

# OBSAH

Úvod 5

První kapitola  
**Ticho a klid 11**

Druhá kapitola  
**Mimo racionální mysl 21**

Třetí kapitola  
**Egoistické já 35**

Čtvrtá kapitola  
**Teď 47**

Pátá kapitola  
**Čím opravdu jste 57**

Šestá kapitola  
**Přijetí reality 67**

Sedmá kapitola  
**Příroda 79**

## Osmá kapitola

**Lidské vztahy 89**

## Devátá kapitola

**Smrt a věčnost 101**

## Desátá kapitola

**Utrpení a konec utrpení 113**

**O autorovi**