

## *Obsah*

Autorova poznámka	7
Úvod	9

### ČÁST PRVÁ Já, my a oni

1. Já versus my	19
2. Já a my	35
3. Předsudky (my versus oni)	49
4. Překonávání předsudků	65
5. Extrémní nacionalismus	87

### ČÁST DRUHÁ Násilí versus dialog

6. Pohled na lidskou povahu	99
7. Násilí: příčiny	110
8. Kořeny násilí	118
9. Jak si poradit se strachem	131

ČÁST TŘETÍ  
Štěstí ve strastiplném světě

10. Jak se vyrovnat se světem plným potíží	151
11. Naděje, optimismus a odolnost	165
12. Vnitřní štěstí, vnější štěstí a důvěra	194
13. Pozitivní emoce a budování nového světa	207
14. Hledání společného lidství	216
15. Empatie, soucit a nalezení štěstí v našem strastiplném světě	233
 O autorech	 257