

Indice

9	Prologo
13	1. La strada per Shangri-La
21	2. Inizia nella mente
31	3. La semplicità della felicità
37	4. Non incolpare gli altri
43	5. Non serbare rancore
51	6. Corpo sano, corpo felice
57	7. Comprare la felicità
67	8. Il ritorno: la storia del Monaco
73	9. Scegliere il sentiero: la storia del Miliardario
77	10. Addio
79	Epilogo
81	Cos'abbiamo imparato
83	Lettera dell'autore
85	Ringraziamenti