

Obsah

úvod/ Záchrana	9
1/ Minutové spočinutí	15
2/ Laskavý odstup	23
3/ Kochat se krásou	37
4/ Prostě se odpojit	47
5/ Laskavost vůči sobě	59
6/ Dopřát si předěl	69
7/ Jít ven	81
8/ Připomínat si, koho milujete	95
mezihra/ Zpátky k minutové pauze	105
9/ Vydat Bohu své já	107
10/ Pečovat o zanedbané kouty své duše	123
mezihra/ Řekněte si!	135
11/ Dar paměti	137
12/ Věřit	149
13/ Skrytý Boží život v nás	161
14/ Drobnosti všedního dne	173
Každodenní modlitba	185
Poděkování	189
Poznámky	191
O autorovi	197