

# Contenido

Gilles Farcet • Prólogo •	11
1. Sophie • Desde la impotencia hasta el soltar •	21
2. Éric • Ser receptivo •	37
3. Sophie • Honrar el deseo •	43
4. Éric • El padre de la mentira •	63
5. Sophie • Emerger de la negatividad •	75
6. Éric • Liberarse de la culpabilidad •	95
7. Sophie • En las fauces del tigre •	101
8. Éric • Cuestionar la emoción •	107
9. Sophie • Compasión obliga •	123
10. Éric • La vía del corazón •	137
11. Sophie • Lección de comunión •	153
12. Éric • Cultivar la presencia •	165
13. Sophie • Mi amiga, la emoción •	183
14. Éric • El Adhyatma Yoga y el Cuarto Camino •	197
15. Sophie • Salir de la prisión •	223
16. Éric • La fuerza de la intención •	233