

# OBSAH

Úvod . . . . .	9
Kapitola 1 / Požadavky pro astrální cestování . . . . .	22
Kapitola 2 / Několik definic . . . . .	32
Kapitola 3 / Neúmyslné astrální cestování . . . . .	41
Kapitola 4 / Začínáme . . . . .	61
Kapitola 5 / Astrální svět . . . . .	71
Kapitola 6 / Vaše první astrální cesta . . . . .	83
Kapitola 7 / Pokročilé astrální cestování . . . . .	92
Kapitola 8 / Objevování jiných světů . . . . .	104
Kapitola 9 / Další metody astrálního cestování . . . . .	112
Kapitola 10 / Astrální cestování ve spánku . . . . .	145
Kapitola 11 / Cestování v párech . . . . .	157
Kapitola 12 / Astrální cestování ve skupině . . . . .	171
Kapitola 13 / Experimenty se vzdáleným pozorováním . . . . .	184
Kapitola 14 / Astrální cestování a numerologie . . . . .	191
Kapitola 15 / Závěr . . . . .	198
Dodatek / Meditace čaker. . . . .	200
Poznámky . . . . .	206
Slovník . . . . .	214
Doporučená četba . . . . .	218
O autorovi. . . . .	220