

OBSAH

<i>Předmluva</i> _____	13
<i>Asyrská snová modlitba</i> _____	15
<i>Poděkování</i> _____	16

I: DEN

1 Tajemství snů _____	19
Dvě myslí _____	19
Symboly _____	21
Druhy snů _____	21
Snová inkubace (Posvátný spánek) _____	24
Moderní teorie snů _____	25
2 Egypt _____	27
Egyptané a sny _____	29
Egyptský chrámový spánek a snová inkubace _____	31
Bes – dárce snů _____	36
Magické rušení účinků škodlivých snů _____	37
3 Střední východ: Sumer, Babylonie a Asýrie _____	39
Sumer _____	40
Babylonie a Asýrie _____	44
4 Řecko _____	53
Druhy snů _____	53
Snová inkubace _____	54
Negativní sny _____	56

Hippokratés a snová diagnóza _____	58
Artemidóros a výklad snů _____	59
Snová božstva _____	62
5 Řím _____	65
Sny _____	65
6 Havajské ostrovy _____	71
Kahunové _____	72
Konec tradiční havajské kultury _____	72
Havajci a sny _____	74
7 Severní Amerika _____	81
Navahové _____	83
Odžibvejové (Čipevové) _____	85
Irokézové _____	86
Marikopové _____	87
Papagové _____	88
Jiné indiánské národy _____	89
8 Snáře _____	91

II: NOC

9 Posvátný spánek _____	99
Co je posvátný spánek _____	99
Co vás zajímá _____	100
Posvátný spánek jako osobní náboženství _____	103
10 Poslové snů _____	105
Západní pohanství dnes _____	106
Božstva, jejich podoby a symboly _____	107

11 Přípravy na posvátný spánek _____	119
Načasování _____	119
Strava _____	122
Alkohol a léky _____	122
Zdržlivost _____	123
12 Snové rituály _____	125
Struktura snových rituálů _____	126
Sen _____	132

III: ÚSVIT

13 Jak si sny zapamatovat a jak je zapisovat _____	137
Snový deník _____	138
Zablokované sny _____	139
Jak si sny zapamatovat _____	140
14 Výklad snů _____	143
Druhy snů _____	143
Osobní výklad snů _____	146
Jak si sestavit snář _____	148
15 Božské sny _____	155
Proč by božské sny měly být nejasné? _____	155
Jak rozeznávat božské sny _____	156
Výklad božských snů _____	158
Problémy a úkoly _____	160
16 Posvátné snění _____	163
<i>Dodatek 1: Seznam posvátných snových symbolů _____</i>	167

<i>Dodatek 2: Snová božstva</i> _____	177
<i>Dodatek 3: Přirozené metody navození spánku</i> _____	179
<i>Dodatek 4: Snová zaklínadla</i> _____	183
<i>Poznámky</i> _____	185
<i>Slovníček pojmů</i> _____	199
<i>Bibliografie</i> _____	203
<i>Rejstřík</i> _____	209