

OBSAH

I / str. 7

Lidské hledání – Utrápená mysl – Tradiční přístup
Přizpůsobivost a její past – Osoba a lidská bytost
Existenční boj – Základní lidská přirozenost – Odpovědnost
Pravda – Sebeproměna – Plýtvání energií – Autorita a svoboda

II / str. 17

Poznání sebe sama – Jednoduchost a pokora
Podmíněnost

III / str. 24

Vědomí – Celek života – Jiný rozměr

IV / str. 28

Honba za požítkem – Žádostivost – Pokřivené myšlení – Paměť
Radost

V / str. 32

Postavení a prestiž – Naše obavy – Rozlomené myšlení
Ukončení strachu

VI / str. 41

Násilí – Zlost – Odsudky a omluvy – Ideál a skutečnost

VII / str. 49

Vztahy a konflikty – Společnost – Chudoba – Drogy – Závislost
Srovnávání – Chtění – Ideály – Přetvářka

VIII / str. 57

Svoboda – Vzpoua – Samota – Nevinnost
Žít se sebou

IX / str. 61

Čas – Útrpení – Smrt

X / str. 67

Láska

XI / str. 75

Dívat se a naslouchat – Umění – Krása – Odříkání – Představy
Odstup

XII / str. 81

Pozorovatel a pozorované

XIII / str. 85

Co je myšlení – Myšlenky a jednání – Výzva – Hmota
Počátek myšlenky

XIV / str. 90

Závaží včerejška – Tichá mysl – Vzájemná komunikace
Dosahování výsledků – Disciplína – Mlčení
Pravda a skutečnost

XV / str. 95

Zkušenost – Úspokojení – Dvojakost – Meditace

XVI / str. 101

Všestranná revoluce – Náboženská mysl – Energie – Vášně