

Úvod	7
----------------	---

ÓM

Hledání zvuku ticha

Nedívejte se ven – dívejte se dovnitř	19
Meditace není nic jiného než bdělá pozornost	26
Věčné, tajemné a nevinné	34
Meditace je stav bez mysli	43
Zjevné a prosté	54
Podstatou bytí je změna	63
Nic pasivně nepřijímejte – radujte se!	66

HÚM

Zasévání semínka transformace

Zapomeňte na duchovní růst	81
Není pozorovatel, není pozorované	91
Můžete se stát jen sami sebou	107
Jste tam už teď	123
Dům je plný hostů, ale hostitel chybí	132
Není žádné co, proč a kdo	148
Naprostá a bezprostřední obyčejnost	161

DIAMANT V LOTOSU

Rozkvět nejvyššího potenciálu

Život bez hranic	177
Od struktury ke spontánnosti	187

Alchymie Východu	198
Záplava ticha	213
Píseň beze slov	218
Neočekávejte, čekejte	231
Meditace – most mezi vámi a tím, co je mimo vás	240
O autorovi	249
Oshovo mezinárodní meditační středisko	251