



O b s a h

Předmluva: O této knize

ANNE CIVARDI 6

Úvod pro rodiče

DAVID FONTANA

Pomáhat dítěti růst 8

Představivost a tvořivost 10

Jak se vypořádat s úzkostí 12

Nalézání vlastní identity prostřednictvím
příběhů 14

Umění číst dětem 16

Jak vytvořit správnou atmosféru 18

Rozovory s dítětem 20

Afirmace 22

Jak začít 24

Dvacet meditačních příběhů

V hračkářství 26

Na motýlí slavnosti 32

Jak vznikají sny 38

Malí muzikanti 42

Laskavý slon 48

Nebeský klaun 52

Zajíc bělák 58

Podmořský poklad 64

Socha v parku 68

Tanec v povětří 74

Setkání v lese 80

Kouzelný obláček 86

Kočka u krbu 90

Památný dub 94

Poslední plavba 98

Cirkus snů 104

Kosí písnička 110

Jako světluška 114

Džungle plná radosti 118

Na řece 124

Cesta ke skutečné meditaci 130

Dech a koncentrace 132

Pomáháme dítěti s vizualizací 134

Čtyři krátké vizualizace 136

Rejstřík hodnot a problémů 140

Poděkování 144

