

OBSAH

PŘEDMLUVA.....	8
----------------	---

ČÁST PRVNÍ:

O TAOISMU, BUDDHISMU A ZENU.....	15
CO NÁM UČENÍ TAOISMU A ZENU NABÍZÍ PRO NÁŠ KAŽDODENNÍ ŽIVOT.....	28

ČÁST DRUHÁ:

STUDNICE MOUDROSTI TAOISMU.....	44
A. MYŠLENKY O ŽIVOTĚ.....	45
Život a čas.....	45
Život jako hra.....	47
O darech života.....	48
Podstata života a jeho zákonitosti.....	49
O zdraví.....	59
O životním stylu a přístupu k životu.....	61
O omezenosti života.....	78
B. MYŠLENKY O VŮLI, ŠTĚSTÍ A ROZUMU.....	82
O štěstí, neštěstí a lidském osudu.....	82
Rozum, intuice a metoda.....	88
O sebezdokonalování a moudrosti.....	99
O životních překážkách, odvaze a vytrvalosti.....	111
O práci a zvládnání úkolů.....	114
O strategii a taktice.....	117
C. MYŠLENKY O SOUŽITÍ S LIDMI.....	122
O jednání s lidmi.....	124
O komunikačních technikách.....	129
O konfliktech s lidmi.....	131
D. SPECIÁLNÍ MYŠLENKY.....	132

O meditaci.....	132
Další myšlenky.....	133
Cvičení.....	133

ČÁST TŘETÍ:

ZENOVÁ STUDNA	135
A. MYŠLENKY O ŽIVOTĚ	136
Život a čas.....	136
Život jako hra.....	139
O darech života.....	141
Podstata života a jeho zákonitosti.....	141
O zdraví.....	149
O životním stylu a přístupu k životu.....	150
O omezenosti života.....	169
B. MYŠLENKY O VŮLI, ŠTĚSTÍ A ROZUMU	174
O štěstí, neštěstí a lidském osudu.....	174
Rozum, intuice a metoda.....	178
O sebezdokonalování a moudrosti.....	194
O životních překážkách, odvaze a vytrvalosti.....	207
O práci a zvládnání úkolů.....	210
O strategii a taktice.....	217
C. MYŠLENKY O SOUŽITÍ S LIDMI	219
O lidech obecně.....	219
O jednání s lidmi.....	220
O komunikačních technikách.....	222
O konfliktech s lidmi.....	224
D. SPECIÁLNÍ MYŠLENKY	229
O meditaci.....	229
O zenu.....	235
Další myšlenky.....	237
Seznam použité a doporučené literatury.....	238