

OBSAH

Úvod	7
Být pozorný – učit se zvládat stres	23
Pět příčin syndromu vyhoření	31
Obrazy sebe samých, které nás vyčerpávají	45
Obrazy vztahů, jež nám ubližují	59
Obrazy, jež nás podněcují	71
Jaký význam může mít naše povolání	81
Firemní ideály a loga	99
Obrazy, jež jsou v souznění s duší	107
Oheň a voda – léčivé biblické obrazy	115
O síle rituálů	121
Volný čas a klid – obnova zevnitř	137
Povzbudit flow	141
Pět cest k vnitřnímu prameni síly	145
Jak se z flow stane požehnání: hodnoty a vztahy	155
Závěr	161
Literatura	165