

Obsah

Úvod 7

Část první: Porozumění a příprava

- 1 Příprava na astrální projekci I:
Relaxace a meditace 15
- 2 Příprava na astrální projekci II:
Čakry a další „tajemství“ 37
- 3 Bezpečnost cestování
a překonání strachu 59
- 4 Klíče k úspěchu 84

Část druhá: Šest metod astrální projekce

- 5 První metoda astrální projekce:
Celkový přenos vědomí 103
- 6 Druhá metoda astrální projekce:
Dosažení projekce prostřednictvím čaker . . . 119
- 7 Třetí metoda astrální projekce:
Meditace k astrálnímu oddělení 129

8	Čtvrtá metoda astrální projekce: Řízená meditace	138
9	Pátá metoda astrální projekce: Použití symbolických bran	157
10	Šestá metoda astrální projekce: Vystoupení ze sna	176

Část třetí: Další krok

	Úvod do třetí části: Zpochybnění mezí	195
11	Nahlížení do akášických záznamů	197
12	Léčení na dálku	205
13	Kreativní vizualizace	215

Část čtvrtá: Dodatky

	<i>Slovníček</i>	231
	<i>Seznam literatury</i>	238