

OBSAH

Předmluva: Výjimečně čist!	7
1. Inventura	11
1.1 Příprava	11
1.2 První uspořádání	17
1.3 Mluvení a myšlení	23
1.4 Nadvědomé působení	27
1.5 Člověk a jeho svět	31
2. Onemocnění vědomí	34
2.1 Fenomén duševních problémů	34
2.2 Popření poznání	35
2.3 Příčiny onemocnění	51
3. Malá psychologie	57
3.1 Vnitřní stránka duševního života	57
3.2 Zdroj podvědomých zvyklostí	62
3.3 Egoita	71
3.4 Tvorba podvědomého působení	78
3.5 Napůl uvolněné síly	89
4. Opatření duševní hygieny	92
4.1 Lyricko-všeobecné přemítání o duševní hygieně	92
4.2 Mluvit a naslouchat	97
4.3 Zacházení s časem	107
4.4 Seberealizace nebo sebepoznání? Problémy prožívání Já	127
4.5 Já a ty	133
4.6 Školení vnímání	143
5. Výstavba cesty poznání	152
5.1 Co je to cesta poznání?	152
5.2 Studium	155
5.3 Cvičení koncentrace	166
5.4 Meditace	173
5.5 Rozpouštění člověka zvyklostí	189

6. O svobodě člověka.....	212
6.1 Proč nyní mluvíme o svobodě?	212
6.2 Co je svoboda?	214
6.3 Realita svobody.....	216
6.4 Čeho je schopen svobodný člověk?	220
Doslov	227
O autoru knihy.....	228
Poznámky překladatele.....	229
Vysvětlivky	231