

OBSAH

PŘEDMLUVA 9

- 1.** Milující laskavost 13
- 2.** Spokojenost 18
- 3.** Nalézání své pravé podstaty 22
- 4.** Přesnost, jemnost a pouštění 29
- 5.** Když není úniku 40
- 6.** Radost 44
- 7.** Získávání nadhledu 48
- 8.** Není jedna pravda 56
- 9.** Počasí a čtyři vznešené pravdy 62
- 10.** Ani v křeči, ani ochable 69
- 11.** Odříkání 80
- 12.** Dávání a přijímání 87
- 13.** Přijetí útočiště 99

- 14.** Ani sansára, ani nirvána 110
- 15.** Dharma jako nauka a dharma jako
zkušenost 121
- 16.** Spoléhání na jednu loď 130
- 17.** Nepohodlí 134
- 18.** Čtyři připomenutí 142

SEZNAM PRAMENŮ 158

DALŠÍ INFORMACE 159