

# OBSAH

Poděkování	7
Poznámka autora	8
Předmluva	10
<b>SUBJEKTIVNÍ LÉČBA</b>	12
Co je subjektivní léčba?	12
Výhody subjektivní léčby	14
<b>JEDINÝM UČENÍM JE LÁSKA</b>	16
Pravda se opakuje	17
Naše mysli komunikují	21
Způsob uvažování může léčit	22
Láska existuje	26
<b>POMOC UŽ TADY JE</b>	29
Dokud se nepřipravíte, nic nečiňte	29
Reagujte vždy laskavě	32
<b>UZDRAV SE</b>	35
Všechny mysli jsou spojeny láskou	35
Vnitřní klid přechází na ostatní	38
Tělesné podmínky nemohou bránit pravdivé komunikaci	39
<b>DÁT PŘEDNOST KLIDU</b>	45
Lepší cesta musí existovat	46
Klid je provázen klidným chováním	52
<b>DVANÁCT PRINCIPŮ SUBJEKTIVNÍ LÉČBY</b>	55
Začít můžeme pouze nyní	56
Dětská verze principů subjektivní léčby	60
<b>JSME LÁSKOU</b>	62
Láska je naší podstatou	64
Nic skutečné není nemožné	66
Láska je věčná	69
Nemusíme se ničeho bát	72

NAŠÍM CÍLEM JE KLID	74
Co je naší pravou identitou?	74
Uvnitř dobra nejsou žádné hranice	76
Jsme víc než pouhé tělo	79
Strach je výzvou ke klidu	85
DÁVAT ZNAMENÁ DOSTÁVAT	86
Naše soustředění je naše zkušenost	88
Pomoc, kterou poskytneme, je naším vlastnictvím	90
Důležitý je pouze dar srdce	94
OPROSTIT SE OD MINULOSTI A BUDOUCNOSTI	98
Vyčerpání	98
Vše je v naší mysli, ne v našem těle	99
Strach z budoucnosti	99
PROČ NE TEĎ?	103
Znovuobjevení přítomnosti	103
Vina je popíráním přítomnosti	105
Teď je jiným slovem pro lásku	108
Nic není potřeba okamžitě	111
UČIT SE MILOVAT, UČIT SE ODPOUŠTĚT	113
Co je odpuštění?	114
Netolerance je chyba vidění	116
Duševní představivost	117
Odpuštění je klidné vidění	118
STAŇME SE HLEDAČI LÁSKY	122
Procházka po pláži	123
Manželství	123
Zrcadlení	124
Stát se hledačem lásky	125
ZVOLIT KLID	126
Existuje jiný způsob pohledu	126
Obviňování je hrou ega	127
Naše myšlenky tvoří naši zkušenost	127

Eulalie a Jack Lockettovi	128
Naše volba je jasná	129
<b>VŠECHNY VZTAHY JSOU ROVNOCENNÉ</b>	130
Historie ventra	130
Charlene Sugawarová	135
Bobby	137
<b>STÁT SE CELKEM</b>	139
Vztahy „já první“	141
Těla a jejich části	142
Představa siamských dvojčat	143
Jak daleko může jít láska?	143
Plné vztahy	144
<b>JINÁ REALITA TAKÉ EXISTUJE</b>	146
Formy smrti	147
Napůl mrtvé bytí	147
Manifestace strachu	148
Strach ze smrti	149
S úctou	149
Zbavit se strachu ze smrti	150
Za hranicemi našeho těla	151
Vidíme to, čemu věříme	152
Jsem světlem	153
Existuje recept na umírání?	153
Být přítomný	154
<b>ODPOVĚDĚT S LÁSKOU</b>	155
Lekce v Íránu	156
Lekce z Peru	157
<b>PŘÍKLAD LÁSKY</b>	159
Třpytivý příklad	164
<b>DUCHOVNO A BŮH</b>	166
Doslov	171