

Obsah

Předmluva	9
Úvod	13
Buddhův život a jeho učení	25
Buddhův životní příběh	27
Tři cesty	39
Malá cesta – čtyři Vznešené pravdy	39
Velká cesta – soucit a moudrost	51
Diamantová cesta – využití všech prostředků	65
Cíle buddhistických cest – vysvobození a osvětlení	71
Buddhova relativní a absolutní učení	80
Na buddhistické cestě	89
Použití učení v běžném životě	91
„Buddhova“ učení	103
Překonání vlastního utrpení – úroveň těch, kteří jsou zaměřeni sami na sebe	108
Moudrost a soucit pro dobro všech – úroveň idealistů	116
Prostor a radost bez hranic – úroveň dosažitelů	125
Nejvyšší pohled – Velká pečeť	144
Meditace	151
Meditace na duhové světlo	155
Meditace na dech	157
Meditace dávání a brání	159
Meditace na 16. Karmapu	161
Poznámky	167
Glosář	169