

OBSAH

Úvodní slovo:	2
Úvod: Proč je dnes vědomý život klíčový.....	3
ČÁST I. – Pochopení vnitřního světa.....	4
Kapitola 1: Řetěz bolesti – Jak se šíří a jak ho přerušit.....	4
Kapitola 2: Vibrace vědomí a obrana proti negativitě.....	9
Kapitola 3: Dědictví klasické psychologie.....	14
Kapitola 4: Trauma a struktura vědomí.....	19
Kapitola 5: Vědomá práce s emocemi.....	23
Kapitola 6: Vnitřní dítě – strážce naší duše.....	27
ČÁST II. – Cesta osobní transformace.....	30
Kapitola 7: Syndrom vyhoření a psychospirituální krize.....	30
Kapitola 8: Bod zlomu – návrat k sobě.....	37
Kapitola 9: Dvě hemisféry – rozbitá rovnováha a její uzdravení..	41
Kapitola 10: Kvantový mozek a cesta ke komplexnímu vnímání	49
Kapitola 11: Vývoj vědomí v průběhu života.....	54
ČÁST III. – Vliv prostředí a společnosti.....	59
Kapitola 12: Technologie a únos pozornosti.....	59
Kapitola 13: Sociální bubliny, obchod se strachem.....	62
Kapitola 14: Média jako nástroj manipulace.....	65
Kapitola 15: Psychologické následky moderní doby.....	68
ČÁST IV. – Obnova spojení a tvořivá fáze.....	76
Kapitola 16: Praktiky vědomého života.....	76
Kapitola 17: Vědomí, zdraví a síla samoléčení.....	81
Kapitola 18: Energie peněz – vědomý vztah k hodnotě života....	91
Kapitola 19: Tvoření světa – síla vědomého záměru.....	97
Kapitola 20: Živoucí Země – návrat k přirozenosti.....	100
Kapitola 21: Brány snění – komunikace s hlubším já.....	107
ČÁST V. – Kolektivní vědomí a budoucnost.....	111
Kapitola 22: Kolektivní vědomí – změna začíná v tobě.....	111
Kapitola 23: Nový člověk v nové realitě.....	119
Kapitola 24: Technologie vědomí – cesta k vnitřní svobodě.....	125
Kapitola 25: Smrt a znovuzrození vědomí.....	131
Závěr: Vědomý život jako dar nové doby.....	136
Manifest vědomého života.....	138