

# OBSAH

O AUTOROVÍ .....	7
<b>CESTA K VNITŘNÍMU KLIDU</b>	
Proč cítíme .....	9
<b>MIMINKO A MONSTRUM</b>	
O dobrých stránkách strachu .....	19
<b>NÁVRAT MOTÝLŮ</b>	
Zamilovaní až do posledního dne .....	41
<b>KRÁTKÁ DLOUHÁ CHVÍLE</b>	
Jak zpomalit letící čas .....	61
<b>MNOHO ODSÍNŮ ČERVENÉ</b>	
Kam s našim vztekem? .....	79
<b>ŽLUTÁ POLÉVKA PRO MOZEK</b>	
Zpět ke zdravému hladu .....	101
<b>DVĚ STRANY SOUCITU TSEWA</b>	
Podnětná síla soucitu se sebou samým .....	123
<b>KORZET, KTERÝ NESEDÍ</b>	
Nespočet cest našeho zármutku .....	141
<b>PŘETRŽENÁ NIT</b>	
O nové slávě staré ctnosti trpělivosti .....	161
<b>VÁŠNIVĚ VYHOŘELÝ</b>	
O nebezpečném hledání vášně .....	181

<b>NA OSMÉ PŘÍČCE JE VŠECHNO V POŘÁDKU</b>	
Spokojenost místo honby za štěstím .....	199
<b>KDO CHCE BÝT ČLOVĚKEM, MUSÍ CÍTIT</b>	
Na konec cesty bez konce .....	225
<b>PODĚKOVÁNÍ</b> .....	233
<b>DOVĚTEK</b> .....	235
<b>POZVÁNKA</b> .....	236
<b>POZNÁMKY</b> .....	237