

Obsah

Předmluva	7
1. Nauka v praxi	9
2. Transformace pramení z pochopení	36
3. Bdělá spontánnost	63
4. Nesnažte se a jen buďte!	88
5. Jsme jedna energie	111
6. Žádný problém není závažný	138
7. Žijte naplno	165
8. Buďte včela, buďte svobodní!	191
9. Láska je řeč	218
10. Úplně mimo, zlato!	243
<i>O autorovi</i>	<i>273</i>
<i>Oshovo mezinárodní meditační středisko</i>	<i>275</i>