

แนะนำศาสตร์สากลแห่งการหยั่งรู้บรมวิญญาน
ปรมหังสา โยคานันทะ



โยคะ แห่ง ภาควาทคิตา

สารบัญ

คำนำ	(7)
ภาคหนึ่ง: กุญแจไขปัญญาแห่งจิตตา	1
1. บทนำสู่ “บทเพลงแห่งจิตวิญญาณ”	3
ปัญญาญาณจากการยอมรับธรรมประเสริฐยุคโบราณ	3
ถอดรหัสสัญลักษณ์โยคะในจิตตา	4
ภควันกฤษณะ โยคะเทพ ทิพยาจารย์แห่งจิตตา	9
2. สงครามทางจิตวิญญาณในชีวิตประจำวัน	18
การใช้พลังแห่งการใคร่ครวญเพื่อชีวิตที่ได้ชัยชนะ	18
สนามรบทางจิตวิญญาณในกายและจิตของมนุษย์	20
จิตฝ่ายวัตถุซึ่งขัดกับจิตฝ่ายวิญญาณ	20
อยู่ฝ่ายไหนในสงครามระหว่างดีกับชั่ว	22
วิญญาณประจัญบานกับอหังการ	25
3. โยคะ: วิธีสู่ชัยชนะ	31
กระตุ้นพลังวิญญาณด้วยสมาธิภาวนา	31
ผลทางจิตวิญญาณจากการปฏิบัติโยคะ	34
ปลุกสสารมีองค์แปดแห่งโยคะในตัวท่าน	40
4. พลโยธาฝ่ายจิตที่ต่อต้านวิญญาณ	47
อหังการ (ภิชมะเป็นตัวแทน)	48
กาม (ทุโรธน์เป็นตัวแทน)	50
อำนาจดี-เลวของนิสัย (โทรณเป็นตัวแทน)	53

5. ชัยชนะของวิญญานจากการปฏิบัติโยคะ _____	57
ราชโยคะ: วิถีสูงสุด _____	59
การละวางภายนอก การศึกษาคัมภีร์ และการรับใช้ เป็นวิถีทางอ้อม _____	59
ราชโยคะ เป็นการปฏิบัติประเสริฐแท้จริงของทุกศาสนา _____	61
กริยาโยคะ: เทคนิคที่จำเป็นของราชโยคะ _____	62
การปกครองของวิญญานราชาในอาณาจักรกายฝ่ายจิตวิญญาน _____	64
 ภาคสอง: ภควัตคีตา แปลจากต้นฉบับ โดย ปรมหังสา โยคานันทะ _____	67
1. ความท้อแท้ของอรชุน _____	69
2. สางขะกับโยคะ: ปัญญาญาณจักรวาลกับวิธีที่จะไปถึงปัญญาญาณนั้น _____	76
3. กรรมโยคะ: วิถีการกระทำทางจิตวิญญาน _____	87
4. ศาสตร์สูงสุดแห่งการเข้าถึงพระเจ้า _____	94
5. เป็นอิสระด้วยการละวางภายใน _____	100
6. ปลอดภัยอยู่ในบรมวิญญานด้วยโยคะสมาธิ _____	106
7. ธรรมชาติของบรมวิญญาน และบรมวิญญานของธรรมชาติ _____	113
8. บรมสิ่งที่ไม่อาจทำลาย: พ้นแล้วจากวงวัฏแห่งการสร้างและการทำลาย _____	117
9. ราชวิทยา ราชรหัสยนัย _____	122
10. อนันตสำแดงแห่งบรมวิญญานอันไร้การสำแดง _____	126
11. ภาพเหนือภาพทั้งหลาย: พระเจ้าทรงเผยทิพยจักรวาล _____	132
12. ภักดีโยคะ: การรวมกับพระเจ้าด้วยการอุทิศตน _____	143
13. เกษตรและผู้รู้เกษตร _____	146
14. ข้ามพ้นคุณ _____	152
15. ปुरुโษตตมะ: ผู้เป็นเลิศ _____	156
16. โอบรับพระเจ้า ถอยไปจากมาร _____	159
17. ศรัทธาสามปะการ _____	162
18. “เราสัญญากับเจ้าด้วยสัจจะ: เจ้าจะเข้าถึงเรา” _____	166
สรุป “ลุกขึ้นเถิด! ราชวดีอยู่ตรงหน้าท่านแล้ว” _____	175
เกี่ยวกับผู้เขียน _____	180