

OBSAH

Předmluva	7
<i>Kapitola I.</i>	
Pojem „mystika“	12
<i>Kapitola II.</i>	
Karma	39
<i>Kapitola III.</i>	
Mravní předpoklady mystického vývoje	56
<i>Kapitola IV.</i>	
Soustředění	72
<i>Kapitola V.</i>	
Soustředění s kvalitami	101
Soustředění s dechem	102
Druhé soustředění s dechem	102
Slučování samsarických a nirvanických prvků vlastního bytí	103
Spojování prány s apánou	105
Potlačování živočišných komplexů pod mez jejich mož- né účinnosti	106
Rozněcování centrálního ohně	108
Výměna duševních kvalit vzýváním a manipulačním sou- středěním	109
Jóga proměny	113
Poznání povahy vědomí	113
Cvičení oddanosti	117
<i>Kapitola VI.</i>	
Mystické stavy	123
<i>Kapitola VII.</i>	
Proč být jogínem	148
Vysvětlivky	156