

# SISUKORD

Sissejuhatus 7

## I OSA: SEISUNDID

1. Teadvusseisundite süsteemne käsitlus 15
2. Teadvuse komponendid: teadvelolek, energia, struktuurid 23
3. Konservatiivne ja radikaalne meelekäsitlus 45
4. Tavateadvuse olemus 53
5. Diskreetsed teadvusseisundid 75
6. Teadvusseisundi stabiliseerimine 91
7. Muutunud seisundite esilekutsumine: magamaminek, hüпноos, meditatsioon 99
8. Alasüsteemid 123
9. Individuaalsed erinevused 189
10. Muutunud seisundite esilekutsumine farmakoloogiliste vahenditega 197
11. Sisemiste seisundite vaatlemine 209
12. Identiteediseisundid 217
13. Süsteemse lähenemise rakendamise strateegiad 227
14. Teadvusseisundi sügavuse dimensioon 241
15. Seisundispetsiifiline suhtlemine 265
16. Seisundispetsiifilised teadused 273
17. Kõrgemad teadvusseisundid 303

## II OSA: MÕTTEARENDEUS

18. Nagu ülal, nõnda all: viis füüsika ja psühholoogia  
põhiprintsiipi 319
19. Tavateadvus kui illusiooniseisund 337
20. Illusioonist vabanemine 355

KIRJANDUS 375

REGISTER 389