

СОДЕРЖАНИЕ

Благодарности	8
Вместо вступления.....	13
Основные принципы психофилософии.....	14
Словарь основных терминов психофилософии.....	18
I. Мы все — психологические консультанты.....	27
Кто наши шаманы?	27
Куда податься, когда плохо?	30
Три выхода в одну дверь	33
Психофилософия — это не психология	36
II. Психология: шаги из бездны.....	41
Психология лечит, а не учит.....	41
Психология. Россия. XX век	44
Великий Павлов и «невеликая психология».....	46
Психология. Россия. XXI век	48
Помогая другим — помогаешь себе	50
III. Эта ненормальная норма	53
Ремонтируем головы. Не все	53
Мир не без здоровых людей?	55
Норма — это логика	57
Психофилософия и дети	59
Соучастование в другом	61

IV. Человек — как тайна	65
Камень, который нельзя познать	65
Поддержка — не в силе, а в понимании	68
Слово — как семья.....	70
Призвание — это желание.....	72
Одной на всех логики не бывает	75
Доверчивость вместо борьбы	78
V. Перед Вами сидит центр Вселенной и плачется на жизнь	81
...И больше никакие	81
Хочу ощущать мир	84
Общение — это поиск открытий	87
Два уха и один язык	89
Глаза — проводники чувств	91
VI. Советчики и антисоветчики	95
Советы — за, советы — против.....	95
Совет да приказ	98
Расширить суженный взгляд	101
Желание — как движитель	105
Договориться: договорить себя.....	107
VII. Человек — часть энергии мира	111
Почему не прижилась мильеза.....	111
Реальность дается или строится?.....	114
Человек — не наблюдатель, а строитель	117
Реальность — это выбор	118
Мы волеем мир.....	120

VIII. Привычка менять привычки	123
Вчера или завтра?.....	123
Страдание — враг жизни.....	127
Привычки — это серьезно.....	129
Привыкни к новому	131
Без гнева и печали	134
Якоря реальности	137
IX. Выбор одиночества.....	141
Одиночество — это проблема?.....	141
Одиночество — это выбор?.....	144
Одиночество само не рождается?	147
Волшебные вопросы	148
Стеснительность равна высокомерию.....	150
X. Мы — комплексы, мы — комплексы, мы очень любим комплексы.....	155
Что случилось?	155
Комплекс внести!	157
Воспитание комплексов	160
Детские комплексы — не приговор.....	162
Стыд, стесняющий жизнь	163
Человек жив другими.....	165
Я — хороший, я — плохой... ..	169
Реализация себя	170
XI. Любовь и разговоры.....	173
Научиться любить?.....	173
Определение любви.....	175

Любовь — как познание.....	179
Секс — это тест.....	181
Любите ли Вы?.....	183
Любят ли Вас?.....	184
Финал любви.....	185
XII. Полюби себя, если не хочешь быть эгоистом.....	189
Что такое эгоизм?.....	189
Эгоизм — дитя комплексов.....	191
Настройся на любовь к себе.....	194
Жизнь и смерть внутреннего человека.....	197
В поисках горизонта.....	198
Что такое самоисповедь?.....	200
Письменные беседы.....	202
Стань себе другом.....	203
XIII. Вера — понятие конкретное.....	207
Верите ли вы в Бога?.....	207
Церковь зримая и незримая.....	209
Христианство — религия радости.....	212
Психофилософские критерии Веры.....	215
Молитва и психология.....	219
XIV. Убедитесь в своих убеждениях.....	223
Человек — это его убеждения.....	223
Убеждения — кирпичи реальности.....	225
Убеждения и свобода.....	227
Убеждения — это программа.....	230
Желание стать другим.....	232

XV. Здравствуйте, невротический человек!.....	237
Как слышите? Прием!	237
Так вот ты какой, невроз.....	239
Невротический человек — больной человек	241
Невроз — дитя дисгармонии	244
XVI. До свидания, невротический человек!	249
Расслабьтесь, все хорошо	249
Успокойтесь. Но не до конца.....	252
Желания и смысл	254
Не забывая о сознательном	258
XVII. Депрессия: враг таинственный и непонятный....	261
Состояние, а не болезнь	261
Степень печали.....	263
Движение и речь	265
Жизнь минус желания равно депрессия.....	267
Старость: заслуга или вина?.....	270
Заключение	275
Книги, вдохновившие меня	283