

# Obsah

## Kapitola 1 | ÚVOD 13

Přehled toho, co očekávat od této knihy i od sebe sama. Popis duchovní schopnosti. Kdo jste a jak zapadnout do schématu věcí. Vaše vrozená práva a povinnosti. Tyto záležitosti budeme zkoumat jako přípravu na duchovní výcvik. Zcela jistě máte vlastní osud pod kontrolou. Říká se tu, jak můžete nastavit svůj život do směru, který sami chcete. Jedna případová studie o základní duchovní zkušenosti.

## Kapitola 2 | ZMĚNĚNÉ STAVY VĚDOMÍ 29

Definuje změněné stavy vědomí. Rozebírá, jak těchto změněných stavů vědomí můžete dosáhnout a využít je k obohacení vlastního života. Vezme vás na exkurzi po vlastní mysli. Jedno cvičení.

## Kapitola 3 | ZBYSTŘENÍ PRVNÍCH PĚTI SMYSLŮ 42

Série šesti cvičení k duchovnímu zcitlivění vidění, slyšení, hmatu, čichu a chuti. Čtyři případové studie, které ukazují duchovní využití smyslů.

## Kapitola 4 | DOSAŽENÍ ZÁKLADNÍ DUCHOVNÍ ÚROVNĚ 67

Výcvik mysli pro dosažení duchovních úrovní. Čtyři cvičení k duchovnímu vytváření barev, tvarů a pohybu, poté prohloubení vaší duchovní úrovně na vaši základní duchovní operační úroveň. Jedna případová studie.

## Kapitola 5 | DUCHOVNÍ ŠTÍT 77

Vytvoření duchovního štítu k ochraně před nežádoucím naprogramováním vaší mysli zvnějšku. Jedno cvičení a jedna případová studie.

**Kapitola 6 | JAK NABÝT DUCHOVNÍCH SCHOPNOSTÍ** 87

Popisuje povinnosti a také potenciální pasti, které na vás číhají, když nabydte duchovních schopností. Jednoduše, ale výstižně popisuje, jak přesně naprogramovat svou mysl, abyste mohli fungovat na duchovní úrovni. Jedno cvičení a dvě případové studie.

**Kapitola 7 | VIZUALIZACE** 104

Využití základní duchovní úrovně k rozvoji vizualizačních schopností. Tři cvičení a dvě případové studie.

**Kapitola 8 | DUCHOVNÍ LÉČENÍ** 113

Naučíte se zkoumat lidské tělo v nitru tím, že bude zkoumat své vlastní tělo. Pokyny k duchovnímu léčení. Jedno cvičení a jedna případová studie.

**Kapitola 9 | VYTVOŘENÍ SCHÉMATU DUCHOVNÍCH CÍLŮ** 120

Jak si vytvořit cíle duchovně jedinečným způsobem, který skutečně funguje. Jedno cvičení a čtyři případové studie.

**Kapitola 10 | JASNOZŘIVOST** 133

Rozebírá jasnozřivost a prorocké schopnosti. Čtyři cvičení na věštění k otestování a rozvoji vašich jasnozřivých schopností. Jedna případová studie.

**Kapitola 11 | TELEPATIE** 147

Rozebírá vysílání a přijímání mentálních informací. Jedno cvičení.

**Kapitola 12 | PSYCHOMETRIE** 150

Rozebírá vnímání informací fyzickým dotekem. Jedna případová studie a jedno cvičení.

- Kapitola 13 | ASTRÁLNÍ CESTOVÁNÍ 160  
Stručné shrnutí cestování mimo tělo. Jedna případová studie.
- Kapitola 14 | PLÁŽ ČASU 163  
Vytvoření zvláštního duchovního místa, kde můžete provádět duchovní práci v současnosti, minulosti či budoucnosti. Poradíte se s kosmickým vědomím, duchovními průvodci a strážnými anděli. Sedm cvičení.
- Kapitola 15 | KOMUNIKACE S LIDMI 173  
Jak jednat s lidmi na duchovní úrovni. Tři případové studie obsahující cvičení.
- Kapitola 16 | KOMUNIKACE S ENTITAMI 177  
Jak komunikovat s entitami. Jedna případová studie a jedno cvičení.
- Kapitola 17 | KOMUNIKACE SE ZVÍŘATY 184  
Jak duchovně komunikovat se zvířaty. Jedno cvičení.
- Kapitola 18 | ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ 186  
Čtyři unikátní postupy pro řešení problémů obecně. Čtyři cvičení.
- Kapitola 19 | VÁŠ ALARM 191  
Jak naprogramovat a využívat duchovní alarm pro své bezpečí a pohodu. Jedna případová studie a jedno cvičení.
- Kapitola 20 | DUCHOVNÍ DOPRAVNÍ SITUACE 194  
Jak využít svou duchovní mysl, abyste se bezpečně vyhnuli vozidlům při jízdě po dálnicích. Jedna případová studie a jedno cvičení.

- Kapitola 21 | DUCHOVNÍ BUDÍČEK 198  
Jak si nastavit a používat duchovní budíček. Jedno cvičení.
- Kapitola 22 | REZERVACE PARKOVACÍHO MÍSTA 201  
Jak využít svých duchovních schopností při hledání vhodného parkovacího místa. Jedna případová studie a jedno cvičení.
- Kapitola 23 | OVLÁDÁNÍ MIKROSPÁNKU 204  
Využití duchovních schopností, abyste neusnuli při jízdě, během přednášky, v práci a tak dál. Jedno cvičení.
- Kapitola 24 | ZDOKONALENÍ DOVEDNOSTÍ 206  
Jak zdokonalit jakékoli dovednosti za použití vrozených duchovních schopností. Jedno cvičení.
- Kapitola 25 | ČETBA/STUDIUM 208  
Využití duchovní mysli pro mimořádné porozumění při četbě, studiu, na přednáškách. Rozebírá také plán pokračujícího studia duchovních a podobně zaměřených záležitostí. Jedno cvičení.
- Kapitola 26 | SHRNUTÍ A POHLED KUPŘEDU 214  
Srozumitelné shrnutí pojmů a praxe duchovně rozvitého jedince. Upozorňuje na některé pasti a nástrahy. Přináší rady do budoucna. Zamýšlí se nad tím, co může budoucnost přinést praktikujícímu médiu. Dvě případové studie.