

# Obsah

Úvod .....	7
<b>Jógasútry – Pataňdzali .....</b>	<b>9</b>
1. kapitola: Samádhi – Soustředění .....	13
2. kapitola: Sádhana – Duchovní praxe .....	19
3. kapitola: Vibhúti – Síly .....	25
4. kapitola: Kaivalja – Osvobození .....	31
<b>Rozpravy o józe .....</b>	<b>35</b>
Rozprava první: Co je jóga? .....	37
Rozprava druhá: Proč začít s jógou? .....	41
Rozprava třetí: Jak začít s jógou? .....	45
Rozprava čtvrtá: Základní kroky .....	49
Rozprava pátá: Veliké sliby .....	53
Rozprava šestá: Veliké sliby (pokračování) .....	57
Rozprava sedmá: O tajemství činů .....	61
Rozprava osmá: O utrpení .....	65
Rozprava devátá: Činy a karma .....	69
Rozprava desátá: O působení tří kvalit (gun) .....	73
Rozprava jedenáctá: O pozitivním a negativním .....	77
Rozprava dvanáctá: Očišťování .....	81
Rozprava třináctá: O neublížování .....	85
Rozprava čtrnáctá: Osm stupňů jógy .....	89
Rozprava patnáctá: O dechu .....	93

Rozprava šestnáctá: O smyslech . . . . .	97
Rozprava sedmnáctá: O touze . . . . .	101
Rozprava osmnáctá: O překážkách . . . . .	105
Rozprava devatenáctá: Tři stupně soustředění . . . . .	109
Rozprava dvacátá: O vyšších stupních jógy . . . . .	113
Rozprava dvacátá první: O karmanu a utrpení . . . . .	117
Rozprava dvacátá druhá: Stupně rozlišování . . . . .	121
Rozprava dvacátá třetí: Stručné shrnutí . . . . .	125
Rozprava dvacátá čtvrtá: Místo závěru . . . . .	129
Slovník některých sanskrtských výrazů . . . . .	133