

Obsah

Předmluva / ix
Dosazení na trůn / xi

I *Mýtus Svobody*

Fantazie a skutečnost / 1
Zklamání / 5
Utrpení / 6
Nejáství / 11

II *Druhy uvěznění*

Kosmický žert / 17
Sebe-pohroužení / 21
Paranoia / 25
Vášnivost / 26
Hloupost / 29
Chudoba / 31
Hněv / 33

III *Meditace vsedě*

Hlupák / 39
Jednoduchost / 40
Bdělá pozornost a uvědomění / 43
Nuda / 46
Cesta Buddhy / 50

- IV *Práce s emocemi*
Dualistická bariéra / 57
Lví řev / 62
Práce s negativitou / 65
- V *Meditace v akci*
Práce / 75
Láska / 78
Práce s lidmi / 81
Osmidílná cesta / 83
- VI *Otevřená cesta*
Slib bódhisattvy / 93
Hrdinství / 95
Vyrovnanost země / 99
Trpělivost / 102
Tradice / 104
Zen a pradžňá / 107
Přístup k osvícení / 109
- VII *Oddanost*
Odevzdání / 115
Duchovní přítel / 119
Velký bojovník / 122
Závazek / 125
Univerzálnost gurua / 127
- VIII *Tatra*
Osamocenost / 135
Mandala / 138
Mahámudrá Upadeša / 142
Dodatek / 149