

Obsah

<i>Předmluva</i>	5
<i>Úvod</i>	6

I. díl

Základy	9
Základy masáže reflexních zón na chodidlech	11
<i>Když máme v ruce chodidla člověka...</i>	
Úvod do problematiky	13
Masážní technika	21
<i>Vyplatí se naložit na sebe těžké břemeno...</i>	
Jak masírovat	23
Návod k masáži	31
Pravidla vytvoření masážního programu ...	39
Ukončení masáže:	
Uvolňovací program	43

II. díl

Energetická masáž čakr	47
Energetická masáž čakr	49
<i>Na své hranice narazí jenom ten...</i>	
Posun masáže reflexních zón k energetické masáži čakr	51
Srdeční čakra	67
<i>Existuje pouze jedna velká moc na zemi...</i>	
Masáž srdeční čakry	69
Sluneční čakra	73
<i>Měj slunce ve svém srdci...</i>	
Masáž sluneční čakry	75
Krční čakra	79
<i>Člověka neznečišťuje to, co...</i>	
Masáž krční čakry	81
Čakra sleziny	85
<i>Každé uzdravení záleží na víře...</i>	
Masáž čakry sleziny	87

Čakra „třetího oka“	91
<i>Myšlenky jsou svobodné...</i>	
Masáž čakry „třetího oka“	93
Čakra kořene	97
<i>Tak pravil Zeus...</i>	
Masáž kořenové čakry	99
Korunní čakra	103
<i>A Duch Boží se vznášel nad nimi...</i>	
Masáž korunní čakry	105
<i>Rada na závěr</i>	109
<i>Přehled čaker</i>	111

Vyšlo:

VESMÍR V NÁS III

Michal Burda

Kniha z pera Michala Burdy s podtitulem *Žena třetího tisíciletí* pod patronací Marty Kubišové nabízí šanci, jak pomocí lásky, odpuštění a porozumění dosáhnout dobrého zdraví a stálé pohody v každém okamžiku života.

Objednávky: **FONTÁNA**, Horní nám. 5
772 00 OLOMOUC
tel.: 585 221 400