

Obsah

Poděkování	15
Předmluva <i>Gabrielle Pelliciové</i>	17
Úvod	21
Váš příběh hrdinky	24
Duchovní těhotenství: cesta hrdinky	27

Část 1

První trimestr	33
Kapitola 1: <i>Zrození matky</i>	39
Povolání k proměně	41
Posvátná děloha	43
Vítání nové duše	46
Mateřské rádkyně	48
Živly a rádkyně	51
Duchovní milování	58
Bourání mýtů o těhotenství	60
Kapitola 2: <i>Pouto před porodem</i>	63
Tiché hovory s miminkem	64
Sdílejte svět s miminkem	70

Duchovní rozměr těhotenství:	
od obyčejného k božskému.....	82
Jóga duchovního těhotenství.....	84
Před prvním milníkem	92

Část 2

Druhý trimestr	93
----------------------	----

Kapitola 3: <i>Vstup do mateřství</i>	99
---	----

První pohyby	101
--------------------	-----

Prospěšná opatření	103
--------------------------	-----

Kapitola 4: <i>Blaženost</i>	113
------------------------------------	-----

Komunikování zvuky a hudbou	115
-----------------------------------	-----

Uzemněte se	118
-------------------	-----

Prohlubování láskyplného propojení	123
--	-----

Cesta do vlastního nitra.....	128
-------------------------------	-----

Část 3

Třetí trimestr	139
----------------------	-----

Kapitola 5: <i>Rozvinutí</i>	145
------------------------------------	-----

Tělo a duše stojí na prahu	147
----------------------------------	-----

Výzva se stává změnou	150
-----------------------------	-----

Vlivy působící na spánkové rytmy miminka	152
--	-----

Prožitky blízkého života	153
--------------------------------	-----

Komunikování s mimínkem prostřednictvím světla ...	154
--	-----

Hlubší propojení pomocí žvlů.....	155
-----------------------------------	-----

Kapitola 6: <i>Vyvrcholení cesty</i>	161
Příprava na tělesné odpojení	162
Duchovní čištění a instinkt hnízdění.....	164
Jaké jméno?.....	169
Hudební magie	173
Tancem k porodu.....	174
Duchovní smyslnost.....	179

Část 4

Porod	187
-------------	-----

Kapitola 7: <i>Porod jako duchovní probuzení</i>	189
Proměna prostřednictvím bolesti	192
Domácí porod jako přechodový rituál	194
Porod v porodnici jako přechodový rituál	203
Energetické čištění místnosti	206
Váš práh bolesti.....	208
Doplnění vody a minerálů.....	209
Polohy při porodu	211
Zahalování a příprava	211
Nastříhnout, či nenastříhnout?	212
Hlavní událost	213
Hormon lásky.....	214
Nečekané zvraty.....	215

Kapitola 8: <i>Císařský řez jako duchovní rituál</i>	217
Rituál začíná informovaným souhlasem.....	220
Testy a oběti	223
Příprava operačního oltáře	226
Vstup do výjimečného světa	227
Posvátná rána přináší nový život	229

Část 5

Po porodu239

Kapitola 9: *Život po narození*..... 241

Významná role placenty 243

Léčení těla, duše i ducha..... 246

Životní lekce hrdinské cesty 249

Život s miminkem 254

Pryč se zmatky 265

Kapitola 10: *Po narození před narozením*..... 271

Vybavování a léčení vzpomínek na porod
a dobu před ním 273

Doslov 279

Literatura..... 283

Příloha A..... 285

Těhotenství léčí duši

Pandora Peoplesová

Příloha B 293

Cesta prvních

Barbara Barnettová

Příloha C 301

Kabala a stvoření

Nina Amirová

Příloha D 305

Suka vašeho těhotenství

Barbara Barnettová

Příloha E.....	313
Křesťanská matka	
Phoebe Collinsová	

Praktická cvičení

Zahřívání druhé čakry	45
Příprava na 49. den	48
Volba matek-rádkyň	50
Dech života	57
Pohoda pro miminko.....	67
Otevírání zlatého komunikačního kanálu	68
Jídlo, skvělé jídlo	77
Meditace a soustředěné dýchání	103
Jogínské dýchání.....	105
Rozpouštění strachu	107
„Půst“ od špatných zpráv	109
Hudebnění.....	117
Meditace centrující srdce	121
Zamilujte se do své role bohyně	124
Láskyplný most.....	126
Země	155
Vzduch	156
Oheň.....	158
Voda	159
Světlo dělohy	163
Posvátné čištění.....	165
Volba správného jména	172
Společné tančení	178
Uctívání Matky Země	191
Aromaterapie pro porod.....	194

Sledování zázraků	203
Příprava na další cestu	206
Malé srdíčko.....	210
Vytvořte si nástěnku „Mé nové já“	253
Zavinování v podobě láskyplného dotyku	263
Centrování.....	269
Zevnitř ven.....	277

Jogínské pozice

Ruka kotví srdce	85
Lehká hlava.....	87
Kočka/kráva	89
Válečnice I	91
Úkrok pŕlměsíce	130
Podřepy	133
Pes se dívá dolŕ.....	135
Válečnice II.....	137
Úklon s protažením.....	181
Otevírání srdce.....	182
Pozice miminko	184
Židle	232
Obrácená válečnice	234
Uvolnění.....	236