

Obsah

Úvod	7
Jógasútry – Pataňdžali	9
1. kapitola: Samádhi – Soustředění	13
2. kapitola: Sádhana – Duchovní praxe	19
3. kapitola: Vibhúti – Síly	25
4. kapitola: Kaivalja – Osvobození	31
Rozpravy o józe	35
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 neubližování	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