

# OBSAH

|  |     |
|--|-----|
| <i>Úvod</i>  | 7   |
| <b>ČÁST I: VOLBA ODPUŠTĚNÍ</b>                             | 13  |
| Proč se rozhodujeme pro odpuštění?                         | 15  |
| 1. Odpuštění je výzva                                      | 17  |
| 2. Odpuštění: Klíč ke klidu mysli                          | 28  |
| 3. Učíme se odpouštět na neutrální půdě                    | 45  |
| 4. Práce s hněvem: Umožněte si cítit bolest                | 50  |
| 5. Nalézání a sdělování pravdy                             | 59  |
| <b>ČÁST II: ODPUŠTĚNÍ RODINĚ</b>                           | 69  |
| 6. Odpuštění rodičům                                       | 71  |
| 7. Odpuštění životnímu partnerovi                          | 94  |
| 8. Odpuštění dětem   | 109 |
| <b>ČÁST III: ODPUŠTĚNÍ SOBĚ</b>                            | 129 |
| 9. Odpuštění sobě: Velký zrod                              | 131 |
| 10. Odpuštění tělu: V nemoci i ve zdraví                   | 168 |
| 11. Odpuštění a fyzické uzdravení                          | 189 |
| <b>ČÁST IV: ODPUŠTĚNÍ SVĚTU</b>                            | 201 |
| 12. Odpuštění skupinám: Hromadný obětní beránek<br>odhalen | 203 |
| 13. Odpuštění, Bůh a milosrdenství                         | 213 |
| <i>Doslov</i>  | 226 |
| <i>Poděkování</i>  | 229 |