

# Obsah

Poděkování	7
Úvod	9
<b>Část I: Chápat</b>	<b>15</b>
Kapitola 1: Kosmický hologram	17
Kapitola 2: Harmonie stvoření	32
Kapitola 3: Věřit znamená vidět	48
Kapitola 4: Principy vesmíru	63
<b>Část II: Cítit</b>	<b>81</b>
Kapitola 5: Ztělesnění harmonie vesmíru	83
Kapitola 6: Výdech...	100
Kapitola 7: Živoucí Země	111
Kapitola 8: Kosmické vlny	130
<b>Část III: Být</b>	<b>147</b>
Kapitola 9: Duchovní uzdravení skrze srdce	149
Kapitola 10: Cesta hrdiny ducha a světla	175
Kapitola 11: Společenství	192
Kapitola 12: Obnova	206
Kapitola 13: Domov	222
Dodatek 1: Dechová cvičení	225
Dodatek 2: Meditace osobnostních čakr	228
Dodatek 3: Meditace univerzálního srdce a zemní hvězdy	231
Doporučená četba	235