

OBSAH

Pěší zóna.....	7
Ztrácíme vnitřní svobodu.....	8
<i>Jak lépe žít? – Být vzorem sami sobě – Znáte sami sebe? – své „ego – já“? – Chápeme správně svět? – Co je produktivní myšlení? – Jak začít? – Myšlení není luxus</i>	
<i>/... co když je náš život iluzí?/</i>	23
<i>Je život iluzí? – Iluze a vědomí – Jsme schopni objektivně vnímat skutečnost? – Jste spokojeni se svým životem? – Budou žít dál klamně naděje naše vědomí? – Něco křehkého v nás přebývá</i>	
Žít je to nejtěžší.....	30
<i>Zvláštní hnutí srdce – Kde se rodí čas, který žijeme? – Je osud naším životem? – Ale co je osud? – Kam se ztrácí náš vnitřní svět? – Chybí ná interpretace skutečnosti</i>	
Hlasy z podvědomí	39
<i>/... hlas volajícího na poušti/</i>	39
<i>Vztah mysli a těla – Zárodek civilizačního autismu – Recept na dobrý život? – Ono to nějak dopadne? – Nerozumíme sami sobě – Hlas evoluce v ozvěně prožívaného času</i>	
Rozcestník myšlenek.....	48
Než se zítřek stane včerejškem.....	48
<i>Rozporuplný stav lidského nitra – Život v sebeklamu – Potřebujeme nový impuls – Očistná lázeň duše – Hranice svobody pro život – Mezi dimenzí dobra a zla – Kdo nám nastaví jasné zrcadlo?</i>	
<i>/... morálka paní Dulské/</i>	56
<i>Problém morálky – Souvislost lidské geneze s genezí přírody – Morální vývoj člověka – Nejvyšší stupeň morálky – Co je u člověka důležité pro zafixování autentického morálního kodexu? – Výzva pro lidskou civilizaci – Otevřme nitro své mysli</i>	

Potřeba sebetranscendence.....	65
<i>Inteligence je schopnost mysli – Víra a cit – Jsme dostatečně morálně inteligentní? – Nekonečná mudrost podvědomí – Proč žít náhradní život? – Lepší vize pro člověka</i>	
<i>/... vnitřní a vnější svět/</i>	75
<i>Disharmonie vnitřního světa – Jak je svět obsažen v našich životech? – Životní krize – Uzdravit svůj vnitřní svět – Transcendence životního smyslu</i>	
Rozcestník myšlenek.....	65
Postmoderní doba	86
<i>Hodnotový obraz světa se změnil – Postmoderní člověk ztrácí duši – Život na úvěr – Jak ubránit svůj vnitřní svět? – Chybí motivace kam – Vrátit se k celistvosti lidské mysli – Skrytý potenciál k uzdravě</i>	
Globální domov.....	96
<i>Osud jako zosobnění člověka – Kde je možno zakotvit? – Inspirativní příklady – Spící básníci noci</i>	
<i>/... dovětek pro duši/</i>	102
<i>Jak z bludného kruhu? – Trénovat duševní koncentraci – Smyslové poznání duše – Jak na sobě dále pracovat? – Diagnóza FAD – Cesta domů – Transcendence lásky</i>	
Změňme prizma pohledu	109
<i>Kořeny agrese – Civilizace na scestí – Zkuste přemýšlet jinak – Rozum a emoce – Nezanéchat svůj lidský portrét nedokončený – Všichni jsme geneticky zpřízněni – Zradily nás naše emoce? – Ukotvit vědomí ve své lidské podstatě</i>	
<i>/... važme si svých emocí/</i>	117
<i>Prohry a ztráty – Burn-out syndrom – Touha jako pták ve spirále stoupá – Naše podvědomí přede jako kočka, která si zaslouží pravidelné pohlázení</i>	
Rozcestník myšlenek.....	123

Aktuální vhled	124
Život jde dál – Proč vlastně říkáme, že jsme tu jen na chvíli? – Kde je autentický klíč ke správnému životu? – Kdo má pravdu a co dělat? – Potřeba vhledu – Účinné změny lidského myšlení lze dosáhnout učení	
Ikarova křídla	132
Proč je něco něčím, nikoli ničím? – Může být ale Sisyfos opravdu šťastný? – Ikarův pád – Nalézat v sobě harmonii mezi dvěma životními oscilacemi – prométheovskou a sisyfovskou	
Rozcestník myšlenek	137
Třeba to nebude utopie	137
Dynamika vývoje systému vědomí – Mohou existovat dvě pravdy o jednom údaji? – Cestování v čase – Časoprostorový tunel – Mallettův cyklus světla – Svět alternativní k tomu našemu	
Jako krmný hmyz	143
Co vlastně může jedinec sám se sebou v současné době udělat, aby se stal lepším? – Vraťme se k srdci vlastního světa bytí – Musíme být stále jen krmným hmyzem pro své manipulátory? – Takzvané obyčejný člověk není bezvýznamný	
Zvíře v člověku?	152
Human-Animal Studies – Zvířecí říše je součástí jazyka a lidské symboliky – Přejít od zvířete k člověku – Pet terapie – „Zvíře v člověku“ nemusí být zlé	
Rozcestník myšlenek	160
V překračujícím čase	160
To dilemma všežravce – Vlastní obraz pomíjivosti – Lidské „já“ a kvalita života – Existují tři zajímavé experimenty z hlediska člověka – Modelové situace se dnes postupně stávají reálnými – Lidská paměť je nedokonale, čas ji překračuje – Dokážeme správně identifikovat kvalitu života?	

Hlasy z podvědomí	168
Čas a prostor v lidském vědomí	168
Einstein se Schrödingerem a kočka – Sebeorganizace hmoty, nebo náhoda? – Tajemství života – Individuální úroveň lidské vnímavosti – Je psyché propojena s hmotou? – Dialektika života a vesmíru – Abyste nemuseli závidět a žili dobře – Pokora je vědomí přesahu žití	
Rozcestník myšlenek	174
Rituály z pohledu dneška	174
Schopnost symbolizace – Symboly a plnost života – Vrátit se a plaše prosit stíny „ega – já“? – Přijetí symbolů umožnilo vznik rituálů – Smysl rituálu – Rituály nám zprostředkují zkušenost	
Rituály a evoluce	180
Rituály a společnost – Stres a rituály – Využití ritualizovaného chování – Dharma a karma – Transformace myslí pomocí tantry – Vlastní cesta ke skromnosti – Pozitivně motivované ritualizované chování – Cesta lidské evoluce	
Přesměrované rituály	186
Emoce transformované do negativních rituálů – Tři části životních změn – Kolaps času a zneužití negativních rituálů – Léčba společnosti přesměrováním rituálů, vnímáním obsahu pravdy – „Džu džu“ a agresivní počítačové hry jako relikv včerejška – Větší kultivace lidského vědomí – proč nám podstata žití uniká?	
Rozcestník myšlenek	190
Opuštěné lidství	190
Důležitost lidské komunikace – Ztráta hodnotové orientace a osamění – Potřeba hluboké relaxace – Jak se dnes neztratit v davu? – Meditace doplní naše myšlení – Schizofrenie prožívané doby – Ztrácí se rozlišování mezi živým a neživým – Fixuje se u člověka vnitrodruhová agrese? – Člověk připomíná holuba se zobákem krkavce – Hledat kvalitu vnitřní motivace	

Kámen s tebou vede dialog	198
<i>Kámen mlčení – Scetná výhybka v lidském vědomí – Lidská osobnost dnes – Lidé s antisociální poruchou osobnosti – Lze je mezi námi rozpoznat? – Může pomoci rozumová korekce? – Lze pochopit chování sebe sama? – Člověk ve své velikášské malosti</i>	
Rozcestník myšlenek	206
Inspirace	206
<i>Inspirace a její nepřítel – Význam emotivního faktoru – Věda objevuje nepoznané, umění tvoří skutečnost – Mezi emocemi a rozumem – Komplexní vidění světa – Umění a věda jako naplnění lidského snu</i>	
V bouři emocí	212
<i>Vnést zkušenost do vědomí – Emoční inteligence – Emoce při poškození mozku – Emoce štěstí – negativní mysl je stínem srdce – Emoční inteligence a talent – Základní podnět dán narozením? – Proč takovýto vývoj?</i>	
Hlasy z podvědomí	219
Syndrom falešné vzpomínky	220
<i>Nalézt smysl v záplavě informací – Schopnost synestezie – Imaginace a tvořivost – Imaginace přírody a evoluce – Evoluce individuálně lidská a imaginace – Je naše představivost autentická? – Mozek a syndrom dějá vu – Schopnost dovědět se o sobě více</i>	
Pravěk intuice	226
<i>Pomáhá myšlenková zkratka – Intuice jako nástroj rozumu i poznávací akt – Intuice v evoluci – Ve správný čas a na správném místě – Intuice a syndrom dějá vu – Intuice je důležitější než instinkty – Intuice a víra – Civilizace a vývoj intuice – Rozum a intuice – Počínající pohyb lidského poznání</i>	
Rozcestník myšlenek	233
Naše sny, podivný neklid paměti a citů	233
<i>Propojení světa snů s mentálním světem – Spojovací most mezi vědomím a podvědomím – Lucidní snění a vzdálené hlasy nevědomí</i>	

– Nekompatibilní svět v cynismu neodekadentní doby – Neztrácíme schopnost regenerovat vlastní nitro? – Podivný neklid citů – Zhmotnělé sny jako Ariadnina nit osudu? – Identita člověka a imaginace snu

/... zdaleka přicházející hlas snu/..... 240
Souvisejí sny s počátkem života? – Existuje jeden, nebo dva životy? – Za hlasem snů – Nestaneme se pouhými kyborgy?

Rozcestník myšlenek..... 245

Skutečnost snů..... 245
Sen, nebo skutečnost? – Jak lze sen naplnit? – Pravda vyjevovaná v lucidním snu – Andělé na dějinných křižovatkách lidstva – Einsteinův mozek otevřel prostor novým snům – Jdeme vstříc své existenci? – Poznání drží nad vodou sny – Genetická paměť je hlubší transformací vědomí?

Paměť a sociální IQ 252
Defekty inteligence – Autismus – Savant syndrom a modifikace snových dějů – Paměť z anatomického hlediska – Uchování paměťových stop s emočními prožitky – Klüverův-Bucyho syndrom – Inteligence a paměť souvisí se sny – Jak rozlišit geniálního vědce a geniálního zločince – Záleží na stupni sociální inteligence

Rozcestník myšlenek..... 258

Láska jako součást lidské evoluce 259
Láska a lidský mozek – Funkce vědomí – Potvrzení teorie informací – Co je cílem lidského života? – Láska pramení z vědomí – Láska k lidem je komplikovaná sebeláskou – Láska je druhem informace – Láska z pohledu astrologie – Uvědomění si lásky mozkem – Buněčné a molekulární mechanismy lásky – Jak vznikla láska? – Přirozený stav bytí

Rozcestník myšlenek..... 267

Vnitřní rozměr lidství 267
Až hudba neuronů zmlkne – Ticho oživující zevnitř mozkové děje – Hypotéza karteziánského divadla – Mysl přesahuje hmotu mozku

– Subjektivní úhel vnímání mozkiem – Vejce bylo dřív než slepice – Kardinální naděje – Zůstaňme ve svých představách lidmi

Rozcestník myšlenek..... 277

Je možná evoluce vědomí?.....277

Faktická a epizodická explicitní paměť – Zpracovávání průběhu života mozkiem – Implicitní paměť – Vytváření „ega – já“ – Celistvost osobnosti a ipseita – Jsou všechny činnosti mozku pod kontrolou vědomí? – Rezerva v lidském mozku – Cesta k harmonii lidské mysli – věda a umění – Evoluce lidského mozku a emoce – Hlubší uvědomování si zázraku života

Rozcestník myšlenek291

Prožívané ego 291

Jak obnažit pravdu žití? – Stavby „ega – já“ spoluvytvářejí lidskou osobnost – Nemoc a ego – Receptivní mysl a umění regulace negativních emocí – Dvě techniky – Produktivní motivace mozku

Meze poznání301

Na prahu geneze – Zhmotnělý sen anonymního sochaře – zůstalo prázdno v okolí? – Meditační techniky odkrývající rozhraní těla a mysli – Jaké jsou meze poznání? – Elektronová mikroskopie času

Rozcestník myšlenek..... 316

Nalézání krásna 316

Nepřestává být člověk člověkem? – Nesrozumitelnost krásy v roztržitém mysli – Štěstím je nalézat krásu v pravdě žití – Identita pravdy a krásy – Krása poznání – Zjevení krásy srdcem – Pravda krásna – Co se děje za hranicí pravdy a krásy? – Krása tváře duše – Vnímejte smysl krásna

Rozcestník myšlenek..... 324

Žijeme v moři vibrací 324

Univerzální naděje krásna – Celý známý vesmír rezonuje – Melodie mikrosvěta – Hudební meditačně-relaxační techniky – Prostor našeho podvědomí – Hudba sfér – HOX geny – Křížovatka mezi budoucností, přítomností a minulostí – Život v moři vibrací

/... Sezame, otevři se/ 335

Víme, nevíme? – Budoucnost jiných cest – Fantazie se stává skutečností – Příběh z Tisíce a jedné noci – Moudrost jako intelektuální cíl – Záleží, jak interpretujeme minulost – Umění dohlédnout dál a hlouběji – Eudaimonie z pohledu dneška – Východiskem z morální krize je solidarita – Nepozbýt vlivem rozvinutých technologií úcty k životu – Je to otázka cíle, smysluplnosti a náplně života – Sezamový plod