Anna Walczak, Wojciech Mikołajewicz – Wprowadzenie 7

**Część pierwsza. Personifikacje 13**

Halina Gajdamowicz – Mistrzostwo duchowe Profesora Aleksandra Kamińskiego 15

Andrzej Sztylka – Humanizm Bogdana Suchodolskiego 25

Stanisław Chrobak – Wydobyć mistykę dnia codziennego – Janusz Tarnowski o życiu duchowym 39

Aleksandra Strzelecka – Przesłanie św. Klary dla współczesnych młodych 49

Lidia Marszałek – Wolność i miłość u źródeł duchowości. Maria Montessori o rozwoju integralnej osobowości człowieka 59

**Część druga. Podróże 73**

Cezary Marasiński – Jan Potocki między Innymi – podróż jako szkoła życia duchowego 75

Małgorzata Miksza – Wanda Dynowska. Umadevi. Tenzin Chodon (1888–1971). Świetlista Dusza w duchowym rozwoju. Od zachwytu przyrodą do zachwytu dzieckiem 91

Bernadetta Żynis – Mistrzowie o życiu duchowym w Jodze Vasisthy 107

Monika Modrzejewska-Świgulska – Czy ćwiczenia fizyczne mogą być czymś więcej? Joga jako sposób na (samo)wychowanie do dobrostanu fizycznego i psychicznego 117

Wojciech Mikołajewicz – Medytacja jako droga ku duchowemu spotkaniu z Innym 129

Anna Walczak – „Życie duchowe” – podróż do źródeł 139

Lucyna Telka – O Mistrzu w polu praktyki 155

Noty o autorach 167