

Indice

1) Il senso di intraprendere un cammino spirituale	1
2) Il mio cammino spirituale	5
3) L'insegnamento di Eckhart Tolle	9
4) Il valore del cammino spirituale in questo momento storico	13
5) La vita interiore e la vita nel mondo sono una sola pratica	19
6) Il senso della sofferenza	25
7) È possibile provare la gioia di vivere anche in presenza della sofferenza altrui	31
8) Trasformare il mondo da dentro	35
9) Il passaggio dallo stato di coscienza dell'ego allo stato di consapevolezza risvegliato	39
10) Ascendere dal Presente	45