

Poděkování 7

Úvod 9

Část I.

NOVÁ VIZE SEKULÁRNÍ ETIKY

1. Nové pojetí sekularismu 17
2. Naše společné lidství 33
3. Na cestě za štěstím 41
4. Soucit, základ dobrého lidského života 49
5. Soucit a spravedlnost 61
6. Důležitost rozlišování 73
7. Etika v našem společně sdíleném světě 81

Část II.

VYUČOVAT SRDCE
CESTOU TRÉNINKU MYSLI

8. Etická bdělost v každodenním životě 99
9. Zacházení s negativními emocemi 107
10. Rozvíjení základních vnitřních hodnot 127
11. Meditace jako kultivace mysli 143

Doslov 167