

OBSAH

Předmluva

Poznámka k výslovnosti

Kaivaljaštakam

Mahámrtjuňdžája mantra

Úvod

I. Kapitola - Filosofie džapy

Co je to džapa?

Mantra jóga

Zvuk a obraz

II. Kapitola - Sláva jména

Náma mahima

Dobrodiní džapy

III. Kapitola - Mantry

Pranava

Hari náma

Kali santarana upanišada

Džapa vidhana

Mantry pro džapu

Sláva manter

Praktické pomůcky k džapě

Pravidla pro džapu

Gájatrí mantra

IV. Kapitola - Sádhana

Nutnost učitele

Meditační místnost

Brahma muhúrta

Výběr išta dévata

Ásana pro džapu

OBSAH

Předmluva	6
Poznámka k výslovnosti	9
Kaivaljaštakam	11
Mahámrtjuňdžája mantra	13
Úvod	14
I. Kapitola - Filosofie džapy	19
Co je to džapa?	19
Mantra jóga	20
Zvuk a obraz	21
II. Kapitola - Sláva jména	25
Náma mahima	25
Dobrodiní džapy	27
III. Kapitola - Mantry	31
Pranava	31
Hari náma	32
Kali santarana upanišada	33
Džapa vidhana	39
Mantry pro džapu	36
Sláva manter	35
Praktické pomůcky k džapě	40
Pravidla pro džapu	41
Gájatří mantra	42
IV. Kapitola - Sádhana	47
Nutnost učitele	47
Meditační místnost	47
Brahma muhúrta	48
Výběr išta dévata	48
Ásana pro džapu	49

Kam se soustřeďovat	49
Tři sezení pro džapu	50
Nutnost mály	51
Jak se užívá džapa mála	52
Jak počítat džapu	52
Tři obměny džapy	52
Múlábandha a kumbhaka v džapě	53
Džapa a karmajóga	54
Likhita džapa	54
Počet džap	56
Časová tabulka džap	56
Akhanda džapa	60
Moc zvuku a jména	60
Bídža akšáry	61
Pokyny pro džapa jóga sádhanu	64
Sláva mantra díkši	68
Anuštána	70
Pravidla džapy a pokání za přerušění džapy	73

V. Kapitola - Příběhy o džapa jógeinech 75

Úvod	75
Dhruva	75
Adžamila	76
Žák	78
Mlékařka a pandit	79
Víra: její důležitost v kultu bhaktického náboženství	79

VI. Dodatek 81

Léčení božím jménem	81
Náma aparádhy	82
Boží jméno je všemohoucí	83
Otázky a odpovědi	84
Sláva božního jména	87
Změňte dršti	90
Koncentrace a meditace	91
Dvacet popudů k meditaci	93
Psaní manter	95
Pokyny žákům	97

VII. Závěr 98

prohozené strany: na straně 35 a 36 patří kapitola DŽAPA VIDHANA ze str. 39-39, za ni MANTRY PRO DŽAPU ze str. 36-37, pak SLÁVA MANTER ze str.35

Kam se soustřeďovat
Tři sezení pro džapu
Nutnost mály
Jak se užívá džapa mála
Jak počítat džapu
Tři obměny džapy
Múlábandha a kumbhaka v džapě
Džapa a karmajóga
Likhita džapa
Počet džap
Časová tabulka džap
Akhandá džapa
Moc zvuku a jména
Bídža akšáry
Pokyny pro džapa jóga sádhanu
Sláva mantra díkši
Anuštána
Pravidla džapy a pokání za přerušení džapy

V. Kapitola - Příběhy o džapa jóginech

Úvod
Dhruva
Adžamila
Žák
Mlékařka a pandit
Víra: její důležitost v kultu
bhaktického náboženství

VI. Dodatek

Léčení božím jménem
Náma aparádhy
Boží jméno je všemohoucí
Otázky a odpovědi
Sláva božského jména
Změňte dršti
Koncentrace a meditace
Dvacet popudů k meditaci
Psaní manter
Pokyny žákům

VII. Závěr