

# OBSAH

Úvod	5
Jak tuto knihu používat	7
Poznámka k terminologii	19
O mně: Jody Day	20
1 Síla našich příběhů	23
1. CVIČENÍ: Váš příběh	41
2 Nejste sama	45
2. CVIČENÍ: Poselství a volby	59
3 Mateřství s velkým „M“	63
3. CVIČENÍ: Co znamená mateřství	77
4 Boj se zármutkem nad bezdětností	83
4. CVIČENÍ: Zpracovávání zármutku	126
5 Osvobození se od názorů ostatních	129
5. CVIČENÍ: Vzory	166
6 Kdo mi vzal moje kouzlo?	171
6. CVIČENÍ: Matrjošky	181
7. CVIČENÍ: Malé krůčky ke smyslu života	187

7	Opusťte své vyhaslé sny	191
	8. CVIČENÍ: Udělejte si pořádek ve svých snech	206
8	Kontakt se zdrojem	211
	9. CVIČENÍ: Bláznění s tečkami	213
	10. CVIČENÍ: Poděkování	230
	11. CVIČENÍ: Připojení ke zdroji	231
9	Matka v nás	235
	12. CVIČENÍ: Menu pro dobrý pocit	249
10	Vytváření života bezdětné ženy	257
	13. CVIČENÍ: Buďte kreativní a najděte svůj plán B	274
11	Sestavování plánu B	279
	14. CVIČENÍ: Cestování časem	294
	15. CVIČENÍ: Odhalte svůj odpor	295
	16. CVIČENÍ: Váš první plán B	300
12	Odhození pláště neviditelnosti	307
	Příloha	337
	Poděkování	354
	Vysvětlivky	356