

## OBSAH

Slovo úvodem.....	7
Předmluva.....	10
<b>● NA POČÁTKU BYLO TĚLO.....</b>	<b>12</b>
Šedivé listopadové ráno.....	13
Tělo, nositel rozumu?.....	14
Potlačování velké síly.....	16
Jádro našeho člověčenství.....	17
Moudrost těla.....	19
Není možné to popsat, ani tomu porozumět, ani se to naučit.....	20
Co můžete od této knihy očekávat.....	21
<b>● TĚLO JE VLASTNĚ NEJCHYTŘEJŠÍ.....</b>	<b>25</b>
Hledání tajemné síly.....	26
Jak najít Ki.....	27
Princip Wu-Wei.....	28
První zkušenost.....	29
Od Ki ke K.I. - Inteligenci těla.....	30
Moje transformující zkušenost.....	31
Najít vlastní cestu.....	32
Co je to Inteligence těla?.....	37
Přístup k moudrosti těla.....	42
Ta věc s cítěním.....	45
Navázání kontaktu se sebou samým.....	47
Inteligence těla v každodenním životě.....	48
<b>● PŘÍTOMNOST ZE STŘEDU.....</b>	<b>51</b>
Uvolněně nebo ochable?.....	52
Princip středu.....	53
Ladění kytarové struny.....	55
Pozice síly.....	56
Stabilita a přítomnost.....	61
Otevřít se Inteligenci těla a jejím prostřednictvím.....	62
Očistit se od cizí energie.....	64



<b>The Sweet Spot.....</b>	<b>65</b>
Energie chce proudit.....	68
Zachovat si přirozenost a vrátit do života radost.....	72
<b>Proč je odpor zbytečný a proč nefunguje něco pouštět.....</b>	<b>73</b>
<b>● DIAGNÓZA: ENERGETICKY INKONTINENTNÍ.....</b>	<b>80</b>
<b>Zkomplikování světa.....</b>	<b>81</b>
Cítění místo přežívání.....	83
<b>Narození s Inteligencí těla, pak deformování.....</b>	<b>86</b>
<b>Respektování vlastních hranic .....</b>	<b>90</b>
<b>● MYŠLENÍ NESTAČÍ.....</b>	<b>97</b>
<b>Rozum - podporuje nebo blokuje?.....</b>	<b>98</b>
Reframing neboli přechytračení rozumu .....	101
Jak je to tedy se svobodnou vůlí? .....	102
<b>Myšlení-ted' nebo přemýšlení-potom.....</b>	<b>103</b>
<b>Rozum a realita .....</b>	<b>106</b>
<b>Problémy a jejich vlastní život .....</b>	<b>108</b>
<b>Proč soustředění nepomáhá .....</b>	<b>111</b>
<b>Chtění a ne-chtění.....</b>	<b>114</b>
<b>● CÍLE, VÝSLEDKY A CESTA K NIM.....</b>	<b>120</b>
<b>Šílenství dosahování cílů.....</b>	<b>121</b>
Život plný možností .....	123
Co se skrývá za našimi cíli?.....	125
Zůstat ve hře .....	129
<b>Proto aby, kvůli, proti.....</b>	<b>131</b>
<b>Blud manifestace / projevování.....</b>	<b>134</b>
<b>Intelligence těla a Aiki .....</b>	<b>138</b>
<b>Spirituální partnerství .....</b>	<b>140</b>
<b>Intelligence těla a schopnost vztahu .....</b>	<b>145</b>
<b>● KRÁTKÝ VÝLET DO NAŠEHO VNITŘNÍHO ŽIVOTA.....</b>	<b>152</b>
<b>Emoce a pocity.....</b>	<b>153</b>
Intenzivní prožitek smutku .....	156
To zvláštní na radosti a agresi .....	157
Zpět k cítění.....	159



Cvičení vnímání .....	160
S Inteligencí těla se vypořádávají témata.....	163
<b>● TA VĚC S ENERGIÍ.....</b>	<b>167</b>
Energie je zcela normální.....	168
Propojení v Inteligenci těla.....	169
Jak (ne)získávat energii .....	171
Otevřenost je ochrana.....	172
Blokády jsou skvělé.....	174
Neutrální je to nové pozitivní .....	175
Energie a dech .....	179
Jak měl život vypadat? .....	183
Nejdůležitější energetické principy .....	184
<b>● TA, ASI NEJDŮLEŽITĚJŠÍ OTÁZKA .....</b>	<b>192</b>
Myslí to se mnou život dobře? .....	193
Převzetí odpovědnosti za sebe sama .....	194
Intelligence těla jako kompas v životě .....	196
Vše je možné, ale ne pro každého.....	199
Doslov aneb: Recepty na vaření nikoho nenasytí.....	206
Zdroje, knihy, odkazy .....	207
Poděkování.....	209
Autoři .....	211
Vážení čtenáři.....	212
Důležitá poznámka .....	213