

СОДЕРЖАНИЕ

7 Приглашение к чтению

ИСТИНА



- 17 Наша изначальная доброта
- 18 «Достаточно хорошо» – это насколько?
- 20 Спасибо за все...
- 21 Вторая стрела
- 24 Сопротивляясь демонам
- 27 И это тоже...
- 29 Медитация на газетные новости
- 33 Дойти до предела и расслабиться
- 35 Дар ошибочной стратегии
- 38 Горе расизма
- 45 Говорить и принимать трудную правду
- 48 Не проблема
- 51 То, что вы практикуете, усиливается
- 52 Спасибо, Сири
- 55 Реальный, но не истинный
- 56 Драгоценное присутствие
- 57 Каждый день, несмотря ни на что

ЛЮБОВЬ



- 63 Любовь всегда любит вас
- 67 Исцеление через любовь к себе
- 71 Границы нашей свободы
- 74 Жить настоящей жизнью
- 79 Видеть тайную историю
- 82 Пожалуйста, пусть я буду добрее
- 85 Муравьиная ферма Нараяна
- 87 Мы друзья
- 90 Почтение к жизни
- 95 Наша тайная красота
- 97 Мост между тоской
и чувством принадлежности
- 100 Подружиться с горем
- 103 Страхи нашего мира
- 109 Любить жизнь, несмотря ни на что

СВОБОДА



- 115 Два крыла
- 117 Небо, залитое солнцем
- 120 «Вот оно!»
- 121 Вспомнить путь домой
- 124 Сдаваться снова и снова
- 130 Соприкоснуться с присутствием
- 131 Говорить «да»
- 133 Нереальный другой
- 136 Безграничное небо осознания
- 139 Видеть сквозь маску
- 143 «Я никто»
- 144 Эта Вселенная – дружелюбное место?
- 148 Молитва для Мии
- 149 Счастье без причин
- 153 Рык льва
- 154 Эти драгоценные моменты
- 157 Стоять в неподвижности
- 159 Наш настоящий дом
- 160 Сердце, готовое ко всему
- 161 Аромат осознания
- 163 Истина или любовь?
- 164 *Благодарности*
- 166 *Примечания*
- 168 *Об авторе*
- 169 *Об иллюстраторе*