

Table des matières

Remerciements	3
Avant-propos	7
1. Les disciplines spirituelles: la porte de la libération	11
Première partie:	
<i>Les disciplines intérieures</i>	
2. La discipline de la méditation	29
3. La discipline de la prière	57
4. La discipline du jeûne	79
5. La discipline de l'étude	103
Deuxième partie:	
<i>Les disciplines extérieures</i>	
6. La discipline de la simplicité	127
7. La discipline de la solitude	155
8. La discipline de la soumission	177
9. La discipline du service	201
Troisième partie:	
<i>Les disciplines collectives</i>	
10. La discipline de la confession	227
11. La discipline de l'adoration	249
12. La discipline de la direction	275
13. La discipline de la célébration	299