

OBSAH

PŘEDMLUVA	7
KAPITOLA I	
POJEM MYSTIKA	13
KAPITOLA II	
KARMA	43
O karmě obecně	43
Působení karmy	49
Samočinná karma	56
Shrnutí	58
KAPITOLA III	
MRAVNÍ PŘEDPOKLADY MYSTICKÉHO VÝVOJE	63
Působení mravních kvalit na duchovní vývoj	63
Mravní základna mystiky a jógy	66
Rozum v mystice	69
Ctnosti	73
Mravnost	75
Oddanost	77
KAPITOLA IV	
SOUSTŘEDĚNÍ	83
Soustředění v józe a v mystice	83
Co je soustředění?	93
Místní soustředění	95
Chodidla (soustředění na tvar, s představou, bezpředmětné)	96
Střed lýtek	99
Kolena	100
Nejspodnější část trupu	101

Pupeční oblast	103
Srdeční centrum	105
Krční centrum	109
Čelní centrum	110
Obrácený postup	112
Shrnutí	115
KAPITOLA V	
SOUSTŘEDĚNÍ S KVALITAMI	117
Soustředění s dechem	118
Druhé cvičení s dechem	119
Slučování sansárových a nirvánských prvků vlastního bytí	120
Spojování prány s apánou	122
Potlačování živočišných komplexů, aby nemohly působit na mysl	124
Rozněcování centrálního ohně	126
Výměna duševních kvalit vzýváním a manipulačním soustředováním	127
Jóga proměny	131
Poznání povahy vědomí	132
Cvičení oddanosti	136
Shrnutí	139
KAPITOLA VI	
MYSTICKÉ STAVY	143
Zákonitosti vzniku a projevů mystických stavů	143
Stigmata	155
Vnitřní hlas	157
Mystická svatba	163
Práh smrti	166
Strážce prahu	169
KAPITOLA VII	
PROČ BÝT JOGÍNEM	173
SLOVNÍČEK POJMŮ	183
REJSTRÍK.....	231