

## Table des matières

---

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