



Obsah

Úvod	Můj příběh	11
Kapitola 1	Sebeláska	23
Kapitola 2	Uzdravování.....	39
Kapitola 3	Odpoutání se.....	63
Kapitola 4	Nalezení vlastní praktiky.....	91
Kapitola 5	Lidský návyk versus lidská přirozenost.....	101
Kapitola 6	Emoční zralost	119
Kapitola 7	Vztahy	139
Kapitola 8	Výzvy během uzdravování.....	175
Kapitola 9	Vnitřní změny se šíří ven	197
Kapitola 10	Harmonizace světa.....	213
Kapitola 11	Nová éra	237