

Indice

<i>Introduzione: Una piccola scuola di vita.</i>	5
1. Sii aperto a tutto quello che incontri, ma segui la tua stella	15
2. Avventurati nel tuo tempo, ma cerca il tuo ritmo personale	27
3. Plasma il mondo, ma non farti assorbire dal mondo.	37
4. Cerca il vigore interiore che sta nella dedizione, non nell'io.	47
5. Assumiti la responsabilità e stimola le possibilità di vita degli altri	55
6. Non perderti nel lavoro, ma quello che fai, fallo volentieri	67
7. Ama il presente e impara a essere rilassato	75

8. Vivi i tuoi valori, ma non giudicare gli altri	83
9. Combatti per i tuoi obiettivi, ma cerca anche la pace	93
10. Sii buono con te stesso e apri il tuo cuore agli altri	103
11. Affronta la tua paura, non negarla. Trasformala in forza di vita	113
12. La nostra vita non conosce soltanto giorni di sole. Accetta le crisi come opportunità.	123
13. Vivi il tuo ardente desiderio, perché quello che c'è non è tutto	133
14. Accetta di essere finito, ma non dimenticare che sei infinitamente amato.	141
15. Ancora e sempre: cerca il silenzio.	149