

PRVÁ KAPITOLA • <i>Rozkvet ľudského vedomia</i>	3
CIEĽ TEJTO KNIHY.....	5
NAŠA DEDIČNÁ DYSFUNKCIA.....	7
ZROD NOVÉHO VEDOMIA.....	11
DUCHOVNOSŤ A NÁBOŽENSTVO.....	13
NALIEHAVOSŤ ZMENY.....	15
NOVÉ NEBO A NOVÁ ZEM.....	17
DRUHÁ KAPITOLA • <i>Ego: súčasný stav ľudstva</i>	18
ILUZÓRNE JA.....	19
HLAS VO VAŠEJ HLAVE.....	22
OBSAH A ŠTRUKTÚRA EGA.....	24
STOTOŽŇOVANIE SA S VECAMI.....	25
STRATENÝ PRSTEŇ.....	27
ILÚZIA VLASTNÍCTVA.....	30
TÚŽBA MAŤ VIAC.....	32
STOTOŽNENIE SA S TELOM.....	34
PRECÍTIŤ VNÚTORNÉ TELO.....	36
ZABUDNUTÉ BYTIE.....	38
OD DESCARTOVHO OMYLU K SARTROVMU POSTREHU.....	38
NADPOZEMSKÝ POKOJ.....	39
TRETIA KAPITOLA • <i>Jadro ega</i>	42
NESPOKOJNOSŤ A ROZHORČENIE.....	43
KEĎ SA NEPRIATEĽOM STÁVA KAŽDÝ.....	46
KTO MÁ PRAVDU.....	47
OBRANA ILÚZIE.....	48
PRAVDA: RELATÍVNA ALEBO ABSOLÚTNA?.....	49
EGO JE NEOSOBNÉ.....	51
VOJNA JE STAV MYSLE.....	53
ČO SA VÁM POZDÁ VA VÄČŠMI - POKOJ ALEBO KONFLIKT?.....	54
PRAVÁ IDENTITA PRESAHUJE EGO.....	55
VŠETKY ŠTRUKTÚRY SÚ LABILNÉ.....	56

POTREBA EGA CÍTIŤ SVOJU NADRADENOSŤ.....	57
EGO A SLÁVA.....	58
ŠTVRTÁ KAPITOLA • <i>Roly a tváre ega</i>	60
ZLOČINEC, OBEŤ, MILENEC.....	61
VZDAJTE SA SEBADEFINOVANIA.....	63
STANOVENÉ ROLY.....	64
DOČASNÉ ROLY.....	65
MNÍCH SO SPOTENÝMI DLAŇAMI.....	66
ŠŤASTIE AKO ROLA A PRAVÉ ŠŤASTIE.....	67
RODIČOVSTVO: ROLA ALEBO FUNKCIA.....	68
VEDOMÉ UTRPENIE.....	71
VEDOMÉ RODIČOVSTVO.....	72
SPOZNAJTE SVOJE DIEŤA.....	73
PRESTAŇTE HRAŤ ROLY.....	75
PATOLOGICKÉ EGO.....	77
SKRYTÝ POCIT NEŠŤASTIA.....	79
TAJOMSTVO ŠŤASTIA.....	81
PATOLOGICKÉ FORMY EGA.....	83
PRÁCA - S EGI A BEZ NEHO.....	86
EGO A CHOROBA.....	87
KOLEKTÍVNE EGO.....	88
NEZVRATNÝ DŮKAZ NESMRTELNOSTI.....	90
PIATA KAPITOLA • <i>Neviditeľné telo bolesti</i>	91
VZNIK EMÓCIÍ.....	92
EMÓCIE A EGO.....	94
KAČICA S ĽUDSKOU MYSEŤOU.....	96
BREMENO MINULOSTI.....	97
JEDNOTLIVEC A KOLEKTÍV.....	99
AKO SA REGENERUJE Telo BOLESTI.....	101
AKO SA Telo BOLESTI ŽIVÍ VAŠIMI MYŠLIENKAMI.....	102
AKO SA Telo BOLESTI ŽIVÍ KONFLIKTMI.....	104
SILNÉ TELÁ BOLESTI.....	106
ZÁBAVNÝ PRIEMYSEL, MÉDIÁ A Telo BOLESTI.....	107
KOLEKTÍVNE ŽENSKÉ Telo BOLESTI.....	108
NÁRODNÉ A RASOVÉ TELÁ BOLESTI.....	110
ŠIESTA KAPITOLA • <i>Oslobodenie</i>	112
PRÍTOMNOSŤ.....	114
TELO BOLESTI SA VRACIA.....	116
TELO BOLESTI A DETI.....	117
NEŠŤASTIE.....	119

PRESTAŇTE SA STOTOŽŇOVAŤ S TELOM BOLESTI.....	120
SPÚŠŤAČE.....	123
TELO BOLESTI V ÚLOHE BUDITEĽA.....	125
ZBAVTE SA TELA BOLESTI.....	126
SIEDMA KAPITOLA • <i>Zistite, kto v skutočnosti ste</i>	128
AKÚ MÁTE MIENKU O SEBE.....	129
HOJNOŠŤ.....	131
POZNAŤ SEBA SAMÉHO A VEDIEŤ O SEBE.....	133
CHAOS A VYŠŠÍ PORIADOK.....	134
DOBRE A ZLE.....	135
NETRÁPTE SA TÝM, ČO SA DEJE.....	137
SKUTOČNE?.....	137
EGO A PRÍTOMNÁ CHVÍĽA.....	139
PARADOX ČASU.....	141
ODSTRÁNIŤ ČAS.....	143
SEN A TEN, KOMU SA SNÍVA.....	144
PREKONAŤ OBMEDZENIA.....	146
RADOSŤ Z BYTIA.....	148
NECH SA VAŠE EGO ZMENŠUJE.....	148
AKO NAVONOK, TAK AJ VNÚTRI.....	150
ÔSMA KAPITOLA • <i>Objavovanie vnútorného priestoru</i>	154
PRIESTOR VEDOMIA.....	157
POVZNIESŤ SA NAD MYŠLIENKY.....	158
TELEVÍZIA.....	158
SPOZNAJTE SVOJ VNÚTORNÝ PRIESTOR.....	161
POČUJEŠ TÚ BYSTRINU?.....	163
SPRÁVNY ČIN.....	164
VNÍMAJTE, NO NENÁLEPKUJTE.....	165
KTO JE TEN, KTO VNÍMA?.....	166
DÝCHANIE.....	168
ZÁVISLOSTI.....	170
VEDOMIE VNÚTORNÉHO TELA.....	171
VNÚTORNÝ A VONKAJŠÍ VESMÍR.....	172
VŠÍMAJTE SI MEDZERY.....	174
ZAVRHNITE SEBA, ABY STE SA NAŠLI.....	175
TICHO.....	176
DEVIATA KAPITOLA • <i>Váš vnútorný cieľ</i>	178
PREBUDENIE.....	179
ROZHOVOR O VNÚTORNOM ZMYSLE ŽIVOTA.....	181

DESIATA KAPITOLA • <i>Nová Zem</i>	193
STRUČNÉ DEJINY VÁŠHO ŽIVOTA.....	195
PREBUDENIE A PROCES NÁVRATU.....	196
PREBUDENIE A VONKAJŠÍ RASŤ.....	199
VEDOMIE.....	200
OSVIETENÉ SKUTKY.....	202
TRI MODALITY OSVIETENÉHO KONANIA.....	203
SCHOPNOSŤ PRIJÍMAŤ.....	204
RADOSŤ.....	204
NADŠENIE.....	207
UCHOVÁVATELIA VIBRÁCIÍ.....	210
NOVÁ ZEM NIE JE ŽIADNA UTÓPIA.....	211