

# OBSAH

Poděkování	9
Úvod: SNY VYZÝVAJÍ	11
Volání orla mořského	15
Následovat správné sny a velké sny	21
Dům snů	33
Jediný odborník na sny	38
<b>Část první</b>	
<b>AKTIVNÍ SNĚNÍ</b>	45
1. STÁT SE LAPAČEM SNŮ	47
I opravdovým chlapům se zdají sny	47
Zachytit své sny	54
Vaše vlastní kniha snů	58
Inkubace snu	62
Jak překonat noční můry	65
2. DEVĚT KLÍČŮ K VAŠIM SNŮM	71
Důvěřujte svým pocitům	72
První asociace	74
Ověření skutečnosti	76
Návrat do snu	81
Rozhovor se snovými postavami	91
Po stopách snového já	93
Zkoumání symbolu	97
„Která moje část?“	101
Tvořivé zpracování snu	106
Krátká dílna: Devět klíčů k otočnému schodišti	109

3. ZKOUMÁNÍ SNŮ S PARTNERY	117
Kdyby to byl můj sen	117
Rituály sdílení snů	119
Vytvořit společenství pro sdílení snů	135

4. VĚDOMÉ SNĚNÍ	138
Bdící a snící	138
Cvičení: Zábava v zóně smíšených signálů	142
Snové cestování mimo vlastní tělo	143
Stabilní místa ve snové krajině	152
Využití vědomého snění	153
Cvičení: Strom jako vstupní brána	156

5. ŠAMANSKÉ SNĚNÍ	160
Sny povolávají	160
Vstupní brána šamanů	170
Cvičení: Cestování a stopování ve snové krajině	175
Převtělování	183
Paměť duše	188
Rituály, jak obsah snu naplnit či jak se jeho zvěsti vyvarovat	190
Položit světu otázku	193

## Část druhá

MOCNÉ SNY	201
-----------	-----

6. POUŽITÍ SNOVÉHO RADARU	203
Snít o skutečnosti	203
Případ: Čuník pana biskupa	206
Po stopách jasných snů	208
Záznam práce snového radaru	211
Podobnost ve snu „Jako by mu z oka vypadl“	217
Setkání s budoucím já	221

Let, který se nekonal	227
Vybrat si svou budoucnost	229
7. SNY O ZESNULÝCH	233
Co je „tabu“	233
Rozhovor s mrtvými	239
Láska silnější než smrt	248
Ztracené duše	256
Hmyzí reje	260
Cíle a poslání jsou různé	262
Letmé nahlédnutí do života po životě	265
Učinit ze smrti svého spojení	270
8. SNOVÍ RÁDCOVÉ A STRÁŽNÍ ANDĚLÉ	273
Spolupráce se snovými rádci	273
Posel a jeho přestrojení	275
Cestování za rádci	288
Archanděl snů	292
Prověřování kontaktů s duchy	298
O Garfieldovi a strážných andělech	300
9. LÉČEBNÉ SNY	305
Práce se snovým lékařem	305
Řeč těla	310
Řeč duše	315
Získat zpět ztracenou energii	316
Přivolat ztracenou duši zpět	319
Varování před psychickým útokem	321
Základy psychické sebeobrany	325
Léčivý sen	328
Sny o splnutí	333
Společně sdílené sny a uzdravení	339
Wanda uzavírá novou smlouvu	340

10. TVOŘIVÁ SÍLA SNŮ	345
Absolvovat školu	345
Nácvik ve snu	349
Tvořivá inkubace	354
Psaní na základě snů	359
Cesta zploditele	362
Poznámky	365
Další literatura	386
Zdroje	399
Rejstřík	401