

OBSAH

| | |
|----------------------------|----|
| Předmluva k českému vydání | 9 |
| Úvodní slovo | 11 |

ČÁST 1: POUTNÍK 13

| | |
|-------------------------------------|----|
| Příprava je nutná | 16 |
| Život, smrt a znovuzrození | 18 |
| Přeměna hmoty | 20 |
| Přeuspořádání jemné hmoty | 24 |
| Panorama života | 30 |
| První vteřina: Moje vize | 31 |
| Druhá vteřina: Mé činy | 34 |
| Třetí vteřina: Můj rozsudek | 38 |
| Pochopit, pustit a rozloučit se | 39 |
| Poslední příprava na cestu | 46 |
| Sedmnáct nebezpečných dní | 50 |
| Cesta tunelem | 52 |
| První éter: Úložiště | 56 |
| Druhý éter: Vstupní síň | 57 |
| Do třetího, nebo do čtvrtého éteru? | 59 |
| Třetí éter: Tvůj domov | 62 |
| Čtvrtý éter: Světelné bytosti | 64 |
| Pátý éter: vzdálená meta | 65 |
| Imaginace přechodu do jiné dimenze | 69 |
| Touha po smrti | 75 |
| Cestovní mapa a realita | 77 |
| Znovuzrození | 80 |

ČÁST 2: POZŮSTALÍ 87

| | |
|-------------------------------|-----|
| Doprovázení umírajících | 91 |
| Proměna zármutku | 96 |
| První rok: Uznání skutečnosti | 98 |
| Druhý rok: Hojení | 101 |
| Třetí rok: Hledání vize | 104 |

| | |
|---|------------|
| ČÁST 3: SESTAVY A MEDITACE | 107 |
| Pokyny ke cvičení | 111 |
| CVIČENÍ 1 | |
| Usínání a umění zemřít | 117 |
| SESTAVA 2 | |
| Síla k aktivnímu utváření života a vlastnímu určení smrti | 118 |
| MEDITACE 3 | |
| Vyrovnění pěti elementů těla | 126 |
| MEDITACE 4 | |
| Překonat smrt | 128 |
| MEDITACE 5 | |
| Spatřit nespátřené | 134 |
| MEDITACE 6 | |
| Prolomení karmického řetězce příčiny a následku | 136 |
| MEDITACE 7 | |
| Naučit se odpouštět | 138 |
| MEDITACE 8 | |
| Ovládnout smrt | 140 |
| SESTAVA 9 | |
| Zbavit se podvědomé deprese | 142 |
| SESTAVA 10 | |
| Propojení pozemské a éterické úrovně | 147 |
| SESTAVA 11 | |
| Synchronizace mozku | 151 |
| MEDITACE 12 | |
| Vyčistit každý rok svého života | 154 |
| SESTAVA 13 | |
| Stát se světelnou bytostí | 155 |
| MEDITACE 14 | |
| Pro přímý přístup do vyšší éterické úrovně po smrti | 159 |

| | |
|---|-----|
| SESTAVA 15 | |
| Projít hodinou smrti | 161 |
| MEDITACE 16 | |
| Přiklonit se k životu | 165 |
| MEDITACE 17 | |
| Vědomé „znovuzrození“ | 167 |
| LÉČIVÁ MEDITACE 18 | |
| | 170 |
| MEDITACE 19 | |
| Pro členy rodiny v průběhu kremace | 173 |
| SESTAVA 20 | |
| Nechat odejít zármutek, hněv a strach | 174 |
| SESTAVA 21 | |
| Odložit představu o vlastní nedostatečnosti | 180 |
| MEDITACE 22 | |
| Otevřít se novým horizontům | 184 |
| MEDITACE 23 | |
| Pittra krija – vymanit se ze zármutku | 186 |
| MEDITACE 24 | |
| Život bez napětí | 188 |
| MEDITACE 25 | |
| Uzemnění | 190 |
| MINUTOVÝ DECH 26 | |
| Proti strachu | 192 |
| | |
| Doslov | 194 |
| Poděkování | 196 |
| Slovníček pojmů | 198 |
| Poznámky | 205 |
| Zdroje sestav a meditací | 207 |
| Literatura | 210 |
| Odkazy | 213 |