

OBSAH

PODĚKOVÁNÍ	7
PŘEDMLUVA	9

ČÁST PRVNÍ

CESTA DOVNITŘ

1. VKROČENÍ DO BRÁNY	13
2. OVLÁDÁ NÁMOŘNÍK MOŘE?	24
3. POHYB V PROSTORU MYSLI	33
4. PŘEKONÁNÍ FREUDOVA PRINCIPU SLASTI.....	45
5. NEZÁVISLÍ ČINITELÉ A HLAS NEVĚDOMÍ.....	56
6. TÓNY POCITŮ A KONTROLNÍ KOMISE.....	69
7. ZKUŠENOSTI SE SVĚTLEM VĚDOMÍ.....	79
8. KONTAKT SE SKRYTÝM POZOROVATELEM SNĚNÍ.....	88
9. PĚT STUPŇŮ LUCIDNÍHO SNĚNÍ.....	97

ČÁST DRUHÁ

ZKOUMÁNÍ DUŠE

10. VYTVÁŘENÍ SNOVÉ REALITY.....	109
11. MNOHOTVÁRNOST SNOVÝCH POSTAV	124
12. HLEDÁNÍ INFORMACÍ.....	137
13. JAK LÉČIT SEBE I DRUHÉ	152
14. VĚDOMÁ KOMUNIKACE POMOCÍ TELEPATIE.....	169
15. POHLEDY DO BUDOUCNOSTI: PROROCKÉ LUCIDNÍ SNY ...	180
16. SPOLEČNÉ LUCIDNÍ SNĚNÍ	200

17. KONTAKTY SE ZEMŘELÝMI.....	219
18. SJEDNOCENÉ JÁ V PROPOJENÉM VESMÍRU	235
PŘÍLOHA A: ČASTO KLADENÉ OTÁZKY	249
PŘÍLOHA B: TIPY A TECHNIKY.....	254
POZNÁMKY	271
BIBLIOGRAFIE	286