

Содержание

Предисловие	3
Введение	5
Тройственная природа	7
Пять состояний материи	8
Создание одиннадцати индрий	10
Три Веды	12
Пранаяма	14
Истинное и ложное я	16
Первый шаг пранаямы	19
Второй шаг пранаямы	20
Третий шаг пранаямы	20
Антахкарана	22
Авидья	25
Десять принципов	26
Повозка и лошади	26
Аштанга йога	29
Вверение	35
Нади	36
Кундалини	43
Шесть чакр	45
Управление чакр	48
Древняя теория эволюции	54
Шесть чакр — клавиатура чувств	58
Подразделения в чакрах	61
Чакры и звуки	63
Три глаза Матери	65
Деятельность пингалы	67
Деятельность иды	67
Вклад трех гун в жизнь неподготовленного человека	69
Современное образование	70

Способности шести чакр	71
Шесть матерей-богинь	79
Образы шакти чакр	80
Каулачара и самаячара	82
Медитация на объектах чувств в шести чакрах	84
Тантра	86
Мантра	88
Родители космоса	90
Книги, упомянутые учителем Э. К.	92