



Obsah

Předmluva	7
Co je štěstí?.....	16
Záleží to na vás.....	16
Od povrchu ke středu	20
Prázdné ruce.....	29
Hledání	35
Základní dvojnost.....	35
Nikoliv povaha, ale vědomí.....	40
Honba za duhami.....	43
Kořeny utrpení.....	53
Od agonie k extázi	60
Klíčem je pochopení	60
Chléb a cirkus.....	62
Extáze je rebelantská.....	64
Skutečné, nebo symbolické?.....	71
Bytí a stávání se.....	75
Chápání kořenů utrpení	82
Odpovědi na otázky.....	82
Žijte v radosti.....	170
O autorovi	182
Oshovo meditační středisko	183