

Indice

I	Prefazione
III	Introduzione dell'autore
VII	Prefazione del curatore
1	Risvegliarsi dal sonno dell'egocentrismo
15	Camminare sul sentiero
31	La via intuitiva dell'altruismo
55	Capovolgere l'autocompiacimento
95	Potenziare il risveglio della mente
119	Le attività del bodhisattva
153	Appendice
155	Glossario
165	Bibliografia