

Obsah

Za redakci	8
Předmluva	10
1. Dotek věčnosti	15
Velký učitel lidstva	16
Bohové a učitelé	16
Magie symbolů	18
Podstata člověka	21
Hermes je původem z Atlantidy	22
Přirozené zákony vesmíru	26
Když duše kráčí za světlem	26
Štěstí přichází navždy	27
Cesta uvědomění	28
Život z pohledu věčnosti	30
Zákon shody – zákon harmonie	31
Pravidla bezpečnosti života	33
Poznejte sebe sama	33
Pochopte pravidla života jiných lidí	36
Poznejte základní energetické zákony života	37
Nedržte se toho, čeho ste již dosáhli	37
Uctívejte síly jemnomotného světa	39
2. Principy usprádaní vesmíru	41
<i>První princip:</i> všechno je myšlenka	42
Energetické uspořádání prostoru	42
Řídí osud moje, nebo cizí myšlenka?	43
Jak překonat nepříjemné předtuchy a myšlenky	46
Cvičení: Přeměna energie myšlenek	48
<i>Druhý princip:</i> jak dole, tak i nahoře	50
Jednota všech světů	51
Smrt je život	53
V harmonii s okolním světem	55
Cvičení: Nalezení svého ztotožnění	57
<i>Třetí princip:</i> nic není v klidu, všechno se pohybuje	58
Vnímání vibrací	58

Klid a pohyb života jako dva neslučitelné jevy	60
Nalezení sebe sama	63
Návrat k vnitřní harmonii	65
Starodávne praktiky tibetských lamů	66
Podmínky pro provádění cvičení	72
<i>Čtvrtý princip: vše řídí rytmus</i>	74
Sluneční rytmus	75
Obnova biorytmů	76
Cvičení: Úplné dýchání	77
Sezonní rytmus života	77
Lunární rytmus	79
Horoskop podle věku	80
<i>Pátý princip: princip polarity</i>	90
Čínský systém uspořádání vesmíru	90
Paradoxy principu polarity	92
Extrém přechází do protikladu	93
Zákon svobody	93
Uspokojení přináší zklamání	94
Pohyb kyvadla	96
Způsob zůstávání	103
Cvičení: Způsob zůstávání	105
<i>Šestý princip: princip pohlaví</i>	105
Energetická centra člověka	107
Harmonie lidí podle energie čakr	109
<i>Sedmý princip: všechno má svoji příčinu a následek</i>	113
Zákon karmy	113
Blahoslaveny budiž naše potíže, neboť díky nim rosteme!	115
Podmínky zpracování karmy	119
Cvičení: Rozvoj citlivosti	123
3. Svobodná duše je šťastná	125
Po jakém štěstí člověk touží	126
Peníze	126
Sex	127
Lidé, kteří jsou hodni své lásky	128
Od sexuality k tvorbě	130
Moc	132

Sladké slovo svoboda	134
Svoboda a společnost	134
Vlastní řád v cizím klášteře	135
Cvičení: Rozvoj citlivosti	137
Zachraň sebe a zachráníš tisíce jiných	138
Svoboda volby: zdraví nebo nemoc	140
Uvolnění je základ zdraví	140
Nebezpečí napětí	142
Vaším rozhodnutím je, jestli budete zdraví, nebo nemocní	144
Cvičení: Jak se naučit ovládat vlastní energii	147
Sebekontrola myšlenek a samoregulace nálady	148
Jak se zbavit cizích myšlenek	148
Cvičení: Zklidnění rozumu	150
Cvičení: Jak spouštět proces samoregulace	152
Jak obnovit výkonnost	156
Cvičení: Čchi-kung (probuzení)	157
Duchovní rozvoj a zdraví	160
Stupně sebekontroly	160
Jak možnosti sebekontroly ovlivňují zdraví?	161
Cvičení: Průchod energií jin jang organizmem	163
Základní principy duchovního rozvoje člověka	164
Nikdo není nikomu nic dlužen	166
Volbu určuje karma	169
Uvěřte snům a ty se vyplní	171
Smíření a rozhodnost	172
Závěr	175
Poznámky	179