

★はじめに……………1

第一信……………よき出会い……………11

第二信……………申しこみ受諾……………19

第三信……………最初の行法……………31

第四信……………坐法と呼吸……………47

第五信……………瞑想……………61

第六信……………生命の木……………76

第七信……………計器としての木……………97

第八信……………幻想は櫃こぶを運ぶロバ……………109

第九信……………相談相手が多いと……………123

第十信……………出ること、入ること……………135

第十一信……………力にふれる……………150

第十二信……………力をみなぎらせる……………164

第十三信……………足踏み、手振り……………176

第十四信……………ライオンが道にいる……………189

第十五信……………門は開かれている……………200

★訳者解説……………210