

Obsah



První Buddhova promluva: Dhammačakkappa-	
vattanasutta – Roztočení kola Dhammy.....	11
Předmluva: Buddhismus jako odpověď.....	16
Úvod	24
Čtyři ušlechtilé pravdy ve zkratce.....	31
1. Pravda o existenci utrpení.....	32
2. Pravda o původu utrpení	33
3. Pravda o ustání.....	34
4. Pravda o cestě vedoucí k ukončení.....	35
Inspirace Buddhou	36
Podstata lidské existence.....	37
Buddhovo působení: trojí rovina učení.....	38
Přítomná rovina: utrpení a jeho překonání	
v současném životě.....	39
Budování základu pro další život	39
Konečná rovina: únik ze samsáry	
a úplné osvobození.....	40
Odkaz Buddhy: světlo v temnotě	40
1 Pravda o existenci utrpení	
Bludný kruh neštěstí.....	46
Pokrytectví a skutečnost	49
První vznešená pravda a iluze spokojenosti.....	51
Cesta ven z kruhu.....	53

Z čeho vycházíme	55
Buddhistická anatomie bolestivého prožívání ...	59
Mechanismus vzniku utrpení – závislé vznikání	59
Osm druhů utrpení	62
Dědičná utrpení	63
Utrpení mezi narozením a smrtí	65
Všeprostupující utrpení	68

2 | Pravda o původu utrpení

Koncept původu utrpení	74
Psychologická perspektiva	74
Buddhistická perspektiva	76
Tři jedy – nevědomost, touha, odpor	78
Nevědomost	79
Touha	80
Odpor / nenávisť	81
Kořenové kléši	85
Pýcha	85
Závist	87
Nesprávný názor	89
Sekundární kléši – vedlejší nečistoty	93
Jak vypadá mysl člověka lapeného v kléšách? ...	97

3 | Pravda o ukončení utrpení

Cíl je dosažen	102
Čtyřstupňový proces postupného osvobození od deseti překážek	107
První stupeň – Sotápanna – Vstupující do proudu	107
Druhý stupeň – Sakadágámí – Jednou se vrátí ...	107

Třetí stupeň – Anágámí – Nevratí se	108
Čtvrtý stupeň – Arahat – Osvícený	108
Psychologický rozbor čtyř stupňů	109
První stupeň (Sotápanna).....	109
Druhý stupeň (Sakadágámí).....	119
Třetí stupeň (Anágámí).....	124
Čtvrtý stupeň (Arahat).....	129
Zralost v každodenní realitě.....	132
4 Cesta osvobození	
Cesta je dostupná pro každého	134
Osmidílná stezka.....	138
1. Správné pochopení.....	141
2. Správný záměr	143
3. Správná řeč	144
4. Správné jednání.....	145
5. Správné živobytí	147
6. Správné úsilí.....	148
7. Správná pozornost	149
8. Správná koncentrace.....	151
Čtyři džhány.....	153
První džhána	153
Druhá džhána	153
Třetí džhána	154
Čtvrtá džhána.....	154
Závěr.....	167
Autor o sobě	173
Dhammačakkappavattanasutta	174