



1. Dzięki niej żeglujemy podczas praktyki albo ulubiona pozycja wielu joginów
2. Jedna z sześciu praktyk oczyszczających rekomendowana przez m.in. Svātmārāmę
3. Najważniejsza z zasad etycznych postępowania każdego jogina
4. Boska gra, zabawa, rozrywka – czyli cały nasz świat nie tylko według wyznawców Śivy
5. Jedna z kleś – czyli przypadłości zaburzających naszą percepcję rzeczywistości
6. Pozycja ornitologiczna, różnie tłumaczona na polski, ale niezależnie od nazwy równie wymagająca
7. Jedna z jogicznych niyam, szczególnie trudna do osiągnięcia we współczesnym, konsumpcyjnym społeczeństwie
8. W tej asanie chowamy się na macie do skorupy
9. Jedna z najstarszych (X w.) udokumentowanych asan niesiedzących lub jeszcze inna asana ornitologiczna
10. Jeden z wybitnych, choć mniej znanych, uczniów Krishnamacharyi
11. Cel jogicznych praktyk nie tylko wg. Patañjalego
12. Karmiczny odcisk na naszej świadomości, powstający w wyniku jakichkolwiek działań
13. Jeden z najbardziej znanych uczniów Krishnamacharyi
14. Syn Śivy, który za wierzchowca wybrał sobie szczura (choć niektórzy twierdzą, że to mysz)
15. Nieprzerwany ciąg skupienia uwagi w jednym punkcie, jeden z ośmiu członów jogi wg. Patañjalego
16. Lęk przed przemijaniem - czyli jeszcze inna kleśa
17. Najlepsza ze wszystkich asan, przynajmniej wg. Svātmārāmy
18. Niekończący się krąg kolejnych wcieleń, z którego można wyzwolić się dzięki jodze