

Obsah

Předmluva	10
Lízinka z Possenhofenu	13
<i>Narodilo se jezulátko</i>	14
<i>Dětství jako z obrázkové knížky</i>	15
<i>Nejvybranější výchova</i>	16
<i>Souhlas se sňatkem a jeho fatální následky</i>	18
<i>Svatba snů v slzách</i>	20
<i>Veřejný rodinný život</i>	23
<i>Sisina „léta putování“</i>	26
<i>A kde zůstala láska?</i>	29
<i>Smrtná touha po dlouhé cestě</i>	34
Život pro krásu	36
<i>Prosím, nefotografovat!</i>	38
<i>Nejkrásnější žena světa</i>	39
<i>Jeden den v životě císařovny</i>	40
<i>Co na to říkají dnešní apoštolové zdraví?</i>	42
<i>Sisi a Diana: sestry duchem spřízněné</i>	44
Sisin kult vlasů	46
<i>Účesy: umění na hlavě</i>	49
<i>Prosím umýt a učesat!</i>	49
<i>Zkuste to samy: Sisiny nejslavnější účesy</i>	52
Sisina móda: sen ze sametu a hedvábí	55
<i>Nekonvenční i v módě</i>	57
<i>S 25 kufry do manželství</i>	59
<i>Žádná luxusní ženuška</i>	61

Na Sisiných sportovních stezkách	62
<i>Vzhůru na koně</i>	65
<i>Dobrá v chůzi</i>	67
<i>Jako ryba ve vodě</i>	69
<i>Hodiny tělocviku v zámku</i>	71
<i>Sisiny cviky pro udržení formy</i>	73
Sisina tajemství krásy	78
<i>Péče o císařskou pleť</i>	80
<i>Péče o tělo ve dvorských komnatách</i>	84
<i>Hygiena císařských úst</i>	85
<i>Krémy pro zvláštní účely</i>	86
<i>Sisiny vonné esence</i>	88
<i>Kult koupání u dvora</i>	89
<i>Květy, byliny apod. a jejich účinky</i>	91
<i>Základy mastí a krémů</i>	
<i>z dob císařovny Sisi</i>	94
Sisina Achillova pata: zdraví	96
<i>Kdyby Sisi šla dnes k lékaři...</i>	98
<i>Sisiny elixíry pro „duševní přežití“</i>	100
<i>Vzorná prevence</i>	107
<i>Sisiny tajné recepty pro zdraví</i>	111
Skrovná strava z dvorní kuchyně	114
<i>Vybíravá strážnice</i>	116
<i>Císařské kúry v lázních Kissingen</i>	117
<i>Sisina dieta</i>	120
<i>Seznam literatury a pramenů</i>	141