OBSAH

O AUTOROVI 11
PŘEDMLUVA 13
Setkání s Prém Bábou 13
Prém Bábova cesta 15
Jak z této knihy získat co nejvíce 18

ČÁST PRVNÍ
PŘEDSTAVENÍ CESTY SRDCE

1. OSM KLÍČŮ K VNITŘNÍMU MÍRU 22
2. UVĚDOMIT SI PRAVDU ROZPOZNÁNÍM ILUZE 28
Být v přítomnosti 31
Nechat lásku proudit 33
Spiritualita = skutečnost 35
3. JÓGA POZNÁNÍ, ODDANOSTI A ČINU 37
Sebepoznání 37
Oddanost 40
Nesobecká služba 41

ČÁST DRUHÁ
ABC SPIRITUALITY

4. ÚROVNĚ PŘEMĚNY NIŽŠÍHO JÁ 44
5. MASKA ODTAŽITOSTI 48
Strážci strachu a pýchy 48
Zapomenutá tajemství 50
Uvolnění pocitů 51
6. DEVĚT MATRIXŮ NIŽŠÍHO JÁ 54
Vrstvy klamu 55
Důvěřovat pravdě 57
Odhalení velké lži 60

7. PÝCHA A POKORA 63
Duchovní namyšlenost 64
Kapky pokory 65
Jednoduchý život 68
8. NEŠTĚSTÍ: ZAPOMENUTÝ HOST 71
Přivítání hosta 71
Poučit se z vlastní zkušenosti 74
9. VDĚČNOST SKRZE ODPUŠTĚNÍ 76
Pocit vděčnosti 77
Zjistěte, kde se nalézáte 78
Zrození vděčnosti 80

ČÁST TŘETÍ
PŘEMĚNA VZTAHŮ

10. HLEDÁNÍ VÝHRADNÍ LÁSKY 84
Masky podřízenosti, agrese a nezájmu 84
Potřeba výhradní lásky 86
Naladit se na své srdce 88
11. O INTIMITĚ 90
Tři síly, které nás svádějí dohromady 92
Pohled do zrcadla 94
Cesta spontaneity 97
12. SPIRITUALITA A SEX 100
Čelit svým nerozpoznaným pocitům 101
Rozdělení mužského a ženského principu 104
Sex jako vyjádření spirituality 105
13. MANŽELSTVÍ NOVÉHO VĚKU 111
Převzetí zodpovědnosti 111
Klíč k osobnímu vývoji 113
Přeměna zraněného dítěte 115

ČÁST ČTVRTÁ
PŘEMĚNA SVĚTA

14. NALÉZÁME SE V ČASECH ZMĚNY 122
Od strachu k důvěře 123
Hlas strachu 125
Zanechání ničivé hry 127
15. PENÍZE A SPIRITUALITA 130
Vnější je odrazem vnitřního 130
Energie peněz 132
Jak peníze přitékají k lidem 134
Placení za duchovní práci 136
Naplnění našeho účelu 137
Vzdát se strachu z nedostatku 138
16. VÝCHOVA DĚTÍ
K UVĚDOMĚLÉ DOSPĚLOSTI 141
Vzdělání pro nový věk 141
Za pravidly 144
Láska místo strachu 146
17. UCTÍVÁNÍ ŽENSKOSTI A MATKY ZEMĚ 149
Působení zvenku dovnitř a zevnitř ven 149
Mužský a ženský princip 151
Špatné zacházení s tělem a matkou přírodou 152
Léčení zranění 155
Nabídněte svůj dar 156
18. NESOBECKÁ SLUŽBA A SLIB NAŠÍ LINIE 158
Náš slib 159
Služba jako duchovní praxe 160

ČÁST PÁTÁ
VYŠŠÍ VĚDOMÍ

19. PŘECHOD Z NIŽŠÍHO K VYŠŠÍMU JÁ 164
Sebezkoumání 165
Stát se pozorovatelem 166

Spojení s božstvím 168
Pozvolný proces 171
20. ČTYŘI KLÍČE K UDRŽENÍ EXTÁZE 175
Přípravná fáze – vylečte své zraněné dítě 177
První fáze – zvyšte svou energii bytím v přítomnosti 179
Druhá fáze – posílejte požehnání všem bytostem 182
Třetí fáze – všímejte si synchronicity 184
Čtvrtá fáze – nechte se vést moudrostí nejistoty 186
21. DÁT NA PRVNÍ MÍSTO BOHA 190
Nejste své tělo 190
Přesměrovat svou energii k Bohu 192
22. SANÁTANA DHARMA: CESTA OSVÍCENÍ ... 195
Věčná moudrost 196
Vypnout rádio 198
Krok k Bohu 200
Objevení vašeho ne 203

ČÁST ŠESTÁ
DUCHOVNÍ MISTŘI

23. RÁMA, SÍTA A ODDANOST PRAVDĚ 208
Ráma přijímá svůj osud 208
Brána k věčnosti 212
24. VNITŘNÍ TAJEMSTVÍ ŠIVY, GANGY A DURGY DÉVÍ 214
Učení Pána Šivy 214
Šiva přijímá gangu 217
Durga dévi přemáhá démona 218
25. BHAGAVADGÍTA: O BOJI MEZI VYŠŠÍM A NIŽŠÍM JÁ 222
Příběh v pozadí 223
Význam postav 225
Odhalení nepřátel 226

Dosažení vítězství 229
26. PODSTATA UČENÍ JEŽÍŠE KRISTA 233
Otčenáš 234
Převedení Ježíšova učení do praxe 236

ČÁST SEDMÁ
VYZÝVAJÍCÍ OTÁZKY

27. JE TOTO NÁBOŽENSTVÍ? 242
Religare – Spojení duše s Bohem 242
Cesta jednoduchosti 244
Záleží na podstatě 245
28. A PROČ VŠECHNA TA ZBOŽNOST? 249
Podstata oddanosti 252
Váš guru mluví vaším jazykem 254
29. A CO VZTAH GURUA A ŽÁKA? 257
Hluboká zamilovanost 258
Odevzdat se lásce 260
Zůstaňte na své cestě 261
Význam iniciace 263

ČÁST OSMÁ
ZÁVĚREČNÉ MEDITACE

30. NOVÁ DEFINICE OSVÍCENÍ 268
Cílem je otevřít srdce 269
Nové chápání osvícení 272
Přivést světlo tam, kde byla temnota 273
31. STÁT SE ŘEČIŠTĚM SVĚTLA 277
Nadechněte smutek, vydechněte radost 277
Vnést lásku do svého každodenního života 280

ROZHOVOR S PRÉM BÁBOU 282
POZNÁMKY 294
SHRNUTÍ KAPITOL 296