

OBSAH

Předmluva vydavatele k vydání u příležitosti
desetiletého výročí první publikace 7

Předmluva vydavatele k prvnímu vydání 9

Autorův úvod k vydání u příležitosti
desetiletého výročí první publikace 11

Poděkování 12

Úvod do astrální dynamiky 13

I. ČÁST: PRVKY PROJEKCE

KAPITOLA 1. Teorie dimenzí 17

KAPITOLA 2. Projektovaný dvojník 25

KAPITOLA 3. Neuvěřitelný efekt rozdělení mysli 35

KAPITOLA 4. Astrální zrak 54

KAPITOLA 5. Ochromení v bdělém stavu 59

KAPITOLA 6. Mimotělní zážitky a vnímání 67

KAPITOLA 7. Vaše vyšší já a vy 72

II. ČÁST: NOVÉ ENERGETICKÉ POSTUPY

KAPITOLA 8. Vy a vaše energetické tělo 81

KAPITOLA 9. Vedení energie 99

KAPITOLA 10. Práce s primárními energetickými centry 117

KAPITOLA 11. Problémy při práci s energií 130

III. ČÁST: ZÁKLADNÍ SCHOPNOSTI

KAPITOLA 12. Hluboké fyzické uvolnění	147
KAPITOLA 13. Zkrocení mysli	154
KAPITOLA 14. Dosažení změněného stavu	159

IV. ČÁST: PROJEKCE A TECHNIKA

KAPITOLA 15. Přípravy na projekci	173
KAPITOLA 16. Cvičení a techniky OBE	181
KAPITOLA 17. Další OBE techniky a variace	197
KAPITOLA 18. Problémy během projekce	204
KAPITOLA 19. Překonání efektu rozdělení mysli	216
KAPITOLA 20. Lucidní snění a mimotělní zážitky	234
KAPITOLA 21. Astrální forma v pohybu	253

V. ČÁST: AKÁŠICKÁ SPOJITOST

KAPITOLA 22. Astrální pláně	265
KAPITOLA 23. Propojení šňůrami	289
KAPITOLA 24. Akášické záznamy	294
KAPITOLA 25. Astrální vítr	300

VI. ČÁST: ZVLÁŠTNÍ ASTRÁLNÍ JEVY

KAPITOLA 26. Mimotělní zážitky a kolísání reality	317
KAPITOLA 27. Vyšší dimenzionální úrovně	324
KAPITOLA 28. Astrální bytosti a divoká příroda	331
KAPITOLA 29. Problémy spojené se strachem a jejich řešení	339
KAPITOLA 30. Astrální zvuky a věci, které v noci způsobují leknutí	348
KAPITOLA 31. Spolupráce s vyšším já	356

Několik slov na závěr	359
Seznam použité literatury	362
Internetové zdroje	364
O autorovi	365
Rejstřík	367