



Indice

Disclaimer	3
Info copyright	4
Introduzione - <i>Lo sbocciare della propria autentica natura</i>	5

FASE 1 - La Progettazione del Giardino

La chiave d'accesso - <i>Disporsi allo sguardo interiore</i>	11
La veduta panoramica - <i>Aprire gli occhi sul proprio presente</i>	32
La compagnia del giardinaggio - <i>Familiarizzare con i propri molteplici aspetti</i>	50
Il Guardiano dei 4 Sentieri - <i>Gestire i livelli dell'esperienza umana</i>	68
La raccolta dei fiori selvatici - <i>Riconoscere il proprio potenziale naturale</i>	197
Il Giardino dei sogni - <i>Rivolgere lo sguardo al futuro</i>	268

FASE 2 - La Realizzazione del Giardino

L'avvio dei lavori - <i>Dare inizio al processo di rinnovamento</i>	296
La recinzione del Giardino - <i>Definire e far rispettare i propri confini</i>	311
La sosta nel Labirinto - <i>Affrontare con obiettività ostacoli ed imprevisti</i>	337

FASE 3 - La Manutenzione del Giardino

Il capanno degli attrezzi - <i>Affinare e mettere a frutto i propri strumenti</i>	355
La cura quotidiana - <i>Praticare una costante pulizia interiore</i>	434
Il Giardino nel mondo - <i>Camminare le proprie parole</i>	461
Note bibliografiche - <i>Fonti di ispirazione</i>	476
Nota per il lettore	484