

Jeho Svatost dalajlama: Cesta k osvícení
Altruismus, velká soucitnost (str. 219-262)

Otázky k zamýšlení

ALTRUISMUS

1. Co máme vysokou úroveň praxe na mysli, jak se na ni dostaneme a jakými úvahami (meditacemi) se na vysoké úrovni praxe zabýváme?
2. Čím altruismus prospěje nám samotným?
3. Jeho Svatost dalajlama říká, že altruismus přináší odvahu. Jak?

ZROZENÍ VELKÉ SOUCITNOSTI

1. „Nesobeční lidé zůstávají ve světě po neomezenou dobu“, říká se v úvodním citátu kapitoly. Jak to? Proč?
2. Co je to bódhičitta? Jak ji zde nazývá Jeho Svatost?
3. Je velká soucitnost a bódhičitta to samé? Pokud ne, jak spolu souvisí?
4. Jakými dvěma metodami lze bódhičittu probudit? V čem se liší?
5. Co je v této souvislosti myšleno nestranností? Jakými úvahami jí můžeme dosáhnout?
6. Je pro vás těžké přijmout, že všechny bytosti byly vašimi matkami? proč ano, proč ne?
7. Co je druhým krokem v této sedmibodové metodě a jaké argumenty jsou k němu předkládány?
8. Proč bychom měli druhým oplácet laskavost? A jak ji nejlépe oplácet?
9. Co je zde myšleno láskou? Jaký je rozdíl mezi láskou a soucitností?

10. Proč by i ti, kteří konají zlé skutky, měli být předmětem našeho soucítění?
11. Co je myšleno dokonalým odevzdáním (v angličtině total commitment, což znamená spíš *úplný závazek*) ?
12. Který krok ze šesti je podle vás nejtěžší a proč?