

# Оглавление

Вступление

## **I. Внешнее, внутреннее и тайное**

Йога в индо-тибетской традиции

## **II. Основополагающая мудрость**

Разнообразие медитативного опыта

## **III. Чистое видение**

Освобождение воображения

## **IV. Просветлённая анатомия**

Йога каналов, ветров и сущностных частиц

## **V. Непрерывное единство**

Йога магического движения

## **VI. Нагревание**

Йога безграничного пламени

## **VII. Мистическая страсть**

Алхимия страстного желания

## **VIII. Духовный свет**

Безграничная яркость бытия

## **IX. Состояние сновидения**

Йога осознанных сновидений

## **X. Стратегии ухода**

Йога выхода за пределы смерти

## **XI. Пороговые переходные состояния**

Исследование переходных состояний

## **XII. Чудодейственные нектары**

Йога растительных эликсиров

## **XIII. Изначальное сияние**

Йога внутреннего совершенства

Заключение

Тибетская йога на Западе

Благодарность

Ссылки и источники

Источники изображений