

Obsah

Zenový príbeh	8
OSHO – Pochopenie strachu	10
Kde sa berie strach? A kam mizne?	17
Pochovaný za živa	23
Toľko práce a tak málo času	30
Klúčom je pochopenie	38
Božská neistota	43
Smrteľný des – skúmanie koreňov strachu	45
Realita Východu a Západu	51
Psychické verzus fyzické	65
Známe verzus neznáme	76
Strach zo života	86
Neisté a neznáme – tajomstvo dôvery	90
Od vedomostí k nevinnosti	94
Dôverovať vnútornému hlasu	97
Chodťe tam, kde vás čaká láska	104
Utápanie sa v ničote	114
Väzeň vlastného „ja“	120
Milujte sa a nebojte sa – viera v seba a v ostatných	128
Strach z intimity	133
Strach zo seba	140
Odvrátená strana lásky	146
Hľadanie cesty k nebojácnosti: vhľady a meditácia	154
Neutekajte	158
Sebauvedomovanie, alebo nazeranie do seba? .	160
Strach z mlčania	162
Ked' vás niečo desí, nevyhýbjte sa tomu	165
Vyvarujte sa dvoch extrémov	168
Neponáhľajte sa	170
Nevytýčte si neohrozenosť ako cieľ	172

Strach z vydychovania	175
Ak pocípite strach, prijmite ho	178
Nie je čo stratit'	182
Radost' je liekom	185