

Obsah

Úvod	9
----------------	---

1. ČÁST

Co je odpuštění	13
Původ odpuštění	14
Jak odpustit?	17
Jak dosáhnout odpuštění	32
Lze odpustit všechno?	44

2. ČÁST

Odpustit za všech okolností	49
Odpuštění v partnerském vztahu	51
Odpuštění v rodině	78
Odpuštění v přátelství	88
Odpuštění v pracovním prostředí	109

3. ČÁST

Přínosy odpuštění.	129
Od touhy po pomstě k odpuštění	131
Odpuštění a omluvy	139
Proč je odpuštění přínosem?	144
Vyhnout se falešnému odpuštění	149
Odpustit si, osvobodit se	156
Závěr	173
Test	177
Literatura	185
Knihy a eseje	186
Články na internetu	187