

# obsah

Předmluva	40
Šabat a první přikázání	24
Vzdorovat úzkosti	52
Vzdorovat nátlaku	72
Vzdorovat výlučnosti	90
Vzdorovat multitaskingu	110
Šabat a desáté přikázání	128
Dát přednost bližním	158
Umět říci ne	162
Poznámky	172