

Prolog	5
ROZPOZNANIE WŁASNEGO ISTNIENIA	11
Droga rozpoznania	13
Przestrzeń świadomości	17
Rozpoznanie własnej cielesności	19
POWRÓT DO DOMU	23
PIERWSZY POZIOM ZROZUMIENIA	
Sfera bezpieczeństwa i przetrwania	29
DRUGI POZIOM ZROZUMIENIA	
Sfera przyjemności, spełnienia, cierpienia i bólu	33
TRZECI POZIOM ZROZUMIENIA	
Sfera ruchu, zmiany, władzy i mocy decydowania	37
CZWARTY POZIOM ZROZUMIENIA	
Sfera wyrażania miłości do samego siebie i innych	41
PIĄTY POZIOM ZROZUMIENIA	
Sfera wyrażania prawdy i życia w prawdzie. Sfera duchowa	45
SZÓSTY POZIOM ZROZUMIENIA	
Sfera wyższej funkcji świadomości. Sfera intuicyjnego poznania	49
SIÓDMY POZIOM ZROZUMIENIA	
Sfera wyższych stanów świadomości. Sfera Boskiej Jaźni	53
ISTOTA UCIELEŚNIENIA	59
DOŚWIADCZANIE CZASU	63
MOC DUSZY	67
Kreowanie Rzeczywistości	71
DYNAMIZM CISZY – TERAZ	75
SZCZĘŚCIE I RADOŚĆ	79
SFERY CIAŁA I DUSZY	83
BOSKOŚĆ DUSZY	91
JAM JEST	92
Współ-odczuwanie	97
Jestem Miłością	101
Aneks	105