

OBSAH:

<i>O autorech</i>	5
<i>O tlumočnících</i>	15
<i>Předmluva</i>	17
<i>Poděkování</i>	20
<i>Úvodní slovo</i>	22
<i>Úvod: Jeho Svatost dalajlama</i> <i>Kultivace altruismu</i>	27
<hr/>	
1 • <i>Povaha utrpení</i>	37
2 • <i>Práce s těmi, kteří trpí</i>	61
3 • <i>Jak nakládat s hněvem</i>	81
4 • <i>Láska a soucit</i>	97
5 • <i>Buddhismus na Západě</i>	109
6 • <i>Jak měnit svět soucitným</i> <i>konáním</i>	127
<hr/>	
<i>Doslov: Jeho Svatost dalajlama</i> <i>Opravdový soucit</i>	167