

# СОДЕРЖАНИЕ

Здравствуйтесь!..... 8

Часть первая. Энергия. Человек. Мир..... 17

I.	К Вам пришел человек.....	19
	О чем разговор?.....	19
	Суетливая жизнь — это выбор.....	20
	Собеседник дарит смысл.....	23
	Поиски смысла — это движение.....	24
	Изменчивый угол зрения.....	27
	Бес помощи.....	29
II.	Энергия познания: человечество или человек?.....	33
	Желанная помощь.....	33
	Внешнее и внутреннее.....	34
	Объективное и субъективное.....	39
	Мы — пустые или непознанные?.....	41
	Сон — наша реальность?.....	42
	«Когда изменяемся мы, изменяется мир».....	44
	Людей не уникальных в мире нет.....	45
III.	Познакомьтесь с самим собой.....	49
	Желания и прихоть.....	49
	Как обрести желание.....	51
	«Глубокая» реальность.....	53
	Понять себя — понять свой смысл.....	57
	Простое «почему?» и сложное «зачем?».....	59
	Смысл — дело личное.....	61
	Жизнь: практика и теория.....	63

.....

IV.	Познакомьтесь с окружающим миром .....	67
	Что такое окружающий мир?.....	67
	Мир в глазах смотрящего .....	68
	Враг — это партнер и зеркало.....	71
	Ты в ответе за мир, который создал .....	74
	Вера — указатель на горизонт .....	77
V.	А если подумать?.....	83
	Думать — это немодно.....	83
	Есть ли смысл в размышлениях? .....	86
	Что такое ум .....	88
	Как разобраться в сложной ситуации .....	91
	Что такое мысль .....	94
	Мысли о сущностном и о насущном.....	96
	Тренировка сущностного мышления .....	98
VI.	Собеседник, который всегда рядом .....	103
	Нарушить тишину .....	103
	Слово упорядочивает мысль.....	106
	Слово — это помощник.....	107
	Слово как терапевт .....	109
	Врать себе непродуктивно.....	111
	Какие себе задавать вопросы? .....	113
	Как мне будет хорошо?.....	115
	Общение с собой не уничтожает одиночества .....	118
VII.	Ненависть, любовь и настройка.....	121
	Ненависть как слабость.....	121
	Любовь как пример .....	124
	Поверь и настройся .....	129
	Новое превращается в норму .....	136
<b>Часть вторая. Человек и страх.....</b>		<b>139</b>
VIII.	Страхи, которые мы выбираем.....	141
	Страх — дитя изменений .....	141
	Страх физиологический и страх социальный .....	144

Борьба со страхами.....	145
Стабильность — это Атлантида .....	149
«Домашний человек» и «человек-путешественник» .....	150
Смысл как главный враг социального страха.....	153
Потеря — это приобретение .....	156
Социальный страх нам не помощник.....	158
<b>IX. Комплексы: страх самого себя.....</b>	<b>163</b>
Себя бояться — в жизнь не ходить .....	163
Комплекс равен самовредительству.....	164
Жизнь вне сравнений .....	167
Комплекс — плохой педагог.....	168
Ближний круг:	
помощь в борьбе с комплексами.....	172
Смысл и страх: кто кого?.....	174
Отец комплексов — страх, мать — суета .....	176
Если быть рабом, то только своих желаний .....	178
<b>X. Человек и социум: выход из страха.....</b>	<b>181</b>
Государство счастья не производит .....	181
Общество открытых вопросов .....	185
Третий путь .....	188
И снова про сравнения.....	190
Свобода как счастье .....	192
Привычка — замена смысла.....	196
<b>XI. Страх и любовь.....</b>	<b>201</b>
Любовь: между раем и землей .....	201
Он, она и третий.....	203
Формула любви .....	206
Страдания — это не выход.....	210
Свобода в любви .....	213
Секс как тест .....	215
<b>XII. Страх и воспитание.....</b>	<b>223</b>
Кому принадлежат дети?.....	223
Маленькие недолюди?.....	225

## Содержание

---

Дети — это другие? .....	226
Что такое воспитание?.....	228
Поговори со мною, мама .....	230
Наказание — всегда преступление? .....	232
Спасти от школы.....	235
Призвание — призыв на Землю .....	238
<b>XIII. Страх и время .....</b>	<b>241</b>
Время — понятие конкретное .....	241
Призрак настоящего .....	243
Будущее: страх и бесстрашие.....	247
Познакомьтесь с будущим .....	249
Будущее не надо строить .....	251
<b>До свидания! .....</b>	<b>257</b>
<b>Приложения.....</b>	<b>263</b>
Приложение 1. Основные принципы психофилософии.....	265
Приложение 2. Словарь основных терминов психофилософии (дополненный и исправленный) .....	271
Список литературы .....	281