

# OBSAH

PŘEDMLUVA 11

**První kapitola:** NÁVRAT DOMŮ 17

**Druhá kapitola:** UVOLNĚNÍ A DŮVĚRA V NEZNÁMO 29

**Třetí kapitola:** PŘIJETÍ TOHO, CO JE 41

**Čtvrtá kapitola:** PŘEČKÁNÍ BOUŘE 53

**Pátá kapitola:** PÉČE O SILNÉ EMOCE 65

**Šestá kapitola:** POMÍJIVOST A PATERO UPOMENUTÍ 77

**Sedmá kapitola:** KLIDNÉ SETRVÁVÁNÍ V OSMERU  
SVĚTSKÝCH VĚTRŮ 89

**Osmá kapitola:** VYROVNANOST A POUŠTĚNÍ 101

**Devátá kapitola:** ŽIVENÍ DOBRA 117

**Desátá kapitola:** STVOŘENÍ PRO TYTO ČASY 129

PODĚKOVÁNÍ 145

POZNÁMKY 151