

# Obsah

<b>Poděkování</b>	3
<b>Najdi v sobě dokonalého terapeuta</b>	4
<b>Úvod</b>	5
<b>Kapitola 1. Přirozenost exteriorizace</b>	10
<b>Kapitola 2. Spontánní exteriorizace</b>	20
<b>Kapitola 3. Navození exteriorizace a strategie jejího řízení</b>	24
Exteriorizace levitací	30
Procházka	32
Zrcadlová představa	34
Technika volného pohybu	36
<b>Kapitola 4. Exteriorizace a ESP</b>	39
Telepatie v mimotělesném stavu	42
Duchovní telepatický systém	44
Jasnozřivost v mimotělesném stavu	47
Duchovní náhled	47
Prekognice v exteriorizovaném stavu	50
Osobní vhled	51
Vesmírný vhled	53
<b>Kapitola 5. Exteriorizace a psychokineze</b>	56
Jezero psychokinetické energie	57
Duchovní psychokinetická strategie	59
Strategie psychokinetického přenosu léčivé energie	61
<b>Kapitola 6. Exteriorizace a spánek</b>	64
Přechodné cestování	65
Duchovní let	66
<b>Kapitola 7. Exteriorizace v poradenství a psychoterapii</b>	69
Terapie duchovními sférami	70
Duchovní regresní terapie	72
Technika křišťálové koule	74
Technika sexuální záměny	76
<b>Kapitola 8. Exteriorizace a zkušenosti z minulých životů</b>	81
Hypnoticky navozená exteriorizace	90
Technika vhledu do minulých životů	90
Praxe	93

Cesty do minulých životů . . . . .	100
Praxe . . . . .	103
<b>Kapitola 9. Exteriorizace a vyšší sféry . . . . .</b>	<b>112</b>
Duchovní průzkum . . . . .	118
Průzkum fialové sféry . . . . .	120
Využití modré sféry . . . . .	121
Využití zelené sféry . . . . .	122
Využití žluté sféry . . . . .	123
Využití oranžové sféry . . . . .	124
Využití červené sféry . . . . .	124
Využití duchovního průzkumu . . . . .	126
<b>Kapitola 10. Exteriorizace v laboratoři . . . . .</b>	<b>128</b>
Exteriorizace a elektrografie . . . . .	128
Exteriorizace a vnímání . . . . .	131
Studium exteriorizace . . . . .	132
Fyziologie exteriorizace . . . . .	134
Exteriorizace a spánek . . . . .	134
Exteriorizace během spánku . . . . .	136
Samovolně navozené exteriorizace: přehled úspěšných subjektů . . . . .	138
Spontánní a navozená exteriorizace: Srovnávací analýza . . . . .	140
Navozené exteriorizace: Vlivy minulých zkušeností . . . . .	142
Exteriorizace a schopnost předvídání . . . . .	144
Exteriorizace a zkušenost blízkosti smrti . . . . .	146
<b>Kapitola 11. Sedmidenní program výcviku v exteriorizaci . . . . .</b>	<b>149</b>
První den . . . . .	149
Duchovní meditace . . . . .	150
Cesta na Měsíc . . . . .	150
Cestování tělem . . . . .	150
Tvůrčí představivost . . . . .	151
Druhý den . . . . .	151
Exteriorizace levitací . . . . .	151
Exteriorizace ve změněném stavu vědomí . . . . .	152
Třetí den . . . . .	153
Čtvrtý den . . . . .	155
Pátý den . . . . .	156
Šestý den . . . . .	160

Sedmý den . . . . .	161
Využití fialové sféry . . . . .	163
Využití modré sféry . . . . .	163
Využití zelené sféry . . . . .	164
Využití žluté sféry . . . . .	164
Využití oranžové sféry . . . . .	164
Využití červené sféry . . . . .	164
<b>Kapitola 12. Závěr . . . . .</b>	<b>166</b>
<b>Stručný slovníček některých výrazů . . . . .</b>	<b>167</b>