

OBSAH

Buddhistická meditace v každodenním životě	4	Rozvratná řeč	31
Zapojení buddhistických zásad do každodenního života	7	Hrubá řeč	31
Různé směry buddhismu	8	Plané řeči a pomluvy	32
Meditace	11	Chamtivost	32
Buddhovo učení	12	Škodlivé úmysly	35
Utrpení má příčinu	15	Nesprávné názory	35
Ukončení utrpení	16	Buddhismus na Západě	38
Meditace	19	Lamové a guruové	41
Osmidílná ušlechtilá stezka	20	Buddhistická cesta k osvícení	42
Deset typů nesprávného jednání	23	Bdělá pozornost	45
Meditace	24	Nezvrtnost karmy	46
Zabíjení	27	Karma a deset typů nesprávného jednání	49
Kradení	27	Každodenní meditace o posvátných textech	50
Nevhodné sexuální chování	28	Výroky pro meditaci	53
Lhaní	28	O autorovi	64