

Obsah

Úvod	5
------	---

Část první — PŘIKLÁDÁNÍ DŘEVA DO OHNĚ

1. Kdo jsi?	15
2. Vnímej vlnu, ale uvědomuj si celý oceán	23
3. Zrozen se stříbrnou lžičkou v puse	33
4. Pomíjivost a smrt	38
5. Nechť zavládne moudrost	46
6. Co si počneš v bardu?	58
7. Lekce od Milarepy	63
8. Nádraží ve Váránasí	71
9. Prázdnota, ne nicota	83
10. Když něco vidíte, oznamte to	93
11. Návštěva paniky, mé dávné přítelkyně	98
12. Den strávený na ghátech	105
13. O spánku a snění	119
14. Jak se naučit plavat	125
15. Memento mori	130

Část druhá — NÁVRAT DOMŮ

16. Místo, kde zemřel Buddha	143
17. Když se ve snu cítíte šťastný, co to znamená?	146
18. Průchod temnotou	155
19. Náhodné setkání	165
20. Nahý a oblečený	174
21. Nebud' vybíravý	178

22. Jak pracovat s bolestí	184
23. Čtyři řeky přirozeného utrpení	189
24. Rozpomínání na bardo	194
25. Všeho se vzdát	201
26. Když smrt je dobrou zprávou	210
27. Vědomí neumírá	216
28. Když se šálek tříští na kusy	223
29. V bardu vznikání	232
Epilog	245
Poděkování	255
Slovníček	256
O autorech	263