

OBSAH

Slovo na okraj knihy	9
Předmluva.....	15
Úvod	17
První část: Visuddhimagga – mapa vnitřního prostoru.....	21
1. Příprava na meditaci	25
2. Cesta koncentrace.....	31
3. Cesta jasnozřivosti.....	39
Druhá část: Cesty meditace – přehled.....	55
4. Hinduistické bhakti	59
5. Židovská kabala.....	65
6. Křesťanský hésychnasmus	69
7. Súfismus	74
8. Transcendentální meditace	80
9. Pataňdžaliho aštánga jóga	85
10. Indická tantrajóga a kundaliníjóga.....	90
11. Tibetský buddhismus	95
12. Zen	99
13. Gurdjieffova čtvrtá cesta	103
14. Krišnamurtiho čisté uvědomění	107
Třetí část: Cesty meditace – jejich zásadní jednota	111
15. Příprava na meditaci	113
16. Pozornost	115
17. Vidíte, v co věříte	118
18. Změněné stavy vědomí.....	120

Čtvrtá část: Psychologie meditace	123
19. Abhidhamma: východní psychologie	125
20. Psychologie Východu a Západu	144
21. Meditace – výzkum a praktické použití	161
Bibliografie	183
Doporučená četba	190
Poznámka překladatele a další literatura	191
Doplňk k bibliografii	195
Rejstřík	199