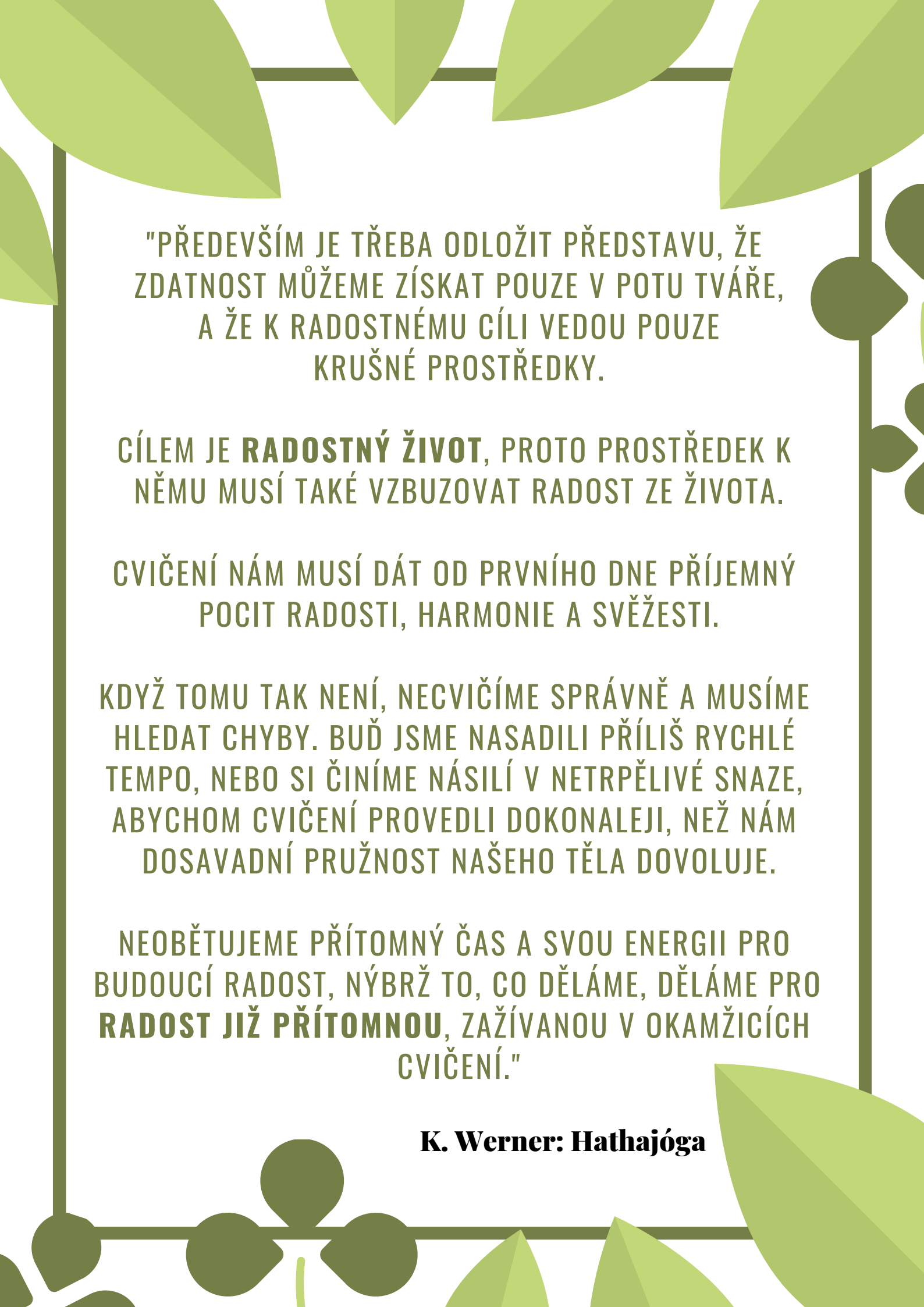




"PŘEDEVŠÍM JE TŘEBA ODLOŽIT PŘEDSTAVU, ŽE
ZDATNOST MŮŽEME ZÍSKAT POUZE V POTU TVÁŘE,
A ŽE K RADOSTNÉMU CÍLI VEDOU POUZE
KRUŠNÉ PROSTŘEDKY.

CÍLEM JE **RADOSTNÝ ŽIVOT**, PROTO PROSTŘEDEK K
NĚMU MUSÍ TAKÉ VZBUZOVAT RADOST ZE ŽIVOTA.

CVIČENÍ NÁM MUSÍ DÁT OD PRVNÍHO DNE PŘÍJEMNÝ
POCIT RADOSTI, HARMONIE A SVĚŽESTI.

KDYŽ TOMU TAK NENÍ, NECVIČÍME SPRÁVNĚ A MUSÍME
HLEDAT CHYBY. BUĎ JSME NASADILI PŘÍLIŠ RYCHLÉ
TEMPO, NEBO SI ČINÍME NÁSILÍ V NETRPĚLIVÉ SNAZE,
ABYCHOM CVIČENÍ PROVEDLI DOKONALEJI, NEŽ NÁM
DOSAVADNÍ PRUŽNOST NAŠEHO TĚLA DOVOLUJE.

NEOBĚTUJEME PŘÍTOMNÝ ČAS A SVOU ENERGII PRO
BUDOUCÍ RADOST, NÝBRŽ TO, CO DĚLÁME, DĚLÁME PRO
RADOST JIŽ PŘÍTOMNOU, ZAŽÍVANOU V OKAMŽICÍCH
CVIČENÍ."

K. Werner: Hathajóga