

OBSAH

Předmluva	5
Poznámka k výslovnosti	6
Kaivaljaštakam	7
Mahámrtjuňdžája mantra	9
Úvod	11
I. Kapitola – Filosofie džapy	20
Co je to džapa?	20
Mantra jóga	22
Zvuk a obraz	24
II. Kapitola – Sláva jména	28
Náma mahima	28
Dobrodiní džapy	32
III. Kapitola – Mantry	36
Pranava	36
Hari náma	37
Kali santarana upanišada	39
Džapa vidhana	42
Mantry pro džapu	45
Sláva manter	48
Praktické pomůcky k džapě	50
Pravidla pro džapu	52
Gájatrí mantra	54
IV. Kapitola – Sádhana	62
Nutnost učitele	62
Meditační místnost	63
Brahma muhúrta	64
Výběr išta dévata	64
Ásana pro džapu	65
Kam se soustřeďovat	66
Tři sezení pro džapu	67
Nutnost mály	69
Jak se užívá džapa mála	70

Jak počítat džapu	71
Tři obměny džapy	71
Múlábandha a kumbhaka v džapě	73
Džapa a karmajóga	74
Likhita džapa	75
Počet džap	78
Časová tabulka džap	80
Akhanda džapa	83
Moc zvuku a jména	84
Bídža akšáry	85
Pokyny pro džapa jóga sádhanu	90
Sláva mantra díkši	99
Anuśthána	102
Pravidla džapy a pokání za přerušení džapy	107
V. Kapitola – Příběhy o džapa jóginech	109
Úvod	109
Dhrúva	110
Adžamila	112
Žák	114
Mlékařka a pandit	115
Víra: její důležitost v kultu bhaktického náboženství	116
VI. Dodatek	119
Léčení božím jménem	119
Náma aparádhy	120
Boží jméno je všemohoucí	121
Otázky a odpovědi	124
Sláva božího jména	131
Změňte dršti	136
Koncentrace a meditace	138
Dvacet popudů k meditaci	140
Psaní manter	145
Pokyny žákům	148
VII. Závěr	149

