

Obsah

Předmluva k rozšířenému vydání	11
ÚVOD Co se v této knize dozvíte	15
KAPITOLA 1 Na cestě k objevení hlavní příčiny utrpení	25
KAPITOLA 2 Hlavní příčina utrpení	31
KAPITOLA 3 Proč přemýšlíme?	43
KAPITOLA 4 Myšlenky versus přemýšlení	49
KAPITOLA 5 A neměli bychom myslet pozitivně?	59
KAPITOLA 6 Jak přestat přemýšlet?	67
KAPITOLA 7 Jak přestat přemýšlet – praktické kroky	75
KAPITOLA 8 Jak můžeme v životě prosperovat, když nebudeme přemýšlet?	85
KAPITOLA 9 Co naše cíle, sny a ambice?	93
KAPITOLA 10 Nic není jen dobré nebo jen špatné	107
KAPITOLA 11 Jak následovat svou intuici	113
KAPITOLA 12 Vytváření prostoru pro vhled	125
KAPITOLA 13 Možné překážky na cestě k ne-přemýšlení	133
KAPITOLA 14 Bezpodmínečná láska	143
KAPITOLA 15 Co teď?	149

Praxe.....	155
Vnitřní práce	157
Vnější práce	171
Deník	181
Zdroje	187
Poděkování	193
O autorovi	195
Co byste mohli číst nyní?	196