

Obsah

Předmluva	9
Úvod	13
Buddhův život a jeho učení	25
Buddhův životní příběh	27
Tři cesty	39
<i>Malá cesta – Čtyři vznešené pravdy</i>	39
<i>Velká cesta – soucit a moudrost</i>	51
<i>Diamantová cesta – využití všech prostředků</i>	65
Cíle buddhistických cest – vysvobození a osvícení	81
<i>Cíl Malé cesty – vysvobození</i>	81
<i>Cíl Velké a Diamantové cesty – osvícení</i>	82
<i>Buddhova relativní a absolutní učení</i>	85
Na buddhistické cestě	89
Použití učení v každodenním životě	91
Struktura Buddhova učení	103
Překonání vlastního utrpení – úroveň těch, kteří jsou zaměřeni sami na sebe	109
Moudrost a soucit pro dobro všech – úroveň idealistů	117
Prostor a radost bez hranic – úroveň dosažitelů	127
Nejvyšší pohled – Velká pečeť	147
Meditace	153
Meditace na duhové světlo	158
Meditace na dech	160
Meditace dávání a brání	162
Meditace na 16. Karmapu	164
Poznámky	170
Glosář	172