

Obsah

Úvod: cesta k sobě	6
Expedice mateřství	8
Síla přežít v divočině	19
Ohebná jako liána	41
Chuť prožívat	69
Rodinná výprava	93
Klid v džungli mateřství	112
Přežít monzun	120
Bandhy – energetické zámky pro regeneraci a posílení	127
Krásná amazonka	153
První pomoc	184
Zpátky domů	196