

Obsah

Úvod	11
Něco jako předmluva	13
O čem, proč a pro koho je <i>Projekt vnitřní práce</i>	29
Jak to bylo psáno aneb o způsobu vzniku textů	
<i>Projektu vnitřní práce</i>	39
1 Život, bytí a vnitřní práce	41
1.1 Teorie/taorie vnitřní práce, či pro někoho snad lépe: Ontologické, gnozeologické a filosofické postřehy autorů ...	42
1.2 Odkud, kam, proč a jak, aneb o čem a jak přemýšlíme a co si myslíme	45
1.3 Vnější a vnitřní práce	64
1.3.1 Vnější práce	66
1.3.2 Vnitřní práce	70
1.4 Co má být výsledkem studia a praxe	80
2 Přirozené a umělé, přirozenost, kultivovanost a spontaneita	87
2.1 Přirozené a umělé prostředí	98
2.2 Přirozenost, přirozené potenciály člověka, jejich kvalita a kultivace	141
2.2.1 Důvěra ve vývoj a přirozené potenciály	149
2.3 Svoboda a spontaneita	156
3 Mysl, poznání a vědění, jazyk a sdílení	161
3.1 Mysl	164
3.1.1 Vybrané charakteristiky, způsoby a aspekty mysli	168
3.1.2 Vybrané koncepty mysli	175
3.2 Vědomí	188
3.2.1 Vědomí a iluze reality	192
3.2.2 Stavy vědomí	203

3.3	Vnímání a způsoby poznávání	227
3.3.1	Vnímání	227
3.3.2	Poznání a znalost	232
3.3.3	Logos a způsoby poznávání	236
3.3.4	Směr a zaměření poznávání, postoj poznávajícího	248
3.3.5	Způsoby myšlení a poznávání	256
3.4	Kognitivní kontinuum, kognitivní kompetentnost a kritické myšlení	274
3.4.1	Kognitivní kompetentnost	281
3.4.2	Kritické myšlení	285
3.5	Poznání a vědění, vzdělání a znalost (aneb o vědě a vědění, víře a věření, mýtech a magii, jakož i o různém jiném počínání lidí)	298
3.5.1	Gnóze, věda a víra	298
3.5.2	Vzdělání a znalost, vzdělanost a požadavky prostředí na vzdělávání	321
3.5.3	Vzdělanost a požadavky na vzdělání	341
3.5.4	Nová pedagogika	346
3.5.5	Dílčí výstupy pilotního výzkumu s metodikou X-Tream	356
3.5.6	Formáty osobní praxe aneb gnostik, filosof anebo mnich	378
3.5.7	Formáty pomáhající praxe, mentální trenér a terapeut	401
3.6	Jazyk, poznání, sdělování a sdílení	408
3.6.1	Jazyk, myšlení, poznávání a vědění v jazyce	411
3.6.2	Jazyk a konceptuální myšlení	430
3.6.3	Sdělování a sdílení	444
3.6.4	Komunikace není konverzace, aneb metoda rozhovoru	450
3.6.5	Práce s otázkou a metoda dotazování	452
3.6.6	Omezení a síla slova	461
3.7	Podněty a otázky k promýšlení	468
3.8	Různá tvrzení k promýšlení a inspiraci:	469

4 Bytí a život jako kvalita a postoj	470
4.1 Člověk nebo bytost: Co to je „já“ anebo osobnost?	472
4.2 Život, bytí a jeho kvalita	483
4.2.1 Poznání (smysluplné)	499
4.2.2 Rozhodování (správné)	500
4.2.3 Jednání (efektivní – užitečné)	502
4.3 Život a smrt v kontextu vnitřní práce	504
4.4 Životní styl	510
4.4.1 Péče o sebe	512
4.4.2 Výživa	513
4.4.3 Mentální metabolismus	519
4.4.4 Pohyb	521
4.4.5 Způsob a metoda	523
5 Závěrečné poznámky	526
6 Pár slov pro cestu vlastní praxe	534
Přehled obrázků	539
Přehled tabulek	540
Bibliografie	541
Jmenný rejstřík autorů vybraných citací	556
Rejstřík významných pojmů	558