

# Obsah

|                                                                                                                                                                                                                                                            |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Průvodce do říše stínu .....                                                                                                                                                                                                                               | 7   |
| <i>Učit se z vlastní zkušenosti – Co je vlastně stín? – O ďáblech, demonech a vnitřních bestiích – Vytěsněný stín – Ze stínu na sluneční stranu</i>                                                                                                        |     |
| Temnota v každém z nás .....                                                                                                                                                                                                                               | 21  |
| <i>Konfrontace s polaritou – Stvoření světa – Vpustit světlo a uvědomění – Seberealizace – Jak vzniká stín – Zacházení se zlem</i>                                                                                                                         |     |
| Odpor vůči skutečnosti nebo její akceptace? .....                                                                                                                                                                                                          | 35  |
| <i>Nalezení spolehlivého základu – Pasti projekce – Hra proměn – Projekce viny pod lupou</i>                                                                                                                                                               |     |
| Svět jako zrcadlo .....                                                                                                                                                                                                                                    | 53  |
| <i>Mohou za to okolnosti? – Nařikání nepomáhá – Mobbing jako příklad</i>                                                                                                                                                                                   |     |
| Vnitřní obrazy – Nechat duši mluvit .....                                                                                                                                                                                                                  | 63  |
| <i>Poznání vnitřní skutečnosti – Jak přistupovat k vlastnímu stínu – Jak vznikají masky – Přitažlivé síly: Lidé v mém životě – Hry stínu a osobnost</i>                                                                                                    |     |
| Nebezpečí a záchrana z krajiny stínu .....                                                                                                                                                                                                                 | 91  |
| <i>Pohádky a mýty jako směrovky na cestě – Stínové kvality – Proměna výzev v dary – Dvanáct archetypálních prostor světla a stínu – Sbírání darů – Bytosti světla a zloduši – Smíření se i s nejtemnějším stínem</i>                                       |     |
| Vnitřní bohatství a různorodost světa .....                                                                                                                                                                                                                | 121 |
| <i>Světlý stín, potenciál světla – Rozštěpené osobnosti – Pestrá vnitřní rodina – Podosobnosti a partnerství – Karneval stínů – Dovolena jako ventil pro stín</i>                                                                                          |     |
| Kolektivní stín .....                                                                                                                                                                                                                                      | 135 |
| <i>Systém zdraví nebo systém nemoci? – Alternativní scéna zdraví – Spirituální skupiny</i>                                                                                                                                                                 |     |
| Pozor, stín! Tipy pro vyzvednutí pokladu .....                                                                                                                                                                                                             | 139 |
| <i>Chybné úkony a přešlapy – Symptomy nemoci – Zlozvyky a nešvary – Pomluvy, sebeosobcování – Kritika, výčitky, rady – Odpor a obrany – Naše sny – Fantazie, denní snění – Oblíbené vtipy – Oblíbené knihy a filmy – Výběr povolání – Sport jako hobby</i> |     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                              |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Smíření .....                                                                                                                                                                                                                                                                | 167 |
| <i>Vše v jednom: holografický obraz světa – Psychoterapie, práce se stínem<br/>a spirituální cesta – Poslední tečka a mistrovský kousek – Andělský program</i>                                                                                                               |     |
| Příloha .....                                                                                                                                                                                                                                                                | 175 |
| <i>Oblíbené vtipy a jejich stín – Povolání a jejich stínové stránky –<br/>Stínová témata, ventilovaná ve sportu</i>                                                                                                                                                          |     |
| <i>Extáze – Získání kondice – Trénovat svou životní cestu –<br/>Sport a energie – Bojové umění – Hry – Fotbal jako národní sport –<br/>Ovládání instinktů a těla na příkladu jízdy na koni – Otázky<br/>ke stínu ve sportu – Specifika dle pohlaví a symbolika ve sportu</i> |     |
| Bibliografie .....                                                                                                                                                                                                                                                           | 197 |
| Adresy .....                                                                                                                                                                                                                                                                 | 201 |