

# Obsah

Úvod .....	09
Jak jsem postupoval .....	12
Vědomí AMRITY .....	14
Abhinavagupta o AMRITĚ .....	21
Duchovní zákony a etika amrity.....	23
Obsahová synonyma:	
AMRITA = SÓMA = SAMARASA = MADHYJA .....	25
SÓMA .....	25
SAMARASA .....	29
MADHYJA .....	30
Amrita jako ‚NEKTAR — ŠŤÁVA‘ či ambrózie .....	31
AMRITA NÁDÍ (PARA NÁDÍ) .....	32
Zkušenosti nazývané ‚amrita nádí‘ — fenomény .....	35
Pohled ‚jógy‘ na amrita nádí .....	36
Ramana Maháriši.....	37
Adi Da (Franklin Jones) .....	40
David Spero: amrita sahadža samádhi .....	44
Osobní zkušenost .....	45
Vědomí ‚pránajám‘ a jeho krija .....	51
Vertikální .....	52
Cyklické .....	53
Ryze sférické.....	53
Kombinované (sféricko-vertikální) .....	54
Praktické shrnutí.....	57

Komentář k citaci z knihy <i>Skryté síly v člověku</i>	
od svámího Mahéšvaránandy .....	62
K otázce „nesmrtelnosti“ .....	71
K otázce „napodobování“ .....	73
Společný dia-log(os) .....	77
Peter Wilberg o amritě .....	82
Otázka podstaty amrity — „božského nektaru“ .....	84
Co opravdu „NE!“ .....	87
Jak duchovně vzkřísit „nesmrtelnost“ a „pít“	
božský nektar? .....	89
Khečari mudra .....	91
Instrukce k rozšíření vědomí	
(praxe khečari mudry) .....	92
Praxe směřující k životu v oceánu božského	
vědomí ( <i>čidakáša</i> ) .....	95
Základní meditace:	
— rozšíření prostorovosti vědomí .....	97
— prohloubení vědomí dechu .....	98
Závěr .....	102
Jóga vědomí (tantra)	
a „tradiční“ jóga .....	102
Příloha A:	
Schéma praxe vědomí .....	104
Reference .....	108