

Obsah

Předmluva	7
Úvod.	9
Kapitola I	
Učit se srdcem	11
Kapitola II	
Plynulé učení	15
Přirozené kroky k vnímání přírody	15
Čtyři kroky k vnímání přírody	25
První fáze.	26
Jak probudit nadšení	26
Druhá fáze	29
Jak zaměřit pozornost	29
Třetí fáze	33
Přímý prožitek	33
Čtvrtá fáze	37
Sdílení inspirace	37
Shrnutí	40
Kapitola III	
Činnosti v přírodě	45
Hádej, kdo jsem	50
Přírodní děje.	59
Postavte strom.	60
Přírodní bingo.	65
Kdo tu bydlí	69
Seznamte se, prosím	70
Zvuková mapa	72
Stezka v divočině	74
Procházka naboso	76
Zvířata, zvířata!	79
Tajemné zvíře	83

Stezka poznání	88
Řízená imaginace.	91
Obraz stromu	93
Fotoaparát	101
Živoucí historie	104
Přírodní meditace.	109
Psaní dopisu.	112
Znám potoků zpěv	113

Kapitola IV

Ukázková lekce plynulého učení.	119
Stromy	122

Kapitola V

Probudit v lidech to nejlepší	127
Přílohy	133
Přehled aktivit plynulého učení.	133
Doporučená literatura.	134
Přehled citací.	137
Poděkování	139