

## Contenido

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Introducción                          | 9   |
| 1. Curarse del sufrimiento            | 19  |
| 2. Servidumbre y libertad             | 41  |
| 3. Lo indestructible                  | 59  |
| 4. La paz siempre presente            | 87  |
| 5. Permanecer en el amor              | 107 |
| 6. Kama, Eros y libido                | 133 |
| 7. ¿Hay que tenerle miedo al maestro? | 147 |
| 8. Para una práctica realista         | 161 |