
OBSAH

Úvod	(5)
Než začnete číst...	(8)
Esence	(11)
Díry	(47)
Opětovné spojení s Esencí	(67)
Animální duše / pudové síly	(84)
Superego	(91)
Láska jako aspekt Esence	(109)
Radost jako aspekt Esence	(126)
Síla jako aspekt Esence	(143)
Vůle jako aspekt Esence	(161)
Esence vnitřního klidu	(174)
Meditace	(190)
Esence a děti	(207)
Trauma	(213)
Psychologie a duchovnost	(221)
Esence ve vztazích	(230)
Esence a práce, společnost, umění	(237)
Esence a smrt	(245)
Čtení knihy a práce na sobě	(253)
Závěr	(260)
Poděkování	(263)
O autorovi	(265)