

## OBSAH

Předmluva .....	9
<b>PRVNÍ ČÁST <i>Buddhistická stezka</i></b> .....	15
1. <b>Středobod mé pozornosti</b> .....	16
2. <b>Empatie</b> .....	22
Základní praxe .....	22
3. <b>Meditace</b> .....	27
Usměrňování síly mysli .....	27
<i>Rozpoznání mysli</i> .....	30
<i>Technika</i> .....	32
4. <b>Vědění</b> .....	34
Účel soustředění .....	34
<i>Začněte u sebe</i> .....	36
<i>Cesta k osvícení</i> .....	38
<i>Buddhovské vlastnosti</i> .....	42
<b>DRUHÁ ČÁST <i>Úvod do Velké dokonalosti</i></b> .....	47
5. <b>Základní princip společný všem řádům tibetského buddhismu</b> .....	48
<i>Nejnaternější vědomí prostupuje všechny typy vnímání</i> .....	50
<i>Vydejte se ihned na stezku</i> .....	51
6. <b>Vrozená mysl jasného světla</b> .....	52
<i>Žádné úsilí</i> .....	52
<i>Stěžejní pozice mysli jasného světla</i> .....	53
<i>Typy knih</i> .....	54

<b>TŘETÍ ČÁST</b> <i>Výklad textu Tři klíče pronikající jádrem</i> <i>od Patrula Rinpočeho</i> .....		57
<b>7. První klíč</b> .....		59
<b>Seznámení s nejniternějším vědomím</b> .....		59
<i>Uvolnění</i> .....		60
<i>Zastavení myšlenek</i> .....		61
<i>Šok</i> .....		62
<b>8. Vrcholný způsob odpočinku</b> .....		66
<i>Úrovně vnímání</i> .....		66
<i>Jasně světlo ve všech druzích vnímání</i> .....		77
<b>9. Dokonale dobrá diamantová mysl</b> .....		79
<i>Zaměření pozornosti na prostor</i> .....		79
<i>Rozpoznání nejniternějšího vědomí</i> .....		80
<b>10. Druhý klíč</b> .....		82
<b>Udržování meditace</b> .....		82
<i>Žádné nebezpečí</i> .....		83
<i>Mraky a obloha</i> .....		84
<i>Setkání matky a dítěte</i> .....		84
<i>Jasně světlo smrti</i> .....		85
<i>Materské a dětské jasné světlo v básni</i> .....		87
<i>Setrvání v prožitku</i> .....		88
<i>Jak se vypořádat s rušivými vlivy</i> .....		88
<i>Vnitřní meditace a vnější meditace jsou stejné</i> .....		89
<i>Tři typy oprostění od konceptů</i> .....		90
<b>11. Postupná cesta</b> .....		92
<i>Nebezpečí</i> .....		92
<i>Rozhodnutí</i> .....		93
<b>12. Třetí klíč</b> .....		95
<b>Samoosvobození</b> .....		95
<i>Prostor nezapojení</i> .....		96
<i>Zásadní rozdíl</i> .....		98
<i>Sebejistota</i> .....		99

<b>13. Jedinečnost tří klíčů.....</b>	<b>101</b>
<i>Altruismus</i> .....	102
<i>Důležitost stezky</i> .....	102
<i>Triáda náhledu, meditace a jednání</i> .....	105
<i>Poslední řádky básně</i> .....	110
 <b>ČTVRTÁ ČÁST Srovnání škol starého a nového překladu.....</b>	<b>111</b>
<b>14. Základní struktury ve škole starého překladu</b>	
<b>Velké dokonalosti</b> .....	112
<i>Dva druhy pravd</i> .....	112
<i>Základ, stezky a plody</i> .....	115
<i>Zvláštní význam „meditace“</i> .....	119
<b>15. Rada</b> .....	123
 <b>PŘÍLOHA <i>Tři klíče pronikající jádrem</i></b> .....	<b>127</b>
<b>O osobnostech</b> .....	131
<b>Vybraná literatura</b> .....	132
<b>Rejstřík</b> .....	134