

# OBSAH

Úvod 6

SYSTÉM ČAKER 8

Jemnohmotná energie 10

Funkce čaker 16

Duchovní dimenze 24

JAK CHÁPAT ČAKRY 28

Kořenová čakra 30

*Jak se propojit s kořenovou čakrou 38*

*Meditace pro kořenovou čakru 40*

*Dotazník ke kořenové čakře 42*

Křížová čakra 44

*Jak se propojit s křížovou čakrou 52*

*Meditace pro křížovou čakru 54*

*Dotazník ke křížové čakře 56*







## Čakra solar plexu 58

*Jak se propojit s čakrou solar plexu 66*

*Meditace pro čakru solar plexu 68*

*Dotazník k čakře solar plexu 70*

## Srdeční čakra 72

*Jak se propojit se srdeční čakrou 80*

*Meditace pro srdeční čakru 82*

*Dotazník k srdeční čakře 84*

## Krční čakra 86

*Jak se propojit s krční čakrou 94*

*Meditace pro krční čakru 96*

*Dotazník ke krční čakře 98*

## Čelní čakra 100

*Jak se propojit s čelní čakrou 108*

*Meditace pro čelní čakru 110*

*Dotazník k čelní čakře 112*

## Korunní čakra 114

*Jak se propojit s korunní čakrou 120*

*Meditace pro korunní čakru 122*

*Dotazník ke korunní čakře 124*

## LÉČENÍ ČAKER 126

### Léčebné metody 128

*Léčení barvami 130*

*Homeopatie 132*

*Květinové esence 133*

*Léčení rukama 134*

*Léčení drahými kameny a minerály 136*

*Rozezvučet čakry 137*

*Terapie jídlem 138*

*Meditace s anděly,  
bohyní a světlem Krista 140*

### Rejstřík 142

