

Obsah

Předmluva	9
Úvod	13
Buddhův život a jeho učení	25
Buddhův životní příběh	27
Tři cesty	39
Malá cesta – Čtyři vznešené pravdy	39
Velká cesta – soucit a moudrost	51
Diamantová cesta – využití všech prostředků	66
Cíle buddhistických cest – vysvobození a osvícení	81
Buddhova relativní a absolutní učení	85
Na buddhistické cestě	91
Použití učení v běžném životě	93
„Buddhova“ učení	105
Překonání vlastního utrpení – úroveň těch, kteří jsou zaměřeni sami na sebe	110
Moudrost a soucit pro dobro všech – úroveň idealistů	118
Prostor a radost bez hranic – úroveň dosažitelů	127
Nejvyšší pohled – Velká pečeť	147
Meditace	153
Meditace na duhové světlo	157
Meditace na dech	159
Meditace dávání a brání	161
Meditace na 16. Karmapu	163
Poznámky	169
Glosář	171