



S P I S T R E Ś C I

Przedmowa: O książce

ANNE CIVARDI 6

Wprowadzenie dla rodziców

DAVID FONTANA

Pomóż dziecku rozwijać się 8

Wyobraźnia i kreatywność 10

Radzenie sobie z lękami 12

Odnajdywanie swojej tożsamości dzięki
opowiadaniom 14

Sztuka czytania dzieciom 16

Tworzenie odpowiedniego nastroju 18

Rozmowa z dzieckiem 20

Afirmacje 22

Jak zacząć? 24

Dwadzieścia opowiadań do medytacji

Sklep z zabawkami Andzeli 26

Taniec z motylami 32

Twórcy snów 38

Śpiewające dzieci z gór 42

Delikatny jak słoń 48

Klaun na niebie 52

Śniegowy królik 58

Skarb na dnie morza 64

Posąg w parku 68

Taniec z pogodą 74

Nieznajomi w lesie 80

Magiczny górski kryształ 86

Kot przed kominkiem 90

Stary dąb 94

Ostatnia podróż Piotrka 98

Cyrk snów 104

Śpiew kosa 110

Robaczek świętojański 114

Radosna dżungla 118

Płynąca rzeka 124

Poszukiwanie prawdziwej medytacji 130

Oddychanie i koncentracja 132

Pomóż dziecku przy wizualizacji 134

Cztery krótkie wizualizacje 136

Indeks Wartości i Zagadnień 140

Podziękowania 144

