

OBSAH

Úvod k slovenskému vydaniu	3
Úvod (Philip Miele)	9
1. Ako zvláštnym spôsobom lepšie využiť možnosti nášho vedomia	13
2. Jose	17
3. Ako meditovať (José Silva)	22
4. Dynamická meditácia	26
5. Zlepšenie pamäti	32
6. Rýchle učenie	37
7. Kreatívny spánok	40
8. Naše slová majú moc	46
9. Sila predstavivosti	51
10. Ako používať vedomie na zlepšenie svojho zdravia	57
11. Dôverné cvičenie pre zamilovaných	65
12. Aj ty môžeš používať šiesty zmysel	69
13. Utvor si vlastnú tréningovú skupinu	79
14. Ako môžeme pomôcť iným kontrolou mozgovej činnosti ..	83
15. Trochu teoretizovania	88
16. Prehľadná tabuľka k jednotlivým technikám	92
17. Psichiater pracuje s kontrolou mozgovej činnosti (Philip Miele)	93
18. Tvoje sebavedomie dostane krídla	105
19. Kontrola mozgovej činnosti vo svete obchodu	119
20. Ako ďalej?	125
Dodatok I: Kurz kontroly mozgovej činnosti a organizácia stojaca za ním (José Silva)	136
Dodatok II: Silvove metódy kontroly mozgovej činnosti a psychiatrický pacient (Clancy D. McKenzie a Lance S. Wright)	143
Dodatok III:	
Úvod (J. W. Hahn)	163
Ľudská pozornosť a súvislosť s EEG (F. J. Bremner, V. Bégnus, F. Moritz)	165
Vnútorné ohnisko ako podsystém pozornosti (F. J. Bremner, F. Moritz)	171
Použitá literatúra	176