

Inhalt

Claudio Naranjo

Teil I: Wesenskern und Technik der Meditation

Einleitung	9
1. Bereich der Meditation	12
2. Konzentrative oder absorbierende Meditation	24
3. Der negative Weg	73
4. Der Weg der Überantwortung und des Selbstausdrucks	86
Epilog	122

Robert E. Ornstein

Teil II: Die Techniken der Meditation und ihre Bedeutung für die moderne Psychologie

Vorwort	127
Einleitung	129
1. Das »Abschalten« der Wahrnehmung	132
2. Esoterische und moderne Wahrnehmungspsychologie	157
3. Ein erweitertes Verständnis der menschlichen Fähigkeiten	195
Eine abschließende Betrachtung	213