

Obsah

Část I: BRÁNA DO SVĚTA TANTRY

Kapitola 1

Co vám může tantra přinést?

27

Kapitola 2

Historie tantry

37

Kapitola 3

Najděte si tu pravou tantru

49

Kapitola 4

Každodenní tantrické cvičení

59

Část II: ZÁKLADNÍ PRINCIPY TANTRY

Kapitola 5

Princip č. 1: Vše je posvátné

81

Kapitola 6

Princip č. 2: Touha je cestou k Božství

91

Kapitola 7

Princip č. 3: Prostřednictvím polarity dosáhni jednoty

97

Kapitola 8		
<i>Princip č. 4: Sublimuj sexuální energii</i>		119
Kapitola 9		
<i>Princip č. 5: Transfigurace</i>		127
Kapitola 10		
<i>Principy tantrického léčení</i>		133
Část III: CESTA TANTRY		
Kapitola 11		
<i>Otevírání srdce</i>		147
Kapitola 12		
<i>Léčení sexuality</i>		159
Kapitola 13		
<i>Probouzení sexuální energie</i>		181
Kapitola 14		
<i>Probouzení energie celého těla</i>		191
Kapitola 15		
<i>Umění tantrického orgasmu</i>		223
Kapitola 16		
<i>Vědomý vztah</i>		235
Kapitola 17		
<i>Od karmy k dharmě</i>		263
Závěr		
<i>Jak by tantra mohla sloužit světu?</i>		275
Bibliografie a doporučená literatura		279
Zdroje		283
O autorce		286
Cvičení a praktická cvičení		287