



ОГЛАВЛЕНИЕ

Вступление	7
Глава 1. Теория и практика постижения самого себя	
Для чего нужны практики и духовный путь?	10
Первоисточник	12
Вопросы, возникающие на пути самопознания	13
Духовность	14
<i>Алхимия духовного развития</i>	14
Схемы ума	16
<i>«Переводчик», или «обезьяна с гранатой»</i>	17
<i>Контроль и развитие ума</i>	18
Пранаяма	22
Смыслы и цели. Выбор своего пути	24
<i>Путь домохозяина</i>	25
<i>Путь ашрама</i>	25
<i>Путь аскета</i>	26
<i>Путь странника</i>	27
Практика и реализация	28
<i>Основная цель</i>	28
<i>Индивидуальный подход</i>	30
<i>Внутренняя зрелость</i>	31

Роль учителя.....	32
Роль ученика	33
Анализ существующих систем самопознания.....	35
Проблемы, с которыми сталкивается ученик....	36
Виды практик.....	37
Умение тонко чувствовать, слышать и предвидеть..	39
Целительство	40
Яснознание	40
Волна жизни	42
Учиться любви	43
Создавать свое будущее.....	43
Здоровье.....	45
Как выпасть из системы старения	45
Физическое развитие	47

Глава 2. Метафизика счастья

Мифы о духовном развитии.....	52
Причина или следствие.....	56
Свобода от рабства, или Карты Всевышнего	60
Зомбоящик	63
В своем мире я — все!	66
Мне уже не требуется быть идиотом.....	69
Квантовый переход.....	74
Духовная наркомания. Кто такие «воины света»? ...	80
В чем секрет счастья?	93
Обязательства перед своей сущностью	102
Петля времени.....	107
Шаги к просветленному сознанию	114
Коридор в новую реальность	121
Идея самого себя	125
Знать, уметь, молчать	131

Глава 3. Вера и практики для Эпохи Водолея

Ты на планете бог!	142
Права.....	145
Девизы и лозунги	146
Заповеди для нового времени	148
Заповедь первая: Будь!.....	150
Заповедь вторая: Я — главный!	151
Заповедь третья: Не бойся!	152
Заповедь четвертая:	
Возлюби себя как Бога!	154
Заповедь пятая: Радуйся!.....	155
Заповедь шестая: Твори!.....	157
Заповедь седьмая: Бги!	157