

## Inhoudsopgave

### **VENSTERS OP EEN TRANSPERSOONLIJKE WERKELIJKHEID**

- 1 Inleiding: Transpersoonlijke visies op de werkelijkheid
- 2 Een transpersoonlijk landschap
  - Plattegrond van Bewustwording
  - De macht van emoties
  - De magie van het denken
  - Leven vanuit de Ziel
  - De lange weg naar een betere wereld
  - Evolutie en Bewustzijn
- 3 Verschillende benaderingen van de Werkelijkheid
  - De veelkleurige waarheid
  - Motivatie en Levensloop
  - Visies vanuit de humanistische psychologie
  - Het transpersoonlijke mensbeeld
  - Dharma: de wetten van het leven
- 4 De persoonlijke worsteling
  - Levensopgave en Zingeving
  - Meditatie
  - Karma-yoga: ons dagelijks leven als oefening
  - De laatste fase van persoonlijke groei
  - De transformerende kracht van rouw en verlies
  - Problemen op het spirituele pad
- 5 Therapeutische Benaderingen
  - Ontoereikende hulp
  - Transpersoonlijke psychotherapie
  - Omgaan met ongewenste energieën
  - Mindfulness-meditatie als therapie
  - Praktijkvoorbeelden
- 6 Alles in een notendop