

Obsah

| | |
|--|-----|
| Prečo? | 10 |
| Moja cesta | 12 |
| Začneme od začiatku..... | 14 |
| Nová šanca na život..... | 17 |
| V štádiu slepoty | 21 |
| Akcia, reakcia..... | 30 |
| Ak niečo ignorujeme, neznamená to, že to nie je..... | 41 |
| Ďalšia skúška..... | 46 |
| Sám čtiš, čo potrebuješ | 49 |
| Objavovanie samej seba | 58 |
| Skuška vytvárania..... | 65 |
| Lepšie zdravý „bilbec“, ako chorý génius..... | 77 |
| Viera nás posúva ďalej | 83 |
| Čo som sa naučila..... | 92 |
| Použi Klúč | 93 |
| Obete obetí..... | 95 |
| Nie je všetko tak, ako to vyzerá..... | 97 |
| Nenávist, odpor, lútosť sú naše vstupenky do beznádeje | 99 |
| Odpustenie | 102 |
| Rola matky, otca, dietáta | 105 |

| | |
|--|-----|
| Mojím rodičom..... | 108 |
| Lepšie je riešiť, ako hľadať vinníka..... | 109 |
| Nie sme zlí ani hlúpi. Zlo je nedostatok lásky a hlúpost' je len nevedomosť'..... | 113 |
| Prítomnosť'..... | 118 |
| Negatívne myšlienky ti neprinesú pozitívne emócie | 122 |
| Diéta pre hlavu..... | 123 |
| Správajú sa k vám nepekne? | 127 |
| Byť šťastný..... | 130 |
| Nikdy sa nevzdávaj..... | 135 |
| Sebaláska – Sebaprijatie..... | 137 |
| Aká je potrebná sebaláska? | 139 |
| Žiť život..... | 145 |
| Janke často kladené otázky | 147 |
| Poděkovanie | 152 |

Spracovala som svoj príbeh
podľa denníkov, ktoré som si
písala a spojila s niektorými
„faktami“ a vedomosťami,
ktoré som nadobudla
počas mojej cesty.

V šestnástich rokoch som
sa rozhodla dať svoje
skúsenosti do sveta
a tak vznikla táto kniha.