

# OBSAH

ÚVOD	6				
<b>KAPITOLA 1</b>		<b>KAPITOLA 4</b>		<b>KAPITOLA 6</b>	
<b>VZTAH K LÉČIVÝM</b>		<b>CITOVÉ REAKCE A STAVY 56</b>		<b>INTELEKTOVÉ</b>	
<b>KRYSTALŮM</b>	<b>10</b>	Hrdost	58	<b>A ETICKÉ CITY</b>	<b>104</b>
Moc krystalů	12	Sebevědomí	60	Osvícení	106
		Vášeň	62	Inspirace	108
<b>KAPITOLA 2</b>		Smyslnost	64	Osvobození	109
<b>JAK NAVÁZAT SPOJENÍ</b>	<b>18</b>	Vzrušení	65	Intelektuální pnutí	110
Hlubková meditace	22	Odvaha	66	Duchovní prozření	112
Dotyková meditace	26	Hněv	68	Náklonnost	114
Pohybová meditace	27	Podrážděnost	70	Pocit nejistoty	116
Krystalové snění	28	Potřeba pozornosti	72	Pocit viny	118
Co je psáno, to je dáno	30	Touha ovládat	74	Zmatení	119
Zvuková meditace	31	Frustrace	76	Nervozita	120
		Rozhořčení	77	Zahlcení	122
<b>KAPITOLA 3</b>				Úzkost	123
<b>NÁLADY A POCITY</b>	<b>32</b>	<b>KAPITOLA 5</b>			
Důvěra	34	<b>CITOVÉ VZTAHY</b>	<b>78</b>	Jak se orientovat ve svých	
Síla	36	Láska	80	emocích	124
Sebeúcta	38	Empatie	82	Rejstřík	126
Klid	40	Vnitřní klid	84	Poděkování	128
Hravost	41	Radost	86	Autoři fotografií	128
Optimismus	42	Blaženost	88		
Přijetí	44	Účast	90		
Znuděnost	46	Zklamání	92		
Pocit vyčerpání	47	Beznaděj	94		
Strach	48	Žal	96		
Pocit osamělosti	50	Pocit studu	98		
Bolest	51	Skleslost	100		
Lenivost	52	Smutek	102		
Roztěkanost	54				