHÉ ASIJSKÉ VÁNOCE .....	206
5	JÓGA VSTUPUJE DO MÉHO ŽIVOTA .....	208
6	PROMĚNA .....	214
7	CESTOVÁNÍ S DĚTMI A MIZÍCÍ ROZPOČET .....	216
8	NOVÁ PÍSMENA MÉHO ŽIVOTA: ICF .....	225
9	ŽIVOT JAKO Z ČASOPISU .....	230
10	ZASTAV SE, DOKUD MÁŠ JEŠTĚ VŠECHNO .....	235
11	POSLEDNÍ LÉTO PŘED KONCEM .....	254
12	ROZSTŘEL .....	256
13	A ZASE TA MONIKA .....	259

### ČÁST IV.

#### Odcházíme, abychom se mohli vrátit

1	PEVNÁ PŮDA POD NOHAMA .....	280
2	HAPPIER .....	284
3	KONEC, NEBO ZAČÁTEK? .....	292
4	ČAS LOUČENÍ .....	297

PODĚKOVÁNÍ .....	305
------------------	-----

Poutníku, není cesty .....	308
----------------------------	-----