

Obsah

Předmluva: Jsem žena, která mluví pravdu	9
Poděkování	23
Úvod: Jak se příliv mění v odliv	27

ČÁST I:

Dopřejte si upřímný pohled na svůj uspěchaný život

1. Šampaňské utrpení
2. Učiňte vnitřní mír svou hlavní prioritou
3. Uvolněte se

ČÁST II.

Emocionální svoboda

4. Stanovení hranic: O vyšinuté sestře
a kouzelné kmotře
5. Podstata statečnosti
6. Naslouchání uspěchanosti
7. Ženy a stres: Jak pečujeme a jak se přátelíme
8. Mateřský pocit viny a jiné pocity provinění
9. Matky a dcery: Odpuštění a pocta
10. Bytí a dělán: Jak zviditelnit lásku

ČÁST III:

Návrat k sobě samé

11. Ztráty a nálezy
12. Plné vědomí: Světla jsou rozsvícená
a někdo je doma
13. Meditace a vnitřní mír
14. Přechody: Pustit se a následovat znamení

**ČÁST IV: Probudte se a uskutečňte to:
nezbytné praktické záležitosti**

15. Nespavost v Americe 119
16. Jste na vyhoření? 124
17. Opravdu potřebujete tu ještěrku?
Dosažení finanční svobody 130
18. Pracovat v mužském světě:
Kdybychom všechny odešly, tak co potom? 136
19. Sendvičová generace:
Pečujme o sebe, zatímco pečujeme o druhé 144
20. Jeho a její manželství: Co vadí ženám? 151

ČÁST V:

Jádro věci

21. Přirovnání: Co ženy chtějí? 161
22. Pavučina, která drží svět pohromadě 166
23. Ranní modlitba 171

Doslov: Sestry souputnice 173

O autorce 175