

Obsah

Meditace: Jazyk Boha	9
Nejdříve to první: Jak začít	17
Ovládnutí základů	25
Tichá mysl	39
Tvé duchovní srdce: Domov míru	57
Koncentrace, meditace a kontemplace:	
Tři kroky k sebenaplnění	67
Dvě křídla k letu: Modlitba a meditace	85
Síla mantry	97
Hudba a meditace: Zvuk a ticho	105
Vnímavost: Otevření se světlu	113
Medituji dobře?	121
Udržení si své radosti	139
Vaše denní meditace: Potrava pro duši	147
Nikdy se nevzdávej!	167
Meditace: Praktické řešení problémů	183
Meditace v činu: Služba druhým	195
Guru: Tvůj soukromý učitel	207
Meditace žáka Sri Chinmoye	215
Porozumění svým vnitřním prožitkům	233
Samádhi: Výška Božského Vědomí	253