

# OBSAH

Slovo nakladatele a překladatele .....	8
Předmluva ke sborníku .....	9
<b>1. PODLE MATERIÁLŮ RETREATU V ODĚSE .....</b>	<b>11</b>
Předmluva .....	12
Varování .....	13
<b>První den</b>	
O našich problémech, otázkách a cílech .....	14
<i>Co víme a co nevíme o svém životě. Kdo jsem já?</i>	
<b>Druhý den</b>	
Práce se spodním tantienem .....	29
<i>Aktivace energetické kuličky. O vědomí a nevědomí</i>	
<i>Co je nejlepší cvičit pro zvládnutí chorob</i>	
<b>Třetí den</b>	
Etapy uvolnění a vstup do Prázdnoty .....	40
<i>O fenoménech. Etapy vstupu do Pauzy</i>	
<i>O aktivaci týlních částí mozku</i>	
<b>Čtvrtý den</b>	
O otevření srdce .....	50
<i>Negativní a pozitivní charakter</i>	
<i>Jak se stát Buddhou nebo Bohem</i>	
<i>O dýchání k dosažení Pauzy</i>	
<b>Pátý den</b>	
Co je třeba pro pochopení sebe .....	56
<i>Procvičování energie v tantienech</i>	
<i>Různé formy života. O duši a karmě</i>	
<b>Šestý den</b>	
O otevření středního a horního tantieny .....	69
O emocích .....	74
<i>Jak uvidět odpověď. Na čem závisí naše emoce</i>	
O úrovních ducha a formách života .....	83
<i>O vycestování duše, vědomí a o snění</i>	
<b>Sedmý den</b>	
O energii a duši .....	90
<i>Tři úrovně energie a jejich vzájemný vztah s duší</i>	
Pohled do budoucnosti .....	97

<b>2. PODLE MATERIÁLŮ RETREATU V KYJEVĚ</b> .....	101
Předmluva .....	102
<b>První den</b>	
O retreatu: naše úkoly a cíle .....	103
<b>Druhý den</b>	
O léčení a samoléčení .....	112
<i>O typech pacientů. O přístupech k samoléčení</i>	
<b>Třetí den</b>	
Jaká cvičení cvičit .....	118
<i>Jak vybírat cvičení pro praxi. Bigu š'čchi</i>	
O duši, obnově a reprodukci .....	123
<i>Formy obnovy živého. Život v jiných světech z hlediska Jin a Jang</i>	
<i>O štěstí a utrpení. Jak rozvíjet ducha</i>	
<b>Čtvrtý den</b>	
O formách života .....	134
<i>Funkce duše a struktura těla</i>	
<i>O životním cyklu a různých světech. Druhé srdce</i>	
<b>Pátý den</b>	
O emocích .....	147
<i>Kde je paměť. Jak čistit srdce</i>	
<i>O Velké moudrosti. O mantrách</i>	
<b>Šestý den</b>	
O vnímání světa .....	158
<i>Filozofické přístupy. O získávání informací</i>	
<i>Spojení vědomí a energie</i>	
<b>Sedmý den</b>	
O duchovních problémech .....	171
<i>O negativních emocích. O Pravdě. Praxe manter</i>	
<b>Osmý den</b>	
O rozporuplnosti světa .....	184
<i>O Chu-Fa. Kdo ve Vesmíru ovládá energii a hmotu</i>	
<b>Devátý den</b>	
O současných a budoucích projektech .....	190
<i>Příprava odborníků. Výzkumy. Technologie výuky</i>	
O energii, citech a emocích .....	199
<i>Co nás motivuje k praxi</i>	
<i>O soucitu Velkých Mistrů</i>	
<i>O připravenosti k vnímání. Proč se cvičí mantry</i>	
<b>Desátý den</b>	
O vnitřní podstatě člověka .....	209
<i>O praxi upevnění svých kořenů</i>	
<i>Učitelé vyšších a nižších světů. O sexu</i>	