

OBSAH

ÚVOD.....	5
I. KDYŽ SE ČLOVĚKU HATÍ ŽIVOTNÍ PLÁNY.....	11
1. Ztroskotalo mi manželství.....	11
Exkurs: emocionální zneužívání.....	27
2. Krach v povolání.....	37
3. Zhroucení z důvodu závislosti.....	43
4. Další způsoby zhroucení životních plánů.....	46
5. Ztroskotání na duchovní cestě.....	52
Exkurs: duchovní zneužívání.....	58
II. KRACH JAKO ŠANCE.....	67
1. Přijmout porážku.....	68
2. Jak zacházet s pocitem viny.....	76
3. Proces smutku.....	81
4. Loučení.....	85
5. Rituály loučení.....	92
6. Nová životní dráha.....	96
7. Nová spiritualita.....	104
ZÁVĚR.....	112
LITERATURA.....	118