

Obsah

Úvodní slovo.....	9
O této knize.....	12
Úzkost a strach.....	14
Strach.....	17
Podstata života.....	21
Pět varování.....	27
O nestálosti.....	28
Postavení člověka.....	29
Člověk může změnit atmosféru vesmíru.....	31
Svobodný člověk.....	32
Moderní člověk.....	34
Moderní život a zdraví.....	37
Proč trpět?.....	39
Kdo trpí a proč?.....	45
Naše potíže.....	49
Hromadění bohatství.....	55
Podstata touhy.....	58
Jak používat mysl.....	60
Správná duševní dieta.....	66
Správná bdělost.....	67
Duchovní ozdravení.....	68
Morálka je páteří života.....	69
Naučte se obětovat pro blaho ostatních.....	73
Shovívavost a spokojenost.....	74
Spokojenost.....	75
Společenské způsoby a zvyky.....	77
Nálady.....	81
Pokora.....	84

Mobile Web: <http://www.budaedu.org>

This book is strictly for free distribution, it is not to be sold.

Kniha je neprodejná, pouze k volné distribuci.

Úvodní slovo

Mluvte rozvážně.....	85
Sami jste strůjci svého štěstí a osudu.....	87
Osud je ve vašich rukou.....	89
Cvičte se v toleranci a trpělivosti.....	91
Trpělivost.....	93
Pravý vítěz.....	95
Rodiče a děti.....	97
Jak jednat s nepřáteli.....	99
Hodnota milující laskavosti.....	101
Alkoholické nápoje.....	103
Kdo jsou vaši přátelé?.....	105
Velká bitva.....	106
Nebezpečí sobectví.....	108
Šťastný manželský život.....	110
Nebojte se kritiky.....	113
Proč si dělat starosti s budoucností?.....	115
Ovládejte svůj hněv a závist.....	117
Závist nám nepřinese to, po čem toužíme.....	119
Jak najít skutečné štěstí.....	121
Trvalé štěstí.....	123
Vaše krása.....	131
Štěstí nikdy nevzejde z konfliktu a sporu.....	132
Mír a štěstí prostřednictvím náboženství.....	134
Písnička pro povzbuzení.....	138
Dobrý život.....	139
Pokojná smrt.....	140
Nemoc a smrt.....	142

Poslední je DHAMMA DĀNA, tj. dar Pravdy nebo Učení, je považován za nejvyšší ze všech darů na světě.