

OBSAH

Úvod 5

První kapitola
Ticho a klid 11

Druhá kapitola
Mimo racionální mysl 21

Třetí kapitola
Egoistické já 35

Čtvrtá kapitola
Teď 47

Pátá kapitola
Čím opravdu jste 57

Šestá kapitola
Přijetí reality 67

Sedmá kapitola
Příroda 79

Osmá kapitola

Lidské vztahy 89

Devátá kapitola

Smrt a věčnost 101

Desátá kapitola

Utrpení a konec utrpení 113

O autorovi