

ŚCIEŻKA  
MEDYTACJI

# Spis treści

Przedmowa . . . . .	5
Ścieżka mantry . . . . .	9
Porzucić rozproszenia . . . . .	14
Powołanie do pełni życia . . . . .	19
Ekspansja miłości bez końca . . . . .	24
Dyscyplina i wolność . . . . .	29
Komunia ciszy . . . . .	33
Pokój Chrystusowy . . . . .	38
Wierność prostocie . . . . .	42
Wyzwolenie . . . . .	47
Poza iluzję . . . . .	51
Jesteśmy ważni dla Boga . . . . .	55
Rzeczywistość, która jest miłością . . . . .	58
Twoje serce jest świątynią . . . . .	63
Zakorzeni w centrum . . . . .	67
Rozbijając lustro . . . . .	71
Droga do tego, co wieczne . . . . .	75
Pierwotna niewinność . . . . .	78
Prostota jest jednością . . . . .	83
Poza techniką . . . . .	87
Śmierć . . . . .	92
Śmierć i Zmartwychwstanie . . . . .	96
W duchu Wielkiego Postu . . . . .	100
Przesłanie ciszy . . . . .	104

Źródło życia . . . . .	107
Wiara . . . . .	111
Pełnia Boga . . . . .	115
Bycie sobą . . . . .	119
Przestrzeń dla bycia . . . . .	126
Jedno centrum . . . . .	131
Radość prawdy . . . . .	136
Światło Chrystusa . . . . .	140
Chrystus w nas . . . . .	144
Wolność bycia prawdziwym . . . . .	148
Ofiarować siebie . . . . .	153
Jak medytować według zaleceń o. Johna Maina OSB? . . . . .	157
Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej . .	158
Literatura uzupełniająca . . . . .	161