

Obsah

Osho	7
Další Oshovy knihy vydané nakladatelstvím Eugenika	8

Část I:

Chápání povahy emocí.....	9
Popořádku: Mechanika mysli	10
Represe a ovládání: Kořeny programování emocí.....	22
Velcí kluci nepláčou, hodné holčičky nekřičí: Variace vyjadřování emocí	53
Emoce a tělo	75
Z hlavy do srdce a do bytí: Cesta zpět do centra	89

Část II:

Emoční zdraví: Návrat k vnitřní harmonii.....	109
Začněte s přijímáním	110
Hněv, smutek a deprese.....	136
Větve jednoho stromu.....	136
Chápání kořenů žárlivosti	162
Od strachu k lásce	185

Část III:

Bdělost: Klíč k transformaci	203
Vytvořte si trochu odstupů	204
Potlačování a transformace: Svoboda lidského bytí	219
Myšlenka, pocit, jednání: Pochopte svůj typ ...	237

Pozorování oblaků: Pozorovatel a pozorované.....	262
Meditace a cvičení pro transformaci.....	279
O autorovi	311
OSHOVO mezinárodní meditační centrum	312