

OBSAH

část 1

OBJEVOVÁNÍ VNÍMÁNÍ SRDCEM a PROČ TO STOJÍ ZA TO

- 1 Objevte svůj počáteční potenciál vnímání srdcem 12
- 2 Domov je tam, kde je vaše vnímání srdcem 16
- 3 Spojení srdce a všímavosti 23
- 4 Jak vypadá vnímání srdcem a jaké je? 29

část 2

stezky vedoucí k VNÍMÁNÍ SRDCEM

- 5 Laskavost 46
- 6 Nepřízeň osudu 56

- 7 Humor 68
8 Spokojenost 86
9 Láska 99
10 Odvaha 118
11 Vědění 132
12 Naděje 153
13 Kreativita 165

část 3

NOVÉ OBZORY VNÍMÁNÍ

- 14 Návrat domů k vnímání srdcem 182
15 Objevte svůj nový potenciál vnímání srdcem 185
16 Další zdroje k rozvíjení vnímání srdcem 188