

OBSAH

Předmluva	5
CESTA ZEN	7
Zen a klasická buddhistická mystika pohroužení	9
Originalita zenu	12
Výcvik v zen-buddhistických klášterech	17
Dechová cvičení	21
Kóan	23
Satori	26
Další kóanové meditace	34
Jak mistr „vidí“, zda má žák satori	35
Odkazy na japonské herecké umění	38
Mistr vidí žákovi do srdce	41
Proměna žáka prostřednictvím satori	42
Zen v umění	44
Zenové malířství	45
Satori v básnictví	49
Spekulace na základě prožitku satori	50
Chování zen-buddhistů v životě vně klášterních zdí	53
Šiřitelé zenu	56
Vyšší stupně	66
ZEN-BUDDHISTICKÁ PRAXE	79
K procesu vývoje žáka zenu	81
Cesta cvičení	85
Výcvik – zcela od základů	87
Duševní vyrovnanost	88
Osvícení, znovuzrození, podstata Buddha	90
Spoluprožívání radosti a soucit	92
Nechuť ke slovům	94
Komunikace se vším existujícím	96

Vedení zenových duchovních	99
Zen-buddhista ve světě a v běžném životě	102
ZEN – OČIMA EVROPANA	105
Trpělivost a sebeovládání v maličkostech	107
Zen netouží po moci a protiví si propagandu	109
Škola zenu – pohledem Evropana	110
Egocentričnost člověka	114
Cesta obrácení	117
Rozdíl mezi zenem v umění a metodou zenové cesty	119
Střed bytí	120
Odpadnutí člověka a naplnění jeho existence	122
Úloha myšlení	124
Spravedlnost a láska	126
Biografický dovětek	127