

SAVITUR GÁJATRÍ.....	7
SLUNEČNÍ MANTRY.....	11
BÍDŽA MANTRY.....	15
ZPŮSOB PRAKTIKOVÁNÍ.....	17
ÚČINKY POZDRAVŮ SLUNCE.....	20
TYPY POZDRAVŮ SLUNCE.....	22
Rišíkéšský pozdrav slunce.....	24
Aruna súrja namaskára.....	37
Mahá saurí súrja namaskára.....	50
Súrja krijá.....	63
Bhúmí krijá.....	69
Védská súrja namaskára.....	73
Zkrácený védský pozdrav.....	80
Védská namaskára dle Otmara Doležala.....	88
Páda uttána (pádóttána) krijá.....	96
ZÁVĚR.....	103
POUŽITÁ LITERATURA.....	105