

Obsah

Předmluva	9
1. Poznání	13
2. Vědomí	17
3. První úkol: „Vždyť jsem to já!“	26
4. Co patří skutečně ke mně?	33
5. Druhý úkol: „Miluji tě.“	40
6. Ty jsi já: rychlé uvědomění si	49
7. Tak, jak se sebou necháš zacházet, zacházíš se sebou ty sama	57
8. Tak, jak zacházíš s ostatními, zacházíš sama se sebou	63
9. Třetí úkol: „Co ode mě potřebuješ?“	69
10. Myšlení „malého já“ a jasný duch	76
Doslov: Příklady z mého života, viděné v zrcadle	88