

INNEHÅLL

Inledning	9	
KAPITEL 1	Vara den jag är	14
KAPITEL 2	Att höra till	31
KAPITEL 3	Skammens röst	47
KAPITEL 4	Sedd med kärlek	65
KAPITEL 5	Släpp stenarna	79
KAPITEL 6	Bli buren	91
KAPITEL 7	När hjärtat mjuknar	105
KAPITEL 8	Frihet	121
KAPITEL 9	Att rota sig – och stå stadigt	133
KAPITEL 10	Blomstringstid	146
SLUTORD	Förankrad	167