

OBSAH

ÚVOD 8

PRVNÍ ČÁST 10

MYSL

PSYCHOLOGICKÉ KONCEPCE 14

- Mysl a mozek 16
- Odhalování nevědomí 18
- Kolektivní nevědomí 20
- Sny a jejich analýza 22
- Psychologické osobnostní typy 24
- Behaviorismus a teorie attachmentu 26
- Humanistická psychologie 27
- Kognitivně-behaviorální terapie a všímavost 28
- Hypnoterapie 30
- Neurolingvistické programování 31
- Psycho syntéza 32
- Vizualizace a řízená imaginace 33
- Mystické a transcendentní stavy 34

JINÉ DIMENZE MYSLI

A SPIRITUÁLNÍ SCHOPNOSTI 36

- Intuice, jasnozřivost a předtuchy 38
- Spirituální schopnosti 40
- Channeling 42
- Spirituální ochrana 44
- Mimotožní zážitky 46
- Mimořádné lidské zážitky 48
- Minulé životy a terapie minulými životy 50
- Kosmické objednávky a hojnost 52

VĚŠTĚNÍ 54

- Západní astrologie 56
- Čínská astrologie 58
- Védská astrologie 60
- Tarot 62
- Runy 64
- Numerologie 66
- Čtení z ruky 68
- I-ťing 70
- Další způsoby věštění 72

MYSL A TĚLO 74

- Psychoneuroimunologie 76
- Meditace 78
- Autogenní trénink a endorfinový efekt 80
- Práce s dechem 81
- Terapie zaměřené na tělo 82
- Neurobiologie emocí 84
- Biofeedback 86
- Energetická psychologie 87

DRUHÁ ČÁST 88

TĚLO

VÝCHODNÍ TRADICE 92

- Ájurvěda 94
- Klasická čínská medicína 98
- Tibetská medicína 102

POSILOVÁNÍ TĚLA 104

- Jóga 106
- Pilatesova metoda 110
- Tchaj-ťi čchuan (tajči) 112
- Čchi-kung 114
- Bojová umění 116
- Alexanderova technika 118
- Švédská masáž 120
- Thajská masáž 122
- Indická masáž hlavy 123
- Šia-cu 124
- Akupunktura 126
- Akupresura 127
- Reflexologie 128
- Chiropraxe a osteopatie 132
- Kraniosakrální osteopatie 136
- Feldenkraisova metoda 137
- Bowenova technika 138
- Rolfing 139
- Iridologie 140
- Batesova metoda 141

VÝŽIVA A LÉČIVÉ BYLINY 142

- Naturopatie 144
- Vitaminy a minerální látky 146
- Superpotraviny 147
- Dělená strava 148
- Makrobiotika 149
- Půst a detoxikace 150
- Bylinkářství 152

ENERGETICKÉ TERAPIE 154

- Aromaterapie 156
- Květové esence 158
- Homeopatie 160
- Chromoterapie 162
- Terapie zvukem 163
- Léčivá voda 164
- Krystaloterapie 166
- Aplikovaná kineziologie 168
- Polaritní terapie 169

TĚLO A DUCH 170

- Čakry a aura 172
- Reiki 174
- Duchovní léčitelství a terapeutický dotek 176

TŘETÍ ČÁST 178

DUCH

ZÁPADNÍ VÍRA 182

- Západní mystické tradice 184
- Judaismus 186
- Kabala 188
- Křesťanství 190
- Gnostická evangelia 192
- Spiritismus 194
- Islám 196
- Súfismus 198
- Baháismus 200

VÝCHODNÍ VÍRA 202

- Hinduismus 204
- Hinduistické posvátné texty 206
- Buddhismus 208
- Buddhistické posvátné texty 210
- Tibetský buddhismus 212
- Zenový buddhismus 213
- Tantra 214
- Taoismus 216
- Taoistické posvátné texty 218
- Konfucianismus 220
- Džinismus 222
- Sikhismus 223

KMENOVÉ, ŠAMANSKÉ A ANIMISTICKÉ TRADICE 224

- Šamanismus 226
- Spiritualita australských domorodců 228
- Oceánie 230
- Spiritualita severoamerických indiánů 232
- Africké tradice 234
- Šintoismus 236
- Pohanství 238
- Wicca 240
- Druidství 242

MYSTERIA ZEMĚ 244

- Posvátná země 246
- Feng-šuej 248
- Posvátná geometrie 250
- Megality a zemní umění 252
- Archeoastronomie 254
- Energie země 256
- Čáry v krajině 258
- Ekologická spiritualita 260

DUCHOVNÍ, TAJNÁ A OKULTNÍ SPOLEČENSTVÍ 262

- Templářští rytíři 264
- Rosenkruciánství 266
- Ilumináti 267
- Svobodné zednářství 268
- Teozofie 270
- Rudolf Steiner a antropozofie 272

MYSTERIA STAROVĚKU 274

- Atlantida 276
- Moudrost starého Egypta 278
- Židovsko-křesťanské záhady 280
- Svatý grál 282
- Nostradamova proroctví 284
- Mayské proroctví 285
- Bájní tvorové 286

CESTY DO JINÝCH SVĚTŮ 288

- Andělé 290
- Nadpřirozené bytosti 292
- Bohyně 294
- Alchymie 296
- Pouť a rozjímání 298
- Duchovní vůdci 300
- Energie 302
- Současná spiritualita 304

REJSTŘÍK 306

PODĚKOVÁNÍ 320