

OBSAH

Předmluva vydavatele.....	7
OPRAVDOVÝ PEČOVATEL	11
TRANSFORMACE.....	21
CESTA.....	29
VÝCVIK.....	37
Milující laskavost.....	41
Soucítění	45
Láskyplná radost	48
Nestrannost.....	49
RADOVAT SE ZE ŠTĚSTÍ DRUHÝCH.....	55
ZAŽÍT BOLEST	65
INTEGRACE	75
PŘÁNÍ A JEDNÁNÍ	87
ODRAZOVÉ KAMENY: ŠEST PÁRAMIT	97
ODHODLANÝ POSTOJ: „TO ZVLÁDNU.“	111
MEDITACE.....	125
LÉK NA KAŽDÝ DEN.....	139

POUŽITÍ	153
Bódhičitta přání	155
Bódhičitta jednání.....	159
PODĚKOVÁNÍ	161
Centra Mangala Šri Bhuti	163
Poznámky.....	165