

Obsah

Jedna	ČTYŘI ASPEKTY LÁSKY	7
Dvě	LÁSKA ZNAMENÁ BÝT PŘÍTOMEN	11
Tři	VNÍMEJME PŘÍTOMNOST DRUHÉHO	17
Čtyři	BUĎME TU PRO TRPÍCÍHO	23
Pět	PŘEKONEJME PÝCHU	27
Šest	HLUBOKÉ NASLOUCHÁNÍ	33
Sedm	NAUČME SE ZNOVU LÁSKYPLNÉMU HOVORU	39
Osm	NASTOLME OPĚT MÍR V SOBĚ	43
Devět	ENERGIE UVĚDOMĚNÍ	49

Deset	PEČUJME O VLASTNÍ BOLEST	55
Jedenáct	PRINCIP NEDUALITY	61
Dvanáct	USMÍŘENÍ	67
Třináct	NÁVRAT DO ŽIVOTA	73
Čtrnáct	MEDITACE S TELEFONEM	77
Patnáct	KAŽDÝ BY MĚL TRÉNOVAT UVĚDOMĚNÍ	83
Šestnáct	OPROSTĚME SE OD VLASTNÍCH POJMŮ A PŘEDSTAV	87