

Obsah

Úvod / 11

1 / Kontrola a směřování vašeho osudu / 16

Lidé vizualizují vědomě i nevědomky. Vizualizace je kreativní. Vizualizujte to, co si přejete. Všechny roviny vašeho já budou spolupracovat. Východní mystika a jeskynní člověk: obraz, akce, zpěv. Živá představivost? Propojte ji s realitou. Kdy mluvit, kdy být zticha. Jak začít. Pomoci může snění s otevřenýma očima: přemýšlejte o tom, co chcete nejvíc na světě. „Vidění“ zapamatovaného obrazu. Užitečné pomůcky. Vizualizujete myslí, nikoli očima.

2 / Kruh síly / 37

Napětí je přirozeným předstupněm akce. Nevyřešené napětí je nepřítel, takže rozvíjejte relaxaci pro vnitřní pokrok a zdraví těla. Tajemství jogína. Kreativní plán relaxace. Vaše skutečné já je čirá radost. Kruh síly: větší tělesné uvědomění a relaxace. Rytmické dýchání, nezbytný průvodce kreativní relaxací.

3 / Vaše skvělá budoucnost / 56

Organizace postupů kreativní vizualizace. Vyzískejte maximální pomoc ze subracionálních vrstev psyché, nepřenechejte jim však kontrolu. Vyšší já, které by mělo kontrolovat a směřovat racionální mysl. Naše potřeba vědomí, že jsme integrální součástí vesmíru. Plánujte budoucnost radostně a zpívejte o ní.

4 / Životodárný proud / 68

K úspěšné kreativní vizualizaci je třeba pochopit skutečný zdroj mnoha potřeb. Čtyři roviny lidské existence a vnějšího vesmíru: božská, mentální, astrální, materiální. Interakce všech rovin. Vytvoření kanálu božské síly. Pomíjivost změn způsobených pouze astrálními prostředky. Nepotlačujte vzývání vyšších sil skrytými pocity viny. Etika kreativní vizualizace. Učení Nového zákona. Význam peněz. Vyšší já. Přitáhněte sílu a nabijte se její mocí.

5 / Duchovní hojnost / 89

Pracujte s jedním duchovním zdrojem zásob, ne s více materiálními zdroji. Cíl, který vizualizujete, je v okamžiku váš: astrálně, mentálně, duchovně. Materiální realizace přijde. Proč jste varováni, abyste nevizualizovali materiální zdroj zásob. Další chyby, kterým se musíte vyhnout. Uvědomujte si stále existenci svého duchovního zdroje zásob. Zpěv zahání strach.

6 / Po schodech k úspěchu / 105

„Nic neuspěje tak jako úspěch.“ Nepokoušejte se své tajemství vysvětlovat: jen ozřejměte, co pro vás dělá. Představivost ostatních lidí vám dále pomůže k úspěchu, pokud se tito lidé budou s vámi identifikovat. Technika nabití a Metoda mistra: jejich využití v kreativní vizualizaci pro pomoc sobě i druhým. Provozování „obráceného věštění“ prostřednictvím Techniky nabití.

7 / Hvězda a násobení / 132

Méně významné techniky kreativní vizualizace jsou méně jisté než Metoda mistra, protože nejsou tak komplexní, přesto mohou ale být poměrně mocné. Jejich obzvláštní hodnotu oceníte, když potřebujete pořád ještě procvičovat základy. Mezi výhody Techniky hvězdy patří to, že s sebou nese příležitosti. Technika hvězdy a jak ji používat. Co se stane, když už máte něco z toho, co potřebujete, ale je to nějakým způsobem nedostačující. Prozkoumání „tajemství“. Technika násobení.

8 / Nebojte se moci / 150

Kreativní vizualizace pro cíle, které není snadné vizualizovat. Budujte vnější pozitiva i vnitřní rozvoj vyrovnaně, abyste si užili obojího. Zvláštní hodnota kreativní relaxace. Program k odstranění návyku: například jak přestat kouřit. Kreativní vizualizace pro lepší paměť: proslovy, divadlo, fakta. Memorování slov versus memorování významů. Všeobecná roztržitost. Co je gizmo? Rodinné narozeniny – elementární astrologie může změnit „slova“ ve „významy“.

Příloha A: Ukončení procesu kreativní vizualizace / 173

Když v kreativní vizualizaci uspokojivě dosáhneme jednoho cíle a vědomá mysl se rozhodne pro další cíl, následuje ji obvykle emocionálně-instinktivní podstata. Proč tomu tak vždycky nemusí být. Techniky pro efektivní ukončení procesu kreativní vizualizace, když je to nutné. Využití této techniky k zastavení vizualizace obrazu, který se mimovolně vytvořil.

Příloha B: Aby ostatní chápali vaši vizi / 181

Měli byste umět pomoci druhým lidem, aby pochopili vaši vizi a jednali podle ní. Učitelé, kazatelé, politici, právníci, školitelé a spousta jiných, pro něž je tato schopnost životně důležitá, začínají tím, že se při kreativní vizualizaci snaží být co nejvíc pozitivní a dynamičtí. Nestůjte v cestě obrazu, který chcete vytvořit. Lidé zavírají dveře racionální mysli; nemohou ale zavřít dveře své emocionálně-instinktivní podstaty. Způsob, jak si vydobýt spravedlivé slyšení. Etika přesvědčování. Jak neetické přesvědčování selhává. Co vizualizovat a jak o tom mluvit.

Příloha C: Jasně světlo vědění / 192

Moudré texty, které vám pomohou osvojit si kreativní vizualizaci a motivaci k ní.

Příloha D: Kreativní vizualizace při modlitbě a uctívání / 198

Kreativní vizualizace snadněji přichází ke stoupencům víry s již zažitými obrazy. Jak vytvořit osobní modlitbu a rituály uctívání. Vztah mezi obrazem a duchem. Výstavba oltáře. Kroky k rozvoji rituálu modlitby. Využití zprostředkovatelské bytosti. Udržení pozornosti na konkrétním božstvu.

Příloha E: Zachování zdraví / 208

Můžete využít kreativní vizualizaci k tomu, abyste si zachovali zdraví. Kreativní vizualizace a kontrola váhy. Kreativní vizualizace vám může dopomoci k hlubšímu spánku, který přináší odpočinek. Hlubší mysl je mocným nástrojem, který je třeba ovládat přímou racionální myslí. Správné dýchání je základ.