

## OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	7
Předmluva .....	7
Nástin filozofie přímé stezky.....	9
Bůh je jen jeden .....	11
Rozlišená a nerozlišená jednota .....	12
Co jednota není.....	15
Zevní a vnitřní náboženství.....	15
O vnitřním životě.....	40
<b>PODSTATA PŘÍMÉ STEZKY</b> .....	63
Přímá stezka.....	63
Nejlepším učitelem je vlastní praxe .....	64
Předpoklady přímé stezky .....	66
Nebezpečí duchovní stezky .....	68
Výchozí předpoklady hledajících .....	69
Úsílí a milost .....	70
Milost je dostředivá síla boží .....	70
Jak se projevuje pokrok na stezce .....	72
Případ začátečníků.....	73
Rozdíly mezi základní a přímou stezkou .....	74
Praxe přímé stezky.....	75
Základem správného názoru je pochopení, že jsme vědomí a co je vědomí.....	77
Meditace na pozorovatele.....	80
Cesta k přirozenému samádhi.....	84
Já jsem brahman – cesta k Jednotě .....	86
Átmavičára, odevzdanost a stezka lásky .....	88
Největší nedostatek hledajících .....	89
Mysl je všemocná, vše je v mysli? Nikoliv. ....	91
To hlavní o mysli .....	92
Duchovní pravdy a přikázání.....	92
Rozlišování a odsuzování .....	95
Máme vidět v každém Boha? .....	99
Milujme Boha pro Boha a nikoliv pro jeho dary .....	101
Přínosy vnitřní pránájámy pro stezku poznání sebe.....	102
Jak jsem se seznamoval s vnitřní pránájámou.....	102

<b>LITERÁRNÍ DÍLO</b> .....	105
Jak vše vzniklo .....	105
O mých samizdatech .....	107
Anglické články.....	118
Jen pro úplnost .....	121
Rozdělení knižních původních prací a překladů podle námětů .....	121
Tiskem nevydané práce .....	123
Články a výňatky z knih v časopisech .....	124
Odborné překlady a články.....	124
 <b>MOJE POSLEDNÍ DUCHOVNÍ VŮLE</b> .....	125
Vysvětlení.....	125
Meditační soustředění.....	127
Důležitost správného rozvrhu soustředění .....	128
Začátek soustředění.....	130
Časté chyby hledajících.....	134
Společné meditace v bytech, veřejné meditace, maratóny a semináře .....	134
Meditace na dálku .....	136
Všeobecné pokyny pro hledající .....	137
Metodický pohled na doporučenou sádhanu .....	138
Pokyny pro všechna cvičení a meditace .....	142
O chování členů skupiny .....	143
Setkávání po domech .....	145
Vedení společných meditací .....	146
Otevřenost společenství .....	147
Nebezpečí ztráty pravé duchovnosti skupiny .....	147
Jak se může skupina vyhnout duchovnímu pádu .....	151
Jóga není léčebná metoda.....	152
Přednášky .....	153
Charita.....	154
Drogy .....	155
Spánek v meditaci .....	155
Partnerství .....	157
Neformální meditace .....	157
Bezbřehost a dogmatismus .....	158
Léčitelství.....	160

Veřejná setkání .....	160
Obcování svatých .....	163
Úrovně duchovního života skupiny .....	164
Mistři a společenství.....	165
Kdo jsou naši učitelé? .....	169
Důležitost dobré informovanosti.....	170
Společné soužití .....	171
Vydávání knih.....	173
Rozdělení prašadu.....	174
Jak dál? .....	175
<b>ZÁVĚR</b> .....	176
Vyhlídky do budoucna.....	176
<b>Nabídka duchovní literatury</b> .....	178
Meditace a meditační semináře s Jiřím Vackem.....	191