

OBSAH

ÚVOD	5
Moje štěstí	6
ŽÍT V PŘÍTOMNOSTI	11
Nežádat nemožné	12
Posilujte pozitivní myšlení	12
NEZBYTNÁ ETAPA: POKORA	15
Mít rád svou vlastní ubohost	15
Já, hříšný	16
Pravda o tom, kým jsme	17
Odložení masky	17
Rozpoznat lásku druhého	18
DÁT SÁM SEBE	19
Láska a dar	19
Naučte se nezištnosti	20
Radost jako bumerang	21
Žena překypující ohněm a dobrými skutky	21

Jděte druhým vstříc	22
Jedno štěstí je všechno štěstí	23
<i>Mère Teresa, La Jolie aux dents, Le Seuil, 1997</i>	
PĚSTUJTE SI PŘÁTELSTVÍ	25
Přátelství vyryté do písku	25
Dejte si na čas	26
Cesta přátelství	27
Srdce k srdci	28
Chléb přátelství	28
Zajištěné útočiště	29
Síla pohledu	30
Lidé, které máte milovat	31
<i>II</i>	
PĚSTUJTE SI SMYSL PRO HUMOR	33
Humor všedního dne	34
„Malá blahoslavenství“	35
<i>III</i>	
PĚSTUJ SI SCHOPNOST ZMĚNIT SE	37
Odhal své dary	38
Být milován druhými, mít rád sám sebe	38
I ticho nás může proměnit	39
Změna: zdroj života	40
<i>IV</i>	
ŠTĚSTÍ V PRÁCI	43
Všechno dělejte s láskou	43
Začněte tím nejobtížnějším	45
Stres	45
To, co děláte, dělejte dobře a pomalu	46

ÓDA NA RADOST	49
Deset přikázání radosti	49
Radost, radost, slzy radosti	51
Pravda ve verši	52
Óda na radost	53
Můžeš mít radost ve svém srdci každou hodinu	54
ŠTĚSTÍ V MANŽELSTVÍ	55
Sdílené radosti	55
Čtvrtá svátost	56
V srdci jejich lásky	57
V jejich vybledlých očích	58
ŠTĚSTÍ VE STÁŘÍ	59
Stárnutí může být krásné	59
Moudrost starých lidí	60
Poslední struna	61
Humor v každém věku	62
Podejte svědectví	63
Potřeba prožívat svých čtyřiaadvacet hodin	63
AŤ TVÉ DARY NESOU OVOCE	65
Rozum	66
Rada	67
Síla	67
Poznání	68
Zbožnost	68
Bázeň Boží	69

Moudrost	69
Žijte naplno	69
Svět vás potřebuje	70
Nezavírejte se před Božím dechem	70
Postrádáme blázny!	71
RADOST KŘÍŽE	73
Hledejte nás v radosti	74
Svatí bojovníci	74
A co ty? Co to provádíš?	75
Celý život se můžeme učit milovat	76
„Blaženost“	77
Pedagogika kříže	78
DOBRÁ A KRÁSNA SAMOTA	79
„Ticho, žijeme!“	79
Území samoty	81
Umění ztrácet čas, dopřát si čas	82
Moje chvíle ticha	82
Laskavost a mlčení	83
Vnímání přírody	84
Naslouchejte sovímu volání, věnujte tomu čas	85
SOUHRN DOPORUČENÍ	87
BIBLIOGRAFIE	89