

OBSAH

Začátek.....	5
První část: Co je s námi špatně? Pro normálně šílené.....	11
Druhá část: Co je s námi špatně? Pro šíleně šílené.....	41
Třetí část: Co je ve vašem mozku / vaší mysli?.....	61
Čtvrtá část: Všímavost – zkrocení mysli.....	105
Pátá část: Alternativní metody, jak dosáhnout vnitřního klidu... ..	149
Závěr.....	187
Poděkování.....	190