

Obsah

| | |
|--|----|
| <i>Úvodem</i> | 7 |
| První meditace | 9 |
| Meditující se snaží dospět k pravdivé představě o fyzickém těle | |
| Druhá meditace | 17 |
| Meditující se snaží dospět k pravdivé představě o elementárním neboli éterném těle | |
| Třetí meditace | 23 |
| Meditující se snaží dospět k představám o jasnovidném poznávání elementárního světa | |
| Čtvrtá meditace | 30 |
| Meditující se snaží dospět k představě o „strážci prahu“ | |
| Pátá meditace | 37 |
| Meditující se snaží dospět k představě o „astrálním těle“ | |
| Šestá meditace | 42 |
| Meditující se snaží dospět k představě o „jáském“ neboli „myšlenkovém těle“ | |
| Sedmá meditace | 50 |
| Meditující se snaží dospět k představám o povaze prožívání v nadsmyslových světech | |
| Osmá meditace | 59 |
| Meditující se snaží dospět k představě o zření opakovaných pozemských lidských životů | |
| <i>Doslov k novému vydání z roku 1918</i> | 64 |
| <i>Poznámka k novému českému vydání a k překladateli</i> | 69 |