

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA	7
ZASADY TRANSLITERACJI I TRANSKRYPCJI	9
CZĘŚĆ I.....	11
1. <i>Hathapradipika</i> I – komentarz	13
2. <i>Hathapradipika</i> II – komentarz	39
3. <i>Hathapradipika</i> III – komentarz	65
4. <i>Hathapradipika</i> IV – komentarz.....	115
CZĘŚĆ II	159
1. Mudra wadźroli	161
2. Cztery etapy kontemplacji dźwięku	167
2.1. Nazwy czterech etapów	168
2.2. Trzy węzły	170
2.3. Trzy pustki	170
2.4. Cztery rozkosze	172
2.5. Dźwięki	176
2.6. Cztery etapy – zestawienie	179
2.7. Kontemplacja dźwięku w HP na tle tradycji	180
2.7.1. Tantryczna recytacja mantry	180
2.7.2. Tantryczna kontemplacja dźwięków wewnętrznych	183
2.7.3. Dźwięki wewnętrzne w hathajodze	184
2.7.4. Podsumowanie	187
3. Koncepcja łączenia prany i apany	191
3.1. Literatura przedhathajogiczna	191
3.2. Literatura hathajogiczna (do HP)	196
BIBLIOGRAFIA.....	207
Skróty tytułów tekstów źródłowych	207
Literatura cytowana	209
INDEX LOCORUM	227