

## OBSAH

Předmluva Jeho Svatosti dalajlamy .....	9
Úvod .....	11
<b>ČÁST PRVNÍ: ŽIVOT</b> .....	15
1. V zrcadle smrti .....	17
2. Nestálost .....	30
3. Úvahy a změny .....	44
4. Přirozenost mysli .....	59
5. Přivést mysl domů .....	75
6. Evoluce, karma a znovuzrození .....	103
7. Barda a jiné skutečnosti .....	125
8. Tento život: přirozené bardo .....	135
9. Duchovní cesta .....	152
10. Nejvnitřnější trest .....	177
<b>ČÁST DRUHÁ: UMÍRÁNÍ</b> .....	199
11. Rady o pomoci umírajícím .....	201
12. Soucit – kouzelný drahokam .....	216
13. Duchovní pomoc umírajícím .....	239
14. Cvičení k umírání .....	254
15. Proces umírání .....	276
<b>ČÁST TŘETÍ: SMRT A ZNOVUZROZENÍ</b> .....	291
16. Základ .....	293
17. Vnitřní zářnost .....	308
18. Bardo vznikání .....	322
19. Pomoc po smrti .....	336
20. Zkušenost zdánlivé smrti: schodiště do nebe? .....	357

ČÁST ČTVRTÁ: ZÁVĚRY .....	377
21. Univerzální proces .....	379
22. Služebníci míru .....	397
První dodatek: Moji učitelé .....	409
Druhý dodatek: Otázky o smrti .....	413
Třetí dodatek: Dva příběhy .....	422
Čtvrtý dodatek: Dvě mantry .....	432
Poznámky .....	441
Výběrová bibliografie .....	457
Poděkování .....	461
O autorovi .....	466
Ediční poznámka .....	470