

# Obsah

<b>Předmluva</b> .....	<b>9</b>
<b>Úvod</b> .....	<b>10</b>
<b>Život Buddha Šákjamuniho</b> .....	<b>15</b>
Narození a mládí na královském dvoře .....	15
Zklamání a hledání pravdy .....	16
Podmínky ve starověké severní Indii .....	17
Buddhovo osvícení .....	19
<b>Buddhovo učení</b> .....	<b>21</b>
Malá cesta – théraváda (Čtyři vznešené pravdy) .....	21
Velká cesta – mahájána (soucit a moudrost) .....	25
Soucit .....	26
Moudrost .....	26
Rušivé pocity jako zdroj pěti „ženských“ moudrostí .....	28
Diamantová cesta – vadžrajána (nejvyšší pohled) .....	33
Čtyři „mužské“ buddhovské aktivity .....	34
Potenciál Diamantové cesty .....	38
Cesta metod, Cesta vhledu a gurujóga .....	41
Cíle buddhistických stezek – vysvobození a osvícení .....	44
Cíl Malé cesty – vysvobození .....	44
Cíl Velké cesty – osvícení .....	44
<b>Šíře a hloubka nauk</b> .....	<b>47</b>
Čtyři klasická seskupení .....	47
Sám na cestě .....	48
Současná tvář buddhismu .....	50
Západní systém buddhistického učení .....	52
Znalosti – meditace – udržování dosažené úrovně .....	55
A. Úroveň vlastního prospěchu .....	56
1. Znalosti .....	56
2. Meditace .....	57
3. Udržování dosažené úrovně .....	58

B. Úroveň altruistů .....	59
1. Znalosti .....	59
2. Meditace .....	60
3. Udržování dosažené úrovně .....	60
C. Úroveň jogínů .....	61
1. Znalosti .....	62
2. Meditace .....	63
3. Udržování dosažené úrovně .....	68
Velká pečeť (skt. mahámudra) .....	71
<b>Meditace .....</b>	<b>74</b>
Meditace Světlo a dech .....	74
Meditace Duhové světlo .....	76
Meditace Dávání a brání .....	77
Meditace Tři světla .....	78
<b>Závěr .....</b>	<b>83</b>
<b>O autorovi .....</b>	<b>86</b>
<b>Poznámky .....</b>	<b>88</b>
<b>České skupiny Karma Kagjü .....</b>	<b>90</b>
<b>Centra Karma Kagjü v Čechách a na Moravě .....</b>	<b>91</b>
<b>Publikace vydané Společností Diamantové cesty .....</b>	<b>93</b>