

Table des matières

| | |
|--|-----|
| Préface | 9 |
| Avant-propos | 13 |
| Éveillons notre cœur | 15 |
| Questions-réponses | 19 |
| L'ordre des Udasin | 21 |
| La spiritualité | 25 |
| La Grâce | 33 |
| Le renoncement | 35 |
| La Sagesse Éternelle ou Sanâtana Dharma | 37 |
| La non-dualité ou advaita vedânta | 41 |
| Les Maîtres spirituels | 49 |
| Le Maître intérieur | 57 |
| Le yoga | 59 |
| Le mantra | 65 |
| La pratique du japa | 71 |
| La méditation | 73 |
| Généralités sur la pratique | 81 |
| Le Refuge du Cœur | 113 |
| Bibliographie | 115 |
| Glossaire | 117 |