

Obsah



Předmluva.....	7
Poděkování.....	11
Úvod.....	13
ČÁST I: FILOZOFIE	
1 Jóga je jednota	19
2 Otázky duše	33
3 Královská cesta k jednotě.....	41
4 Sedm duchovních zákonů jógy.....	59
ČÁST II: MEDITACE	
5 Meditace:.....	85
6 Pohyb energie:.....	107
ČÁST III: PRAXE	
7 Vědomí v pohybu	129
8 Sedm duchovních zákonů cvičení jógy.....	185
Závěr.....	205