

# Obsah

Předmluva ke 3. novému vydání knihy	11
Předmluva	15
<b>Kapitola I:</b>	
Podstata a dějiny šamanismu	19
Kdo je to šaman?	21
Šamanství jako poslání	23
Nabytí šamanských schopností	24
Šamanismus a kosmický obraz světa	30
Úkoly šamana	33
Šamanská léčebná seance	36
Šaman jako umělec	40
Šamanismus u našich předků	41
• Šamanské působení u Keltů	42
• Šamanské působení u Germánů	46
Mágové, kouzelníci, léčitelé, medicinmani, čarodějové	51
<b>Kapitola II:</b>	
Poselství šamanů pro období Vodnáře	55
Služebníci Země	58
Hopiové a jejich proroctví	64
<b>Kapitola III:</b>	
Kolo zjevení	69
Mýtus o stvoření v původním náboženství	75
Magické kolo	83
• Posvátných 20 číslic	84
• Síla Slunce	86

• Síla Země	88
• Říše rostlin	90
• Říše zvířat	92
• Říše lidí	94
• Říše předků	96
• Říše snů	97
• Síla velkých zákonů	99
• Síla pohybu	103
• Síla vyššího Já	105
• Říše vyšších kosmických bytostí	108
<b>Barvy magického kola</b>	112
<b>Magické úkony na silovém místě</b>	113
<b>Magické kolo v místnosti</b>	115
• Očista a svěcení místa	116
• Stanovení posvátných směrů	117
• Silové místo v magickém kole	120
• Meditační cvičení	122
• <i>Technika dýchání Malá smrt</i>	122
• <i>Technika dýchání země–nebe</i>	122
• <i>Vyslovování nebo zpívání silového slova</i>	123
<b>Trvale vytvořené magické kolo v přírodě</b>	125
• Nalézání osobního silového místa v přírodě	125
<i>Energetický tanec</i>	126
• Vzývání sil	129
• Střed kruhu – dětský oheň	133
<b>Čtyři štíty člověka</b>	134
• Jižní štít	137
• Východní štít	138
• Severní štít	139
• Západní štít	140
• Praktické úkony se čtyřmi štíty	142
Čtyři štíty v každodenním životě	142
Úkony se čtyřmi štíty v magickém kole	144
Úkony se čtyřmi štíty v přírodě	145
• Vnímání čtyř štítů čtyřmi osobami	148
• Cvičení Čtyři štíty u stromu	150



<b>Deset lidských energetických center neboli čakr</b>	153
• 1. čakra – kolo Slunce	156
• 2. čakra – kolo Země	157
• 3. čakra – kolo rostlin	158
• 4. čakra – kolo zvířat	159
• 5. čakra – kolo lidí	160
• 6. čakra – kolo předků	160
• 7. čakra – kolo snů	161
• 8. čakra – kolo karmy	162
• 9. čakra – aura	163
• 10. čakra – naše vyšší Já	163
• Praktické úkony s čakrami	164
Otevření čakr	164
Dechová cvičení pro prvních sedm čakr	164
• <i>Tvůrčí dech</i> • <i>Ženský neboli pasivní dech</i>	
• <i>Mužský neboli aktivní dech</i> • <i>Očistný dech</i>	
• <i>Šťastný dech</i> • <i>Uklidňující dech</i>	
• <i>Technika dýchání Malá smrt</i>	
Tóny či zvukové vibrace čakr	167
• Barevná meditace	168
<b>Nemoc a léčení</b>	169
• Tajuplné léčení v magickém kole	172
Doplnění jednotlivých čakr	
do posvátné Dvacítky	172
Léčivá síla krystalů	181
• <i>Kyvadlová diagnóza</i> • <i>Metoda stisknuté paže</i>	182
Tři spojenci člověka	185
<i>Kamenný spojenec – první a nejstarší příbuzný člověka</i>	
• <i>Kamenná meditace</i> • <i>Krystaly jako spojenci</i>	
<i>Rostlinný spojenec – druhý příbuzný člověka</i>	
<i>Zvířecí spojenec – třetí příbuzný člověka</i>	
• <i>Cesta do světa zvířat</i> • <i>Píseň síly</i> • <i>Přenos síly</i>	
• Léčebný štít	221
• Buben a chrastítko	223
• <i>Buben přivolává posvátné síly</i>	224
• Kruh zákona	227
Rozdělení a význam osmi míst	228

<b>Kapitola IV:</b>	
<b>Rituál léčebné cesty</b>	233
<b>Očistné a vyvažovací rituály</b>	238
• Spirála	238
• <i>Rituál spirály</i>	240
• Potní chýše – rituál smrti a znovuzrození	244
<b>Rituály čtyř živlů</b>	252
• Rituál ohně	252
• Rituál země	256
• Rituál vody	259
• Rituál vzduchu	261
<b>Ranní a večerní rituál</b>	264
• Ranní rituál	264
• Večerní rituál	267
<b>Rituál úplňku</b>	270
• <i>Čakrová meditace</i>	272
<b>Rituál narození</b>	275
<b>Každodenní život jako rituál</b>	280
<b>Kapitola V:</b>	
<b>Osm ročních svátků neboli slunečních svátků Země</b>	283
21. prosinec – svátek jihu	289
4. únor – svátek jihovýchodu	291
21. březen – svátek východu	292
6. květen – svátek severovýchodu	293
21. červen – svátek severu	294
8. srpen – svátek severozápadu	295
23. září – svátek západu	295
8. listopad – svátek jihozápadu	296
<b>K duchu této knihy</b>	299
<b>Seznam literatury</b>	301