

# Obsah

<i>Poděkování</i>	5
<b>1. Kapitola</b>	
Začátek	6
Jak používat tuto knihu	11
<b>2. Kapitola</b>	
Životní cyklus	16
<b>3. Kapitola</b>	
Návrat zpět	47
Úžasné vzpomínky z dětství	54
Karma a ponaučení	57
<b>4. Kapitola</b>	
Vytváření láskyplných vztahů	62
Uvědomujte si více sami sebe i ostatní	65
Prohlubujte ve vztahu lásku a porozumění	72
<b>5. Kapitola</b>	
Odstranění překážek bránících prožívat štěstí a radost	86
Zbavte se hněvu	89
Zbavte se strachu a otevřete mysli	92
Zbavte se nejistoty	99
Bezpečí vašeho duchovního domu	102
<b>6. Kapitola</b>	
Porozumění léčí	104
Rozpomeňte se a naleznete klíč ke štěstí v současném životě	110
Rada vašemu srdci: každý den	

je třeba prožít pocity radosti a štěstí	123
Uvědomění	127
<b>7. Kapitola</b>	
Láska a soucit	132
Neočekávejte žádnou odměnu	135
Soucit	135
<b>8. Kapitola</b>	
Proměna světa	138
Odmítněte násilí a nenávisť	143
<b>9. Kapitola</b>	
Nalezení světla	147
Jiné dimenze	157
<b>10. Kapitola</b>	
Léčitelé	160
<b>11. Kapitola</b>	
Učitelé	174
<b>12. Kapitola</b>	
Senzibilové a média	180
<b>13. Kapitola</b>	
Mimořádná poselství	190
<b>14. Kapitola</b>	
Překročení sebe samých	210
Skupinové cvičení	213
Psychometrie	216
Snímání energie	217
Krátká vizualizační cvičení	218

**15. Kapitola**

Bůh a náboženství 224

**16. Kapitola**

Hledání cesty domů 230

**Příloha A**

Společné duchovní hodnoty 232

Odpovědnost za své činy 232

Odpuštění 233

Mír a láska 233

Zlaté pravidlo 236

Duchovní hodnoty 237

Nesmrtelnost 239

Univerzální Bůh 240

**Příloha B**

Delší meditační cvičení 242

Meditace 1: Dveřmi do minulých životů 243

Meditace 2: Léčivá meditace s delfíny 249

*O autorovi* 254