

# Содержание

Молитва о мире . . . . .	3
Предисловие. Истинный смысл жизни . . . . .	7
Введение. Время встречать рассвет . . . . .	14
<b>ПРОСВЕТЛЕНИЕ — YULN'YO . . . . .</b>	<b>23</b>
Просветление как истинное Я . . . . .	24
Просветление как истинная любовь . . . . .	34
Yuln'yo . . . . .	44
Революция просветления . . . . .	52
История из жизни — прогулка по снегу . . . . .	54
<b>ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ПРОСВЕТЛЕНИЕ —</b>	
<b>ДЫХАНИЕ МОЗГА . . . . .</b>	<b>57</b>
Зачем нам просветление? . . . . .	58
Информация делает из нас тех, кто мы есть . . . . .	68
Три элемента мозга . . . . .	76
Просветление как физиологический феномен . . . . .	81
Тренировка, развивающая чувствительность . . . . .	85
Путешествуем в мозговой ствол через вибрацию . . . . .	87
Индивидуальное просветление . . . . .	90
История из жизни — смерть друга . . . . .	92
<b>ГРУППОВОЕ ПРОСВЕТЛЕНИЕ —</b>	
<b>ОБЩЕСТВО НОВЫХ ЛЮДЕЙ . . . . .</b>	<b>95</b>
Все это было . . . . .	96
Именно людям придется проделать всю работу . . . . .	100

---

Кто такой новый человек? . . . . .	103
Истинная демократия. . . . .	106
История из жизни — пробуждение внутренней силы ци . . . . .	109
<b>ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ ПРОСВЕТЛЕНИЕ — ДУХОВНО-КУЛЬТУРНОЕ ДВИЖЕНИЕ . . . . .</b>	<b>115</b>
Все, что нам нужно делать, — хорошо относиться друг к другу . . . . .	116
Измените мозг, измените мир . . . . .	118
История из жизни — двадцать одна бессонная ночь. . . . .	122
Об авторе . . . . .	125