

Obsah

Předmluva (napsal Herbie Hancock)	7
Kapitola 1: Buddha ve tvém zrcadle	13
Kapitola 2: Praxe	31
Kapitola 3: Já a okolí	51
Kapitola 4: Štěstí	67
Kapitola 5: Fungující vztahy	87
Kapitola 6: Buddhismus a zdraví	107
Kapitola 7: Postoj ke smrti	123
Kapitola 8: Uvést to vše do praxe	139
Bibliografie	145