

# OBSAH

Úvod .....	7
------------	---

## ÓM

### Hledání zvuku ticha

Nedívejte se ven – dívejte se dovnitř .....	19
Meditace není nic jiného než bdělá pozornost .....	27
Věčné, tajemné a nevinné .....	37
Meditace je stav bez mysli .....	47
Zjevné a prosté .....	59
Podstatou bytí je změna .....	69
Nic pasivně nepřijímejte – radujte se! .....	73

## HÚM

### Zasévání semínka transformace

Zapomeňte na duchovní růst .....	87
Není pozorovatel, není pozorované .....	97
Můžete se stát jen sami sebou .....	113
Jste tam už teď' .....	131
Dům je plný hostů, ale hostitel chybí .....	141
Není žádné co, proč a kdo .....	157
Naprostá a bezprostřední obyčejnost .....	171



# DIAMANT V LOTOSU

## Rozkvět nejvyššího potenciálu

Život bez hranic . . . . .	187
Od struktury ke spontánnosti . . . . .	199
Alchymie Východu . . . . .	211
Záplava ticha . . . . .	227
Píseň beze slov . . . . .	233
Neočekávejte, čekejte . . . . .	247
Meditace – most mezi vámi a tím, co je mimo vás . . . . .	257
O Oshovi . . . . .	265
Oshovo mezinárodní meditační centrum . . . . .	267