

SPIS TREŚCI

PODZIĘKOWANIA	11
WPROWADZENIE	13
Jak powstała ta książka	13
Prawda, która jest w tobie	16
ROZDZIAŁ 1	
NIE JESTEŚ SWOIM UMYŚŁEM	21
Największa przeszkoda na drodze do oświecenia	21
Uwalnianie od własnego umysłu	28
Oświecenie: wznieść się ponad myśl	32
Emocja: reakcja ciała na poczynania umysłu	36
ROZDZIAŁ 2	
ŚWIADOMOŚĆ: WYJŚCIE Z BÓLU	44
Nie przysparzaj bólu	44
Ból zadawniony: rozpuszczanie ciała bolesnego	47
Ego utożsamione z ciałem bolesnym	52
Pochodzenie lęku	54
Ego w poszukiwaniu pełni	57
ROZDZIAŁ 3	
W GŁĘB TEJ OTO CHWILI	59
Nie szukaj siebie w umyśle	59
Połóż kres urojonemu istnieniu czasu	60
Nic nie istnieje poza teraźniejszością	62

Klucz do wymiaru duchowego.....	63
Docieranie do potęgi terażniejszości.....	65
Wyzwolenie z czasu psychicznego	68
Czas psychiczny jako rodzaj obłądu	70
Postawa negatywna i cierpienie zakorzenione są w czasie	72
Odkrywanie życia, przesłoniętego sytuacją życiową	74
Wszelkie problemy to urojenia umysłu	76
Skok kwantowy w ewolucji świadomości	79
Radość istnienia	80

ROZDZIAŁ 4

UMYSŁ I JEGO UNIKI PRZED TERAŻNIEJSZOŚCIĄ.....	83
Utrata terażniejszości: sedno urojeń.....	83
Nieświadomość zwykła a nieświadomość głęboka	85
Czego szukają?	88
Rozpuszczanie zwykłej nieświadomości.....	89
Wolność od zgryzoty	90
Gdziekolwiek jesteś, bądź tam całym sobą	95
Wewnętrzny cel drogi życiowej.....	101
Przeszłość nie wytrzyma konfrontacji z twoją obecnością	103

ROZDZIAŁ 5

OBECNOŚĆ.....	106
Jest czym innym, niż myślisz	106
Ezoteryczny sens „czekania”	107
Piękno powstaje w twojej niewzruszonej obecności.....	109
Urzeczywistnienie czystej świadomości	111
Chrystus: czym naprawdę jest twoja boska obecność	117

ROZDZIAŁ 6

CIAŁO WEWNĘTRZNE.....	120
-----------------------	-----

Istnienie jest twoją najgłębszą jaźnią.....	120
Patrz, gdzie słowo nie sięga.....	121
Odnajdywanie prawdziwego siebie – niewidzialnego i niezniszczalnego.....	123
Łączenie się z ciałem wewnętrznym	125
Przemiana dzięki ciału	126
Kazanie o ciele	129
Zakorzeń się głęboko w sobie	130
Zanim wejdiesz w ciało, wybacz.....	133
Twoja więź z nieprzejawionym	135
Spowalnianie procesu starzenia	136
Wzmacnianie układu odpornościowego.....	137
Niech oddech wprowadzi cię w ciało.....	139
Twórcze posługiwanie się umysłem.....	139
Sztuka słuchania	140

ROZDZIAŁ 7

BRAMY NIEPRZEJAWIONEGO	142
Głębokie wnikanie w ciało	142
Źródło ci.....	144
Sen bez marzeń	145
Inne bramy	146
Cisza	149
Przestrzeń.....	150
Prawdziwa natura przestrzeni i czasu.....	153
Świadoma śmierć.....	156

ROZDZIAŁ 8

ZWIĄZKI OŚWIECONE	158
Wrota teraźniejszości są wszędzie, gdzie jesteś ty.....	158
Splot miłości i nienawiści	161
Nałóg a poszukiwanie pełni	163

10 Potęga teraźniejszości

Od związków uzależniających do oświeconych.....	167
Związki jako praktyka duchowa.....	170
Dlaczego kobiety bliższe są oświecenia.....	178
Zbiorowe ciało bolesne kobiet i jego rozpuszczanie.....	180
Wyrzeknij się związku z samym sobą.....	186

ROZDZIAŁ 9

GDZIE NIE SIĘGA SZCZĘŚCIE ANI NIESZCZĘŚCIE,

PANUJE SPOKÓJ	190
Wyższe dobro ponad dobrem i złem	190
Koniec z dramatem w twoim życiu	193
Nietrwałość a cykle życiowe	196
Negatywizm: jak się nim posługiwać i jak się go wyrzec	202
Natura współczucia	208
W stronę rzeczywistości innego rzędu	211

ROZDZIAŁ 10

SENS PODDANIA.....	219
Zgodna teraźniejszość	219
Od energii umysłowej do duchowej	224
Poddanie w związkach osobistych	226
Od choroby do oświecenia	230
W obliczu katastrofy	232
Cierpienie w spokój przeistoczone	234
Droga krzyżowa	238
Swoboda wyboru.....	240

POSŁOWIE	247
----------------	-----