

SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE	9
Pochwała	10
PRAKTYKI WSTĘPNE	13
Niezbędne ogólne, zewnętrzne przygotowanie	13
<i>Drogocenna szansa ludzkiego odrodzenia</i>	15
Szczególne lub wewnętrzne przygotowanie	21
<i>Zwrócenie się do nauczyciela jako wzoru</i>	
<i>Guru joga</i>	21
<i>Cztery kaje buddhy</i>	25
<i>Praktyka guru jogi</i>	26
<i>Praktyka oczyszczania – Wadžrasattwa</i>	30
<i>Ofiarowanie mandali</i>	31
Czas trwania praktyk wstępnych	33
DWA SPOSOBY ODKRYWANIA PIERWOTNEJ NATURY	35
Własny umysł jako źródło	35
<i>Spokojne spoczywanie</i>	35
<i>Głęboki wgląd</i>	49
Bezpośrednie ukazanie	62
<i>Rozpoznanie własnych myśli jako dharmakai</i>	62
<i>Pięć rodzin buddhów</i>	70
<i>Stabilizacja rozpoznania</i>	75
<i>Rozpoznanie wszystkich zjawisk jako dharmakai</i>	83
JAK PIELĘGNOWAĆ I UTRZYMAĆ DOŚWIADCZENIE PIERWOTNEJ NATURY	99