

Obsah

O probuzení	10
Můžu někomu pomoci?	12
O správném typu sobectví	15
Chceme být šťastní	16
Půjde tady o spiritualitu, nebo o psychologii? ...	18
Ani odříkání není žádné řešení	22
Poslouchejte a odnaučte se	23
Maškaráda dobročinnosti	27
Co máte ve své mysli?	34
Dobří, špatní, nebo prostě měli štěstí?	40
Iluze, které si děláme o druhých	41
Pozorování sebe sama	46
Bdělost bez hodnocení	48
Iluze odplaty	53
Najděte sebe sama	55
Svlékněte se až na „já“	58
Negativní pocity vůči druhým	63
O závislosti	66
Jak přichází štěstí	69
Strach – kořen násilí	76
Bdělost a spojení se skutečností	77
Dobré náboženství – protiklad k nebdělosti	79
Nálepky	89
Co překáží štěstí?	91
Čtyři kroky k moudrosti	95

Se světem je vše v pořádku	101
Jako náměsíční	104
Křečovitě chtění změny	108
Změněný člověk	115
Do cíle dorazíme v tichosti	119
„Úspěšný“ prohrává	124
Stálá hodnota	127
Mít preference	130
Lpíte na iluzích	133
Milované vzpomínky	137
Být konkrétní	143
Hledat slova	151
Kulturní podmíněnost	155
Filtrování skutečnosti	159
Nepoutat se	164
Láska a závislost	168
A znovu o slovech	170
Skryté programy	172
Přestaňte se snažit	175
Nášlapné miny	176
„Mě“ umírá	179
Vhled a pochopení	181
Není třeba vyvíjet úsilí	186
Procitnutí do reality	188
Přirovnání	190
O lásce nelze nic říct	192
O ztrátě kontroly	193

Naslouchejte životu	196
Konec analýzy	199
Mít smrt před očima	201
Říše lásky	205