

Spis treści

Wprowadzenie 9

Tło 14

1 Siła słów 21

2 Być obecnym 54

3 Wdzięczność 98

4 Odrodzić się z ran 134

5 Cisza jest twoim najlepszym nauczycielem 173

6 Zmiana to przepływ 203

7 Bezwarunkowa miłość 234

Zakończenie 253