

ÍNDICE

Prólogo.....	13
Cada momento.....	17
Recuerda.....	18
En la orilla.....	20
Ya todo está.....	22
Detente.....	24
Conciencia tras conciencia.....	26
Momentos de conciencia.....	28
Absuelto de creerme lo que pienso.....	29
En todos vivo.....	31
Zambúllete.....	33
¡Qué feliz soy!.....	35
Libertad.....	37
Descreeer a tiempo.....	41
Acción de gracias, a quien corresponda.....	43
¡Qué fácil que resulta!.....	45
¡Qué asombroso!.....	47
El corazón.....	49
He visto pasar.....	51
El mensajero.....	56
El fondo del alma.....	58
La libertad I.....	59
Aprecio y desprecio.....	61
Ser y no ser.....	62
Pensamientos.....	63
Despierta.....	66
La libertad II.....	68
La perfección.....	70
El destino.....	72
Ser, comprender, amar.....	74

La herida.....	76
El verbo.....	78
Ser feliz.....	81
Adivinanza.....	82
Amanecer.....	84
El dolor.....	85
La espinita.....	87
El momento.....	89
Plegaria de la mente madura.....	92
Conciencia.....	95
Lo sagrado.....	98
Soltar.....	100
Los años.....	101
No huyas.....	102
La soledad ausente.....	105
Aprendiendo a emocionarse.....	106
Dejando con el tiempo.....	108
Mi soledad.....	112
El lago.....	113
Dejar y tomar.....	116
El hombre que odia.....	118
Para cuando sufras.....	121
La oración del Bodhisattva.....	123
Límites.....	125
La carta de la vida.....	128
Adiós, tristeza, adiós.....	131
Saberte amor siendo.....	134
Solo yo soy.....	136
La jaula.....	139
La maldición.....	141
La pureza.....	144
La paz.....	147