

Obsah

Předmluva k vydání z roku 1991	7
Úvod k vydání z roku 1991	8
Předmluva překladatele do angličtiny	14
Dějiny šíření Buddhovy nauky v Tibetu	21
Období prvního šíření buddhismu	21
Období druhého šíření buddhismu	23
Různé buddhistické školy	24
Podobnost cílů v jednotlivých školách	27
Původní a autoritativní buddhismus v Tibetu	28
Otevírání oka moudrosti	32
Pocta nejvyšší moudrosti, jež je schopna dokonalého výkladu všech dharem	32
Dharma	34
Znovuzrození	40
Dvě úrovně pravdy	48
Složky osobnosti, smyslové základny a prvky	53
Tři sbírky slova Buddhova	58
Tři úvahy z hlediska toho, jak se lze zbavit poskvrn mysli	59
Tři úvahy z hlediska praxe	62
Tři úvahy z hlediska moudrosti	63
Trojí naučení	67
Jak se učit nejvyšší ctnosti	69
Deset pravidel, jak se vyhnout poskvrnění mysli	69
Zdrženlivost týkající se zabíjení	70
Zdrženlivost týkající se brání toho, co není dáváno	71
Zdrženlivost týkající se nevhodného sexuálního chování	72
Zdrženlivost týkající se lhaní	73
Zdrženlivost týkající se pomluv	74
Zdrženlivost týkající se nadávání	75

Zdrženlivost týkající se nesmyslného klábosení	75
Zdrženlivost týkající se chamtivosti	76
Zdrženlivost týkající se zlé vůle	77
Zdrženlivost týkající se zcestných názorů	77
Pravidla prátimókšy	79
Pravidla bóddhisattvy a vadžrajány	84
Jak se učit soustředění	84
Devatero stavů mysli	88
Šestero schopností	89
Čtvero činností mysli	89
Postupné dosahování soustředění	90
Názorný přehled postupu devaterem stavů mysli	96
Metoda jak dospět k pohroužení	98
Plody dosažených pohroužení	102
Rozjímání zahrnující čtyři stupně světa bez tvarů (arúpi samápatti)	102
Zvláštní moudrosti a schopnosti	103
Jak se učit moudrosti	106
Cesta	115
Cesta k osvobození stavem posluchače neboli „posluchačský vůz“	115
Ušlechtilá osmidílná cesta	119
Vůz „osamělého buddhy“	121
Velký vůz	122
Diamantový vůz	126
Buddhova těla	129
Buddhovy vlastnosti	134
Vlastnosti těla	134
Vlastnosti řeči	135
Vlastnosti mysli	135
Vlastnosti karmy	142
Poznámky k textu	145
Výběr z odborné literatury v češtině	161