

# Indice

1. L'arte di coltivare l'esserci	9
2. Il lavoro del cuore	15
3. Nel tempo	21
4. Trasformare l'orizzonte del sentire	29
Dalla riflessione filosofica	31
Dall'indagine psicologica	52
5. La comprensione riflessiva	57
6. L'essenza della vita affettiva	69
I modi del sentire	69
Gli atti del sentire	85
Il sentimento vitale	109
7. Il metodo dell'autocomprensione affettiva	117
Esaminare il sentire	117
Il metodo dell'autodescrizione	128
Conoscenza eidetica e conoscenza personale	132
La parola fedele al dato	141
8. Comprendere il difficile dell'esperienza	145
Osservare e accettare	145
La misura della comprensione	151
Bibliografia	163