

Obsah

Předmluva (<i>Yehudi Menuhin</i>)	9
Jak meditovat.....	15
Úvod	16
Světlo slova	27
Úplná proměna.....	32
Jak dlouho?.....	35
Myšlení a cítění.....	40
Trans-formace.....	44
Pluh	48
Zvolit si život	51
Svatost a druzí	55
Nechat být.....	59
Čas je posvátný	63
Láska, jež zbožšťuje	66
Harmonická jednota.....	70
Setkání s druhým	74
Vzdát se potřeb	78
Bohatá chudoba	82
Vidět Boha.....	86
Poznání a zkušenost	89
Světlo pravého já	93

Štěstí	96
Úcta a zbožnost.....	99
Moc a láska	103
Učit se přijímat	107
Hlubina	110
Představivost.....	114
Tradice	118
O Světovém společenství pro křesťanskou meditaci	121