

OBSAH

ÚVOD	5
Zkušenost dnešního člověka se sebou samým	5
I. ROZVÍJET VĚDOMÍ VLASTNÍ HODNOTY	13
1. Budování dobrého pocitu vlastní hodnoty	13
2. Obrazy nedostačujícího pocitu vlastní hodnoty ..	28
3. Cesty ke zdravému pocitu vlastní hodnoty	46
II. PŘEKONÁVAT BEZMOC	77
1. Pocity bezmoci	78
2. Následky pocitu bezmoci	88
3. Cesty, jak zacházet s bezmocí	
A) Lidské cesty	95
B) Náboženské cesty	104
SHRNUTÍ	121