

OBSAH

<i>Úvod</i>	7
ČÁST I: VOLBA ODPUŠTĚNÍ	13
Proč se rozhodujeme pro odpuštění?	15
1. Odpuštění je výzva	17
2. Odpuštění: Klíč ke klidu mysli	28
3. Učíme se odpouštět na neutrální půdě	45
4. Práce s hněvem: Umožněte si cítit bolest	50
5. Nalézání a sdělování pravdy	59
ČÁST II: ODPUŠTĚNÍ RODINĚ	69
6. Odpuštění rodičům	71
7. Odpuštění životnímu partnerovi	94
8. Odpuštění dětem	109
ČÁST III: ODPUŠTĚNÍ SOBĚ	129
9. Odpuštění sobě: Velký zrod	131
10. Odpuštění tělu: V nemoci i ve zdraví	168
11. Odpuštění a fyzické uzdravení	189
ČÁST IV: ODPUŠTĚNÍ SVĚTU	201
12. Odpuštění skupinám: Hromadný obětní beránek odhalen	203
13. Odpuštění, Bůh a milosrdenství	213
<i>Doslov</i>	226
<i>Poděkování</i>	229