

# OBSAH:

|  |    |
|--|----|
| Úvod: Zvukový rozvoj • Závazek   | 9  |
| 1. kapitola VYDÁVÁNÍ ZVUKŮ   | 17 |
| Zvuky těla • O zvuku • Synestézie • Pátá<br>čakra a zdraví • Oheň v našem slově<br>• Síla pojmenování • Jména • Zpěv                                 |    |
| 2. kapitola HLAS A ZVUK  | 28 |
| Hlas • Učení komunikaci • Další jazyky<br>• Hluchota • Hlas a píseň • Naříkání<br>• Pokyny • Zpívání nad rostlinami<br>• Zpívání nad pokrmem         |    |
| 3. kapitola HUDBA  | 46 |
| Čakry a hudba • Základní hudební teo-<br>rie • Každý může hrát hudbu • Intuice<br>v hudbě  |    |
| 4. kapitola LÉČIVÉ ZVUKY   | 60 |
| Léčivé zvuky • Léčebná píseň • Léčebná<br>píseň v praxi • Píseň života • Píseň cti<br>• Signální píseň   |    |
| 5. kapitola VIBRAČNÍ ZVUKY   | 76 |
| Tónování a tónová harmonizace • Tó-<br>nování • Střípky z léčení • Průzkum<br>• Jak tónujeme • Vyšší harmonické tóny                                 |    |
| 6. kapitola POSVÁTNÉ ZVUKY   | 95 |
| Monotónní prozpěvování • Pročišťová-<br>ní čaker zpěvem • Mantry • Posedlost<br>mantrou • Osobní moc mantry při medi-<br>taci • Ajapa • Další mantry |    |

|              |   |     |
|--------------|---|-----|
| 7. kapitola  | PODVĚDOMÉ ZVUKY<br>Vzpomínky • Podvědomé zvuky • Vlasy<br>• Ultrazvuk • Vnitřní zvuk neboli nada  | 113 |
| 8. kapitola  | BARVA A ZVUK<br>Chromoterapie   | 130 |
| 9. kapitola  | KRYSTALY<br>Krystaly • Kameny s přirozenými face-<br>tami • Schopnosti • Výběr krystalu<br>• Ochrana vašich krystalů • Zpívající<br>krystaly • Některé zvláštnosti krystalů<br>• Léčení s krystaly • Jak krystal při léče-<br>ní držíme • Závěr | 144 |
| 10. kapitola | JOSKA SOOS: MĚSTSKÝ ŠAMAN   | 161 |
| 11. kapitola | ZEMĚ, OHEŇ, VÍTR A VODA<br>Živly • Země • Voda • Oheň • Vítr  | 173 |
| 12. kapitola | LÉČIVÉ TICHŮ<br>Ticho • Hlas a ticho • Meditace • Uvě-<br>domování si dýchání • Kvakerský léčeb-<br>ný kruh • Ticho: velmi zvláštní způsob<br>léčby • Vnitřní ticho • Modlitba • Mír  | 198 |
| SLOVNÍČEK    |   | 212 |