

Obsah

Úvod	9
Co je jóga.....	10
Život člověka <i>vybrala a zpracovala Petra Papoušková</i>	
Hledání a cíl.....	14
Cesta a náboženství	15
Duchovní růst	17
Překážky a problémy	18
Kázeň a vůle.....	20
Lenost a čas.....	22
Smrt a nesmrtelnost.....	24
Skutečnost a klam.....	25
Tělo	27
Síla myšlenek	28
Strach	29
Kritika.....	30
Pole dharma	32
Láska	33
Vnitřní štěstí	35
Rodina	37
Strava.....	43
Mistr a žák <i>vybrala a zpracovala Zuzana Veselá</i>	
Mistr	49
Žák.....	52

O mysli, intelektu, vědomí a egu <i>vybrala a zpracovala Jindra Dohnalová</i>	
Mysl	59
Intelekt.....	66
Vědomí.....	69
Ego.....	74
Duchovní cvičení <i>vybrala a zpracovala Jindra Dohnalová</i>	
Mantra	79
Jóganidrá	86
Sankalpa	88
Mauna.....	89
Meditace	91
Čtyři cesty jógy <i>vybrala a zpracovala Michaela Svobodová</i>	
Bhaktijóga.....	97
Karmajóga	104
Džňánajóga.....	111
Rádžajóga	118
Slovníček.....	128
Guru-parampará – posloupnost duchovních mistrů	
Paramajógéšvar šrí Dévpurídží	142
Bhagaván šrí Díp Nárájan Maháprabhudží	143
Paramahansa šrí svámí Mádhavánanda	144
Paramahansa šrí svámí Mahéšvaránanda.....	145
Kontakty	148