

## Obsah

1. Zvuk a ticho . . . . .	7
2. Ano a ne . . . . .	23
3. Srdce a mysl . . . . .	49
4. Mistr a žák . . . . .	69
5. Minulost a budoucnost . . . . .	103
6. Přirozené a nadpřirozené . . . . .	115
7. Reflexe a neztotožňování . . . . .	145
8. Jednejte přiměřeně . . . . .	175
9. Jste tam, jen o tom nevíte . . . . .	201
10. Pomalu, pomaloučku . . . . .	219
O autorovi . . . . .	226
Oshovo mezinárodní meditační středisko . . . . .	228