

Obsah

Velké buddhistické školy a jejich vývoj ____ 7

Předmluva ____ 23

Slovo úvodem ____ 27

I. Buddhistická kundaliní-jóga

Úsilí – cesta a cíl ____ 39

Kundaliní-jóga v československé duchovní tradici

aneb Proč cvičit kundaliní-jógu ____ 43

Učení Fráni Drtikola jako celodenní meditační systém ____ 51

II. Praxe buddhistické kundaliní-jógy

Zvnitřnění aneb Převrácení na pravou víru ____ 61

Důležitost bdění při praxi buddhistické kundaliní-jógy ____ 67

Kolik je čakramů – Kolik je čaker ____ 71

Meditace v chůzi aneb Duchovní cesta „šinä“ ____ 81

Mantry – cesta k bdění ____ 87

III. Zintenzivnění duchovní práce

Intenzifikace duchovního úsilí ____ 95

Metoda vnitřní analýzy – Otázka na podstatné ____ 105

„Tělo pronikaje“ ____ 111

Poznání a zkušenost ____ 121

Kontemplace prázdnoty v Učení Fráni Drtikola ____ 129

Praxe Knihy chudoby ____ 135

Radostivost ____ 141

IV. Kundaliní Šakti

Všemocná hadí síla – Kundaliní Šakti ____ 149

Dál už cvičit nemusíš ____ 159

Bez přicházení a odcházení ____ 169

V. Osvícení

Vzpomínka na Buddhu ____ 177

Evženovo osvícení ____ 181

Osvobozující osvícení ____ 189

Co po Tom ____ 193

Slovo závěrem ____ 197

Použitá literatura ____ 202