
Inhalt

Vorwort von Laura Huxley	9
Danksagung	13
Anleitung zum Buch	15
Einleitung: Die Vision der Ganzheit	19
<i>Der essentielle Inhalt und die Themen der Psychosynthese</i>	
1 Fokus	29
<i>Konzentration und Entwicklung der Wahrnehmung</i>	
2 Schimmer einer entfernten Welt	37
<i>Die Erforschung des Unbewussten</i>	
3 Die innere Landkarte	51
<i>Die Anatomie unserer Psyche – wie wir sind und wie wir funktionieren</i>	
4 Eine Vielfalt von Leben	55
<i>Teilpersönlichkeiten – vertraut werden mit unseren verschiedenen Identitäten</i>	

5	Unermesslicher Reichtum <i>Die Entdeckung reinen Bewusstseins – das Ich</i>	73
6	Der Wille <i>Begegnung und Entwicklung der persönlichen Willensfreiheit</i>	89
7	Die Tiger des Zornes <i>Brauch und Missbrauch der Aggression</i>	107
8	Das Uranfängliche <i>Ausrichtung der Aufmerksamkeit und psychische Kräfte</i>	119
9	Ein Geist – glasklar und lebendig <i>Die Einweihung in die Kunst des Denkens</i>	129
10	Die Schule des Lebens <i>Über den Umgang mit Schmerzen</i>	143
11	Ein Füllhorn der Offenbarungen <i>Der Sprachschlüssel zu unserer Seele</i>	149
12	Eine Blume öffnet sich <i>Die unbetretenen Regionen unseres Geistes und unsere Entfaltung</i>	165
13	Der beste Therapeut <i>Die Technik des inneren Dialoges</i>	183
14	Die Pathologie der Erhabenheit <i>Gefahren und Verzerrungen in der Erforschung des höheren Bewusstseins</i>	197
15	Unser Leben – unser Meisterwerk <i>Meisterhafte psychologische Fertigkeit und die Verwendung der Vorstellungskraft</i>	209
16	Wovon wir leben <i>Liebe – das kostbarste Gut der Menschheit</i>	225
17	Schönheit <i>Der tiefe und weitreichende Einfluss der ästhetischen Dimension</i>	241
18	Synthese <i>Die Vereinigung von Gegensätzen erzeugt psychische Kräfte</i>	257
19	Keine Angst zu sterben <i>Der Zusammenhang des grösseren Ganzen</i>	275
20	Stille <i>Wenn Stille in den Geist einzieht, kann die Intuition erwachen und den Weg zur Erleuchtung bereiten</i>	281

Epilog	295
<i>Die Evolution der Menschheit</i>	
Anhang	297
Weitere Übungen	
Anmerkungen	305
Index	311