

OBSAH

Úvod.....	7
1. Kdo jsou vysoce citliví lidé?	11
2. Jak číst tuto knihu	16
Tři období života	18
Trojrozměrná místnost - vidění hloubky.....	32
Aura plamene svíčky.....	33
Rozostření pohledu.....	34
3. Naše jemnohmotná těla	36
Éterické tělo	37
Pozice vestoje podle tchaj-ti	49
Čas a délka	49
Éterické ruce	53
Emoční tělo	55
Odložte světelný sloupec.....	66
Vypínání všeho nepodstatného, čemu věnujete pozornost	67
Vyvažování mužských a ženských energií	69
4. Principy cvičení	97
Udržujte vše až hloupě jednoduché	97
Každá praxe musí být trvalá	98
Princip rezonance	99
Cykly energetických potenciálů	100
Žádná očekávání a svěží začátky	102
Princip pozornosti	103
5. Dovedné zacházení s energiemi	124
Procházka v parku	133
Bezděčné dýchání	134
Pročišťování emocí	136
6. Alfa vlny	139
Deník	151
Caj mudra	153
7. Energetické pročišťování.....	156
Doslov	165
Zdroje.....	170
O autorovi.....	171