

Obsah

Úvod	5
1. Co je to vlastně magie?	9
2. Je magie i pro mě?	11
3. Pozitivní myšlení	20
4. Vůle a slovo	23
5. Černá a bílá magie	29
6. Harmonie těla, duše i ducha	32
7. Živlová rovnováha	35
8. Hurá do přírody	40
9. Nechme minulost minulostí	45
10. Zdraví	50
11. Zdraví podruhé – a tentokrát už i trocha praxe	54
12. Zdraví potřetí – a už jenom samá praxe	62
13. Relaxační techniky poprvé – začínáme!	66
14. Relaxační techniky podruhé – „vyšší dívčí“	70
15. Sny	75
16. Štěstí	82
17. Vizualizace	88
18. Životní prostor	94
19. Aura	97
20. Aura podruhé – a teď už i špetka magie	105
Doporučená literatura	110
„Éčka“ v potravinách	113
Éterické oleje	115
Barvy	118
Živlové korespondence	121
Léčivé rostliny	123
Bylinky	124
Slovníček nejdůležitějších pojmů	134