

OBSAH

Úvod k lepšímu pochopení „Bible egoistů“ ... 5

Nezávazný návod k použití „Bible egoistů“ ... 9

Desatero egoistických přikázání ... 13

I. Kniha života ... 15

- 1 Velká jednota ... 18
- 2 Život Zde a Nyní ... 19
- 3 Plán, den a okamžik ... 20
- 4 Vyznání vlastního Já ... 21
- 5 Odpoutávání a osvojování ... 23
- 6 Víra jako taková ... 24
- 7 Řád a ocenění ... 25
- 8 Zdraví a nemoc ... 26
- 9 Peníze, majetek a nadbytek ... 28
- 10 Vytrvalost a trpělivost ... 29
- 11 Soustředění ... 30
- 12 Umění manipulace ... 31
- 13 Jídlo, pití a trávení ... 36
- 14 Fantazie a tvůrčí schopnosti ... 38
- 15 Realita, vize a strategie ... 39
- 16 Manželství a rodina ... 40
- 17 Lásky, sex a ukojení ... 43
- 18 Bolest a smrt ... 44

- 19 Strach, vydírání a rezignace ... 45
- 20 Mluvení a mlčení ... 47
- 21 Kritika, chvála a zadostiučinění ... 50
- 22 Hledání, vědění a pravda ... 51
- 23 Soucit a pomoc ... 54
- 24 Partnerství a odpovědnost ... 57
- 25 Společnost, morálka a kultura ... 60
- 26 Sdělovací prostředky ... 63
- 27 Stát, náboženství, strany, konkurence ... 64
- 28 Kosmická síla ... 66
- 29 Vznik, růst a zánik ... 67
- 30 Smysl tvého života ... 68

II. Kniha technik ... 70

- 1 Dech ... 73
- 2 Napětí a uvolnění ... 74
- 3 Cesta do podvědomí ... 76
- 4 Meditace ... 80
- 5 Rozhodování ... 82
- 6 Koncentrace energie ... 85
- 7 Plánování ... 87
- 8 Útok a obrana ... 89
- 9 Klam ... 94
- 10 Řešení problémů ... 97

III. Kniha cvičení ... 100

- 1 Trénink ... 103
- 2 Ranní rituál ... 105
- 3 Čas rozjímání ... 107

IV. Kniha umění ... 112

- 1 Umění být svobodným člověkem ... 114
- 2 Umění vítězit bez boje ... 117
- 3 Umění vidět a slyšet ... 119
- 4 Umění otevřít se ... 122
- 5 Umění žít v rytmu ... 127

V. Kniha cesty ... 129

- 1 Nejlepší z nutného ... 131
- 2 Pracovat a řídit ... 133
- 3 Čas zrání ... 134

Doslov ... 136