

Obsah

Úvod	9
1 Budíček	13
2 Návštěva u Dr. Jeffreyho	21

Klíč první

Nový zápal v oblasti vztahů

3 Klíčem je láska	31
4 Budování vztahů	41
5 Nic obvyklého	53

Klíč druhý

Nový zápal v oblasti intelektu

6 Stimulace a zatěžování intelektu	63
--	----

Klíč třetí

Nový zápal v oblasti péče o tělesnou kondici

7 Okamžik pravdy	83
8 Jak se vypořádat s komplikacemi	97

Klíč čtvrtý

Péče o duchovní stránku života

- 9 Rozšiřování pohledu 111
10 Pohled z jiné perspektivy 125

Spojení všeho dohromady

- 11 Parta nového zápalu pro život 133
12 Sdílení zážitků 141

Poděkování 151

O autorech 156