

Obsah

Úvod	7
PRVNÍ ČÁST	
EMOČNÍ ALCHYMIE	9
1. Vnitřní alchymie	11
2. Moudré soucítění	22
3. Hojivé vlastnosti vědomého vnímání	31
4. Model mysli	55
DRUHÁ ČÁST	
VĚCI TAKOVÉ, JAKÉ SE ZDAJÍ BÝT	65
5. Emocionální dispozice	67
6. Schémata v prostředí, které nás obklopuje	86
7. Jak schémata fungují	100
TŘETÍ ČÁST	
VĚDOMÁ TERAPIE	113
8. Mnoho aplikací vědomého vnímání	115
9. Přerušení řetězce	132
10. Změna návyků	143
11. Práce s emocemi	156
12. Vlastním myšlenkám nemusíte věřit	174
13. Vztahy	189
14. Kruh života	204
15. Stadia uzdravení	217

	ČTVRTÁ ČÁST	
	SPIRITUÁLNÍ ALCHYMIE	231
16.	Percepční posuny	233
17.	Zkoumání mysli	247
18.	Nová koncepce utrpení	260
19.	Aby ze zmatku vzešla moudrost	271
	Poznámky	287
	Poděkování	291