

Obsah

Předmluva překladatele do angličtiny	11
Autorova předmluva	15
Kapitola I Dveře k zenu	21
Vyjasni mysl a spatříš svou původní přirozenost	23
Úsměv s květinou v ruce	24
Čtyři zásady zenu	25
Kupec a čtyři přátelé	26
Jak rozpoznat svou horkou a studenou stránku	29
Slané má chuť slanou a co je bez chuti, má chuť bez chuti	29
Klid zenu tiší srdce	30
Úžasné účinky rozjímání vsedě	31
Odvržení a přijetí	32
Odhození šálku	33
Kapitola II Každý je bohatý	37
Poklad, který má každý	39
Poklad chudé dívky	39
Je obtížné najít klenot skrytý ve vlastních šatech	41
Klenot v šatech	41
Otevřít nevyčerpatelný poklad	43
Diamantový pohled	43
Bezmezný prospěch	46
Pravý hledač zlata	46
Kapitola III Proč jsi nešťastný?	51
Nabalování tužeb	52
Počítání oveček nespavost nevyléčí	53
Spoutání v kokonu	55
Opice a liška	56
Považovat blud za skutečnost	57
Žízniví jeleni se ženou za přeludem	58

Muka bezcílného putování	59
Mnich a strážník	59
Kapitola IV Použit vlastní já k proměně materiálního světa	63
Ztráta sebe sama pro honbu za materiálním ziskem	64
Hledání uprchlé dívky	64
Honba za materiálním ziskem a ztráta sebe sama	65
Život je jako loutka	66
Použit vlastní já k proměně materiálního světa	67
Pokoj plný měsíčního světla	68
Buď klidný a buď svým vlastním pánem	70
Mistr	70
Kapitola V Poslední brána	73
Své a jiné se nedá rozlišit	74
Čijo a svlačec	75
Na chvílku si odpočiň od pomluv a věhlasu	76
Su Dongpo a Fo Yin	77
Nebrat si k srdci úspěch ani nepřízeň osudu	79
Domov je místem pro klid srdce	79
Život i smrt jsou přirozené	81
Všichni životem jen procházíme	82
Kapitola VI Forma je prázdnota a prázdnota je forma	85
Úvahy nad formou jakožto prázdnotou	86
Nádherné jako písek	87
Prohlédnout skrz a odvrhnout	89
Vše hmotné je ve své podstatě prázdné	89
Úvahy o prázdnotě jakožto formě	90
Uchopit prázdnotu	91
Rozvážně přijímat	92
Mršina, která se vyhřívá na slunci	93
Kapitola VII Vypěstuj si vůli neprodlévat v pokušení	97
Zenová mysl neprodlévá	99
Hlídat šest prachů	99
Neprodlévat a pěstovat vůli	100
Vítr mezi bambusy a husy nad vodou	101
Odsunout z mysli tělo i šíp	102
Dosažení zenu pomocí lukostřelby	102
Nepřilne ani list	104
Přenést dívku přes říčku	104

Kapitola VIII Žít v přítomnosti	109
Držte se bezprostřednosti	109
Dívejte se pod nohy	110
Nepropásni okamžik	111
Dnešek je ten nejdůležitější den	111
Važ si průběhu věci	113
Na řece ve sněhu, qin (<i>čchin</i>) beze strun	114
Šťastný v přítomném okamžiku	116
Šťastný rybář	117
Kapitola IX Kdo tě drží v poutech?	119
Spoutání i osvobození vychází z téže myslí	120
Co jde pořád dokola?	120
Vše je v myslí	122
Mistr Won Hjo ze Silly	122
Jedna mysl otvírá dvoje dveře	125
Nebe a peklo	126
Být smrtelný či nesmrtelný	128
Buddha i ďábel jsou výtvoři našeho já	129
Kapitola X Dobře pečuj o svou mysl	133
Smrtelné zranění stínem	134
Smrt malé bílé myšky	134
Měnit vnější svět myslí	136
Žena, která si sama zvolila trápení	137
Vydat se kupředu s optimismem	139
Tři sny absolventa z provincie	139
Kapitola XI Spatřit svět očima zenové radosti	143
Správný postoj je základ	144
Soutěž tisíciletí	144
Správný postoj nad zlato	145
Kravince a socha Buddhy	145
Optimismus zvyšuje sebevědomí	147
Profesorův experiment	147
Všude si posviť	149
Všude je dobře	149
Kapitola XII Vylézt ze studny	151
Zrání není příjemné	152
Čaj a teplota	152
Pohodlí není dospělost	155
Žába v teplé vodě	156

Proměň tlak v pohyb	157
Antilopy a šakalové	157
Spása zoufalstvím	158
Probuzení potenciálu	159
Kapitola XIII Spatřit emoce očima zenu	163
Následuj osud a važ si ho	163
Kdo tě v minulém životě pohřbil?	164
Vidět krásu očima zenu	166
Otázky a odpovědi o ženské přitažlivosti	166
Velká láska vede k hlubokému vcítění	168
Mistr Jing Xu	168
Kapitola XIV Spatřit bohatství očima zenu	171
Zlo peněz	171
Peníze jsou jedovatý had	172
Bohatství má význam	174
Buddhismus a bohatství	175
Vidět diamanty očima Buddha	176
Dobročinnost	176
Bezmezná moudrost	177
Zvuk smíchu z obchodu s tofu	178
Kapitola XV Čaj a zen chutnají stejně	181
Příčiny úspěchu čaje v zenu	181
Čajový obřad	182
Běž si dát čaj	183
Zelený čaj je setkání myslí	184
Zelené vrby a rudé květy	185
Jednota vnitřního a vnějšího	186
Očištění mysli	187
Harmonie, úcta, čistota a klid	188
Harmonie v misce čaje	188
Respekt: Sadáparibhúta bódhisattva	190
Čistota: Šest čistot	192
Klid: Jednou za život	192
Čínské názvy textů	197