

OBSAH

Předmluva	7
Předmluva překladatele	10
Úvod	13

ČÁST PRVNÍ: Vaše „já“ a život

1. Kdo jste?	18
2. Co chcete?	29
3. Myslící, myšlené a vězení „já“	39
4. Vhled, inteligence a vnitřní revoluce	48
5. Unikání, zábava, potěšení	57
6. Proč se máme změnit?	66
7. Co je smyslem života?	70

ČÁST DRUHÁ: Sebepoznání: klíč ke svobodě

1. Strach	80
2. Hněv a násilí	87
3. Nuda a zájem	100
4. Sebelítost, strádání, utrpení	106
5. Žárlivost, majetnictví, závist	114
6. Touha a chtění	124
7. Samolibost – úspěch a selhání	132
8. Osamělost, deprese, zmatek	141
9. Sebe-rozpuštěním, nikoli sebezdokonalením ustává utrpení	154

ČÁST TŘETÍ: Vzdělání, práce a peníze

1. Co je to vzdělání? 164
2. Srovnávání a rivalita, nebo spolupráce? 172
3. Práce – jak se rozhodnout? 179
4. Co je základem správného jednání? 189

ČÁST ČTVRTÁ: Vztahy

1. Co je to vztah? 200
2. Láska, žádostivost, sex, závislost 209
3. Rodina a společnost – vztah, nebo odloučení? 214
4. Příroda a Země 219
5. Manželství – láska a sex 223
6. Vášeň 238
7. Pravda, Bůh, smrt 242
8. Meditace je pozornost 252

Prameny 262

Další informace: školy a nadace 264