

OBSAH

Předmluva vydavatelů

1	Hledání	16
	<i>Volba cesty — Nezávislá stezka — Organizované skupiny — Individuální vývoj — Žák-učitel</i>	
2	Cvičení pro Hledání	36
	<i>Dlouhá stezka mravence — Práce na sobě</i>	
3	Relaxace a ústraní	45
	<i>Občasné přestávky — Napětí a tlaky — Uvolněte tělo, dech a mysl — Střediska pro život v ústraní — Samota — Oceňování přírody — Kontemplace na západ slunce</i>	
4	Základní meditace	56
	<i>Místo a podmínky — Toulající se myšlenky — Cvičte soustředěnou pozornost — Meditativní úvahy — Vizualizované představy — Mantry — Symboly — Slavnostní prohlášení a sugesce</i>	
5	Tělo	76
	<i>Hygiena a očista — Potrava — Cvičení a pozice — Dechová cvičení — Sex: důležitost, vliv, účinky</i>	
6	Emoce a etika	92
	<i>Pozvedněte charakter — Převychovejte city — Ovládněte emoce — Očistěte vášně — Kultivovanost a zdvořilost — Vystříhejte se fanatismu</i>	
7	Intelekt	109
	<i>Charakteristika — Služby — Vývoj — Sémantický výcvik — Věda — Metafyzika — Abstraktní myšlení</i>	
8	Ego	126
	<i>Co jsem já? — Myšlenka-já — Psýcha</i>	
9	Od zrození ke znovuzrození	139
	<i>Zkušenost umírání — Po smrti — Znovuzrození — Minulé sklony — Předurčení — Svoboda — Astrologie</i>	

10	Uzdravování sebe sama	155
	<i>Karma v souvislosti se zdravím — Životní síla ve zdraví a nemoci — Drogy a pití ve vztahu mysl-tělo — Éterické a astrální tělo ve zdraví a nemoci — Mentální poruchy — Psychologie a psychoanalýza</i>	
11	Negativa: Temný stín na světě	171
	<i>Povaha — Kořeny v egu — Přítomnost ve světě — V myšlenkách, citech a prudkých vášních — Jejich viditelné a neviditelné zlo</i>	
12	Úvahy	182
13	Lidská zkušenost	195
	<i>Situace — Události — Poučení — Světová krize — Úvahy ve stáří — Úvahy o mládí</i>	
14	Umění v kultuře	211
	<i>Ocenění — Tvůrčí schopnost — Genialita — Umělecká zkušenost a mysticismus — Úvahy o malířství, sochařství, literatuře, poezii a hudbě.</i>	
15	Orient	223
	<i>Setkání se Západem — Lidé, místa, praktiky Orientu — Výroky filozofů — Filozofické školy</i>	
16	Senzitivové	242
	<i>Psychické a aurické zkušenosti — Intuice — Sekty a kulty</i>	
17	Vnitřní potřeba náboženství	261
	<i>Původ — Průzkum — Projevy — Tradiční a méně známá náboženství — Spojení s filozofií</i>	
18	Uctívání v životě	274
	<i>Modlitba — Oddanost — Uctívání — Pokora — Odevzdanost — Milost: skutečná a domnělá</i>	
19	Vláda relativity	288
	<i>Vědomí je relativní — Sen, spánek, bdělý stav — Čas jako minulost, přítomnost a budoucnost — Prostor — Dvojité stanovisko — Prázdnota jako metafyzický fakt</i>	

20	Co je filozofie?	307
	<i>Definice — Celistvost — Rovnováha — Naplnění v člověku</i>	
21	Mentalismus	346
	<i>Mysl a pět smyslů — Svět jako mentální zkušenost — Mentalismus je klíčem k duchovnímu světu</i>	
22	Inspirace a Nadjá	363
	<i>Intuice začátek — Inspirace naplnění — Její přítomnost — Záblesky</i>	
23	Pokročilá kontemplace	382
	<i>Dlouhá stezka mravence — Přímá stezka ptáka — Praktická cvičení — Kontemplativní ticho — „Proč se Buddha usmíval“ — Cvičení Nebeské cesty — Cvičení Hadí stezky — Prázdnota jako kontemplativní zkušenost</i>	
24	Mír ve vás	403
	<i>Buďte klidní — Cvičte odpoutanost — Hledejte hluboký Klid</i>	
25	Světová Mysl v individuální mysli	416
	<i>Jejich setkávání a prolínání — Osvícení, které zůstává — Světci a mudrci</i>	
26	Světová Idea	438
	<i>Boží řád vesmíru — Změna jako univerzální aktivita — Polarity, vzájemně se doplňující protiklady a duality vesmíru — Pravá idea člověka</i>	
27	Světová Mysl	453
	<i>Bůh jako Vše-převyšující Individualita — Bůh jako Mysl-v-Činnosti — Jako Sluneční Logos</i>	
28	To Jediné	460
	<i>Mysl sama-v-sobě — Jedinečná Mysl — Jako Absolutno</i>	