

Předmluva: byla to zem v zemi **9**

I. V labyrintu skal **13**

Tucet pojmenování pro jednu horu • Krajinná dominanta, ale kam ji zařadit? • Jak vznikala geologická mozaika Vlhoště • První geologické výzkumy • Prvohory – doba, kdy vznikl Český masiv • Druhohorní moře a tři skalní patra na Vlhošti • První patro: Studánecká rokle pod Hvězdou • Druhé patro: pohled z Vlhošťského sedla • Třetí patro: stěny na Vlhošti a okolí Nedamova • Záhada čtvrtého patra • Za vším hledej znělec • Zlom v Ráji • Hrátky s železem • Železo ve znamení Marsu • Uran jako zvláštnost i hrozba • Čtvrtohory: vznik dnešní krajiny • Když se valí kameny • Kouzla skalního reliéfu • Převisy a voda jako základ civilizace • Prameny a studánky • Potok v suché krajině • Holany – centrum rybníkářství • Cesty do všech směrů • Osídlení pod horou • Kámen pro všechny účely • Lezení po Vlhošti • Vlhošť na starších vyobrazeních • Poděkování

II. Obcházení hory **149**

Cirkumambulace • Lhota • Na cestě? • Pískovcový fenomén • Proč Vlhošť vypadá jako kupka sena? • Jak vznikají pískovcové doly? • Pískovcové skály z pohledu sokola • Pískovcové skály z pohledu mravence • Vlhošť jako součást komponované krajiny Zahrádecka? • Výsada či prokletí? • Mezolitici a indiáni • Migrační trasy: symetrický model jižního Kokořínska a Zahrádecka • Jejich myšlenkový svět • Šaman na Kouzelném vrchu • Posvátná místa: usedlíci mají místo, nomádi mají prostor • Objevování krajiny pod Vlhoštěm • Černé louže • Krápací studánky • Ze Strážníku na Máselník a odtud do Lešnice • Ohně a ohniště • Ostrovy a ostrůvky • Trojská válka a lužická krize v Kravích dolech pod Dřevčicemi • Úplná proměna lesního prostředí • Sahara a bezděžská tajga • Železité horizonty • Vzestup lesa • Buky jako osobnosti • O vodě mezi želvou a systlem • Krajina 19. století • Jíst ze stejných stromů • Vosy, sršni a klima • Život s vlkem za zády • Posledních třicet let • Lidé – slova, barvy a tóny • Rezervace příznaků • Vlhošť jako mraveniště, do kterého nad ránem chodí spát hvězdy • Hory vhodné k obcházení • Totální hora • Poděkování

Použitá literatura	261
Přílohy	277
Příloha 1: Glosář pomístních názvů • Příloha 2: Pověsti z okolí Vlhoště • Příloha 3: Významné převisy • Příloha 4: Návrhy, doporučení a další údaje a názory • Příloha 5: Jak se chovají lidé za krize • Příloha 6: Západní hora, začátek putování	
Summary	309
Zusammenfassung	312
Místopisný rejstřík	315