

OBSAH

<i>Úvod: Moc odolnosti v době extrémů</i>	ix
<i>Poznámka autora: Bod obratu versus bod volby</i>	xix
Kapitola 1: VČERA NENÍ DNES	
Současná doba extrémů	1
Kapitola 2: ŘEŠENÍ JE SPOUSTA	
Krise v myšlení	43
Kapitola 3: BOD OBRATU	
Odpověď přírody na životní extrémy	85
Kapitola 4: VZHŮRU K CÍLI	
Body obratu osobní odolnosti	124
Kapitola 5: DALŠÍ ÚROVEŇ	
Body obratu komunitní odolnosti	156
Kapitola 6: BERME PŘEMĚNU SVĚTA VÁŽNĚ	
Reálná řešení reálného života	201
<i>Zdroje</i>	251
<i>Poznámky</i>	254
<i>Poděkování</i>	267
<i>O autorovi</i>	271