

Spis treści

Część 1. Podstawy wiedzy o charakterze	7
Wstęp	9
Kształtowanie się świadomości człowieka	10
Kształtowanie się charakteru człowieka	15
Mechanizm oddziaływania procesów świadomościowych na organizm człowieka	23
Główne cechy charakteru i ich krótka charakterystyka	39
Wpływ indywidualnej konstytucji ciała na cechy charakteru.	50
Krótką charakterystyką najbardziej typowych sytuacji życiowych, w których przejawiają się cechy charakteru. Rozwiązywanie krytycznych sytuacji życiowych	57
Część 2. Cechy charakteru wywołujące choroby i problemy życiowe	63
Część 3. Praca nad świadomością i charakterem	111
Charakter, życie, choroby i los	113
Jurij Pietrowicz Własow	113
Walentin Iwanowicz Dikul	240
Samoregulacja osobowości	247
Stałe przechowywanie i uzupełnianie energii życiowej	248
Umiejętne kierowanie zasobami energetycznymi	252
Wpływ ciała fizycznego na energetyczne zasoby organizmu	265