

Saturs



Viņa Svētības Četrpadsmitā dalailamas priekšvārds ¹¹ Prologs. Izaicinājums cilvēcei	14
--	----

ZINĀTNISKĀ SADARBĪBA

1. Lama laboratorijā	24
2. Dzimis zinātnieks	55

PIRMĀ DIENA: KAS IR DESTRUKTĪVĀS EMOCIJAS?

3. Rietumu viedoklis <i>Referenti: Alans Voless un Ouens Flenegans</i>	74
4. Budisma psiholoģija <i>Referents: Matjē Rikārs</i>	106
5. Garīgo ciešanu anatomija <i>Referenti: Alans Voless un Thuptens Džinpa</i>	124

OTRĀ DIENA: JŪTAS IKDIENAS DZĪVĒ

6. Emociju universālais raksturs <i>Referents: Pols Ekmans</i>	160
7. Emocionālā līdzsvara izkopšana <i>Referents: Viņa Godība Kusalakito</i>	208

TREŠĀ DIENA: IESKATS GALVAS SMADZENĒS

8. Emociju neurozinātne 234
Referents: Ričards Deividsons

9. Mūsu spējas mainīties

CETURTĀ DIENA: EMOCIONĀLĀS SASKARSMES IEMAŅU APGUVE

10. Kultūras ietekme 304
Referente: Žanna Caja

11. Labās sirds izglītošana 327
Referents Marks Grīnbergs

12. Līdzcietības veicināšana 356

PIEKTĀ DIENA: IEMESLI OPTIMISMAM

13. Apziņas zinātniskā izpēte 384
Referents: Fransisko Varela

14. Proteja smadzenes 419
Referents: Ričards Deividsons

- Pēcvārds. Ceļojums turpinās 444

- Piezīmes 473

- Par dalībniekiem 490

- Par Psihes un dzīves institūtu 496

- Pateicības 504

- Persomu rādītājs 508

- Priekšmetu rādītājs 514