

PŘEDMLUVY

PŘEDMLUVY PRVNÍ

Vyjádření autorovy dcery ke knize

PŘEDMLUVY DRUHÁ

Vyjádření autorova syna ke knize

PŘEDMLUVY TŘETÍ

Rozhovor spoluautora s autorem o tom, co bylo stvořeno
aneb „O čem ta nová kniha vlastně je?“

PŘEDMLUVY ČTVRTÁ

O člověku zvaném Igorek

PŘEDMLUVY PÁTÁ

Prázdnota

PŘEDMLUVY ŠESTÁ

Legenda je teď a tady

PŘEDMLUVY SEDMÁ

Živá transformace v obrazech 1

PODSTATA REIKI	29
REIKI NENÍ MOŽNÉ NAUČIT	29
PŘENESENÍ POZORNOSTI NA SEBE	29
REIKI ZNAMENÁ ČAS A TRPĚLIVOST	30
REIKI JE VLASTNÍ ZKUŠENOST	30
STAV REIKI JE BYTÍ S MISTREM	30
Cesta Reiki je správná volba mistra	31
Mistři, velmistři, lektoři a proleктоři	32
<i>Jaké učitele můžeme k sobě přitáhnout</i>	32
REIKI JE DEPROGRAM	33
<i>Podstata Reiki v obrazech</i>	36
SKUPINA A SPOLEČENSTVÍ	40
SKUPINA	40
SPOLEČENSTVÍ	42
DALŠÍ ZKUŠENOSTI ÚČASTNÍKŮ	44
<i>Skupina a společenství v obrazech</i>	46

LÁSKA A STRACH, STRACH A LÁSKA	52
LÁSKA	52
Paradox přírodní léčby	53
Láska není dogma	54
STRACH	55
Rafinovaný strach	55
Jak vzniká nadbytečný strach	55
Bojovat nebo milovat	57
Kupčení se strachem	59
Výchova ve strachu a výchova ke strachu	61
STRACH A LÁSKA	62
<i>Láska a strach v obrazech</i>	62
ČLOVĚK A JEHO VRSTVY	66
MYSL	66
Programování mysli	67
Myšlenkové operace mysli	67
Nemoci mysli	68
<i>Sedm oblíbených omylů účastníků kurzu</i>	68
Spojení mysli s emocí	69
Opozice lidského podvědomí	70
Cvičení s myslí na mysl	72
EMOCE ČLOVĚKA	79
Emoce a vnitřní orgány	82
Potlačovaná a vyjadřovaná emoce	83
Druhy emocí	83
Emoce a tělo	84
Emoce a energie člověka	85
Emoce, smysly, intuice a lidské vědomí	85
Cvičení s emocemi	86
<i>Člověk a jeho vrstvy v obrazech</i>	94
CO JE TO TRANSFORMACE	98
POKUS O DEFINICI TRANSFORMACE ČLOVĚKA	98
PRVOTNÍ PODSTATA	99
VĚDOMÍ	99
LIDSKÝ ŽIVOT, ČLOVĚK	99
PROŽITEK JAKO NÁSTROJ TRANSFORMACE	102
Co je to prožitek a jak se naučit prožívat	102
Mysl a schopnost prožívat	102
Vědomí, tělo a prožitek	105

Tělo, smysly a prožitky	108
<i>Nohy</i>	108
<i>Pánev</i>	112
<i>Břicho</i>	113
<i>Solar plexus</i>	116
<i>Hrudník, záda</i>	118
<i>Krk</i>	120
<i>Ruce</i>	122
<i>Ruce jako významný nástroj Reiki</i>	124
<i>Hlava</i>	127
<i>Systém čaker a meridiánů</i>	128
<i>Transformace v obrazech</i>	130
VÝPOVĚDI O TRANSFORMACI	133
<i>Živá cesta</i>	133
<i>Moje cesta Reiki</i>	133
<i>Osobní pocity z Transformační školy Reiki</i>	135
<i>Au, to bolelo – aneb transformace skeptického podnikatele prostřednictvím školy Reiki</i>	136
<i>Magical Mystery Tour aneb Lažánky nechtěné a milované</i>	138
<i>Fenomén Lažánky</i>	142
<i>Transformační škola o něco niterněji</i>	143
<i>Vážený a milý svámí Ánand Šunjame</i>	146
<i>Co mi dalo Reiki?</i>	147
<i>Má cesta k Reiki</i>	148
<i>Živá transformace v obrazech 2</i>	149
<i>Čtvero ročních období a několik vzpomínek k tomu</i>	154
PRAKTICKÉ REIKI	159
REIKI TECHNIKY NA TRANSFORMAČNÍ ŠKOLE REIKI	161
<i>Plná seance</i>	161
<i>Zkrácená seance</i>	161
<i>Harmonizace čaker</i>	162
<i>Harmonizace čaker podle vývoje energie člověka</i>	162
<i>Harmonizace čaker podle orgánových hodin člověka</i>	163
<i>Reiki seance orgánů podle orgánových hodin</i>	164
<i>Reiki seance orgánových drah podle orgánových hodin</i>	165
<i>Lokální Reiki</i>	167
<i>Reiki na spánek</i>	167
<i>Reiki na budoucí situaci</i>	168
<i>Specifické stimulatory</i>	169
<i>Otevírání se svému talentu – stimulator mozku</i>	170

Reiki na archetypální situaci se Zonarem	170
Centrování osobnosti	171
15minutová dechová seance	171
CVIČENÍ NA TRANSFORMAČNÍ ŠKOLE REIKI	172
Cvičení na orgánové dráhy	172
<i>Popis cvičení na orgánové dráhy</i>	<i>172</i>
Cvičení na stimulaci páteře	181
<i>Popis cvičení na stimulaci páteře</i>	<i>181</i>
Cvičení na stimulaci mozku	188
<i>Popis cvičení na stimulaci mozku</i>	<i>188</i>
<i>Komentář ke cvičení</i>	<i>188</i>
<i>Podněty a varianty cvičení na stimulaci mozku</i>	<i>192</i>
Kajakalpa – tantrické omlazování	192
<i>Popis cviků Kajakalpy</i>	<i>194</i>
OSHOVY MEDITACE A TERAPIE	199
Dynamická meditace	199
<i>Návod pro Dynamickou meditaci</i>	<i>199</i>
<i>Podněty a varianty Dynamické meditace</i>	<i>200</i>
Kundalini meditace	200
<i>Návod pro kundalini meditaci</i>	<i>201</i>
<i>Podněty a varianty Kundalini meditace</i>	<i>201</i>
Dýchání do čaker	202
<i>Návod pro Dýchání do čaker</i>	<i>202</i>
<i>Podněty a varianty Dýchání do čaker</i>	<i>203</i>
Zpívání do čaker	203
<i>Návod pro Zpívání do čaker</i>	<i>203</i>
<i>Podněty a varianty Zpívání do čaker</i>	<i>204</i>
Nadabrahma	204
<i>Návod pro meditaci Nadabrahma</i>	<i>204</i>
<i>Podněty a varianty meditace Nadabrahma</i>	<i>205</i>
Gibberish (hatlanina)	205
<i>Návod na Gibberish – No-mind</i>	<i>206</i>
<i>Podněty a varianty Gibberishe</i>	<i>206</i>
Vipassana	207
<i>Návod pro Vipassanu</i>	<i>207</i>
<i>Podněty a varianty Vipassany</i>	<i>208</i>