

СОДЕРЖАНИЕ



Вступление. Разгадка кармы	9
ЧАСТЬ I	15
<i>Читателю</i>	16
Глава 1. Карма. Вечная загадка	18
За рулем	18
Демифологизация кармы	20
Кармический цикл	22
Монотонная тирания кармы	28
«Запах» рабства	33
Глава 2. Намерение. Основа кармы	41
Семена намерения	48
Избегание — путь к быстрому накоплению кармы	53
Почему одни люди страдают больше других?	55
Кула-ведана. Груз коллективной кармы	62
Спор о судьбе и астрологии	67
Глава 3. Карма как память	72
Огромная гора памяти	72
Человеческие существа как мешки с кармой	78
Мембраны памяти	82

Когда через вас говорят мертвые	85
Рунаубандха. Медовая ловушка для физической памяти....	92
Глава 4. Необозримое хранилище кармы.....	100
Классификация кармы.....	100
От «быть» к «делать». От «делать» к «иметь».....	109
Причины недовольств и недомоганий	111
Глава 5. С чего все началось?	118
Разум создает память.....	118
Естественный разум и искусственный разум	124
Карма — это ругательство?.....	128
ЧАСТЬ II	131
<i>Читателю</i>	<i>132</i>
Глава 6. Карма-йога	134
Лис-калека и благородный лев.....	134
Одинокий путь	138
Выход из кармической паутины.....	141
Заблуждения о карма-йоге.....	143
Подходы к карма-йоге. Осознанность и самозабвение	149
Отречение от плода собственных действий	155
Властвовать или служить?	158
Значение жертвы	162
Глава 7. Карма-йога и физическое тело	165
Воплощая карму	165
Карма-йога и асаны.....	168
Распространенные кармические несоответствия	171
Карма и элементы	175
Минимизируя физическую память.....	179
Духовность и «быстрая перемотка» кармы	184

Глава 8. Карма-йога и ментальное тело	187
Нырнуть в настоящее	187
Данный момент неизбежен.....	192
Сложная обусловленность.....	198
Устанавливая дистанцию с кармической структурой	205
Вернуть себе ответственность	207
Глава 9. Карма-йога и энергетическое тело	211
Определяя направление	211
Йога жара и света	216
Карма и соединение тел.....	221
Когда энергии достигают пика	226
Сакральные пространства и «быстрая перемотка» кармы... ..	228
Рождение. Карма и энергетическое тело.....	230
Старение и смерть	231
Карма и потеря памяти	234
Самадхи. Достичь вершины	235
Авадхуты. Существа блаженства	238
Сохранение тела после взрыва кармического пузыря	239
Системы энергетического целительства	242
ЧАСТЬ III	247
<i>Читателю</i>	248
Беседы о карме	249
Эпилог. Карма и наряд куртизанки	281
Словарь	287
Об авторе	298
Полезные ссылки	300