

Obsah

<i>Předmluva redaktorky</i>	11
<i>Poděkování</i>	14
Část první: Kosmický svět okamžiku	17
1. O zřejmé povaze času	18
2. O marnosti hledání smyslu a záruky	21
3. Zvykněte si nic neočekávat	26
4. Jak žít intenzivní, bdělý život	30
5. Bezprostřední nazírání Buddha	37
6. Kořeny buddhovské cesty	40
Část druhá: Sžiravá lidská touha	44
7. Hledání uspokojení ve víru nepřetržitých změn	46
8. Nevyhnutelnost strasti jako pravda	51
9. Jak se dotknout přítomného okamžiku	55
10. Brána ke svobodě	59
11. Hluboké pochopení lidských hodnot	63

Část třetí: Věčná svoboda	69
12. Čas, prostor a bytí	71
13. Ústřední bod nicoty	74
14. Skutečný čas a každodenní život	77
15. Komentář k úryvku z Dógenova „Časo-bytí“ . . .	79
16. Úhrnné dynamické působení	98
17. Iluze a strastnost	101
18. Praxe a osvícení	103
19. Žít v reálném čase	106
Část čtvrtá: Praxe kreativní aktivity	112
20. Nejvhodnější čas, nejvhodnější místo, nejvhodnější osoba	114
21. Tok rytmu života	116
22. Jak změnit strukturu času a prostoru	120
23. Komentář k úryvku z Dógenova „Srdce meditačního sezení“	122
24. Jak učinit svůj život zralším	138
25. Koloběh nirvány	144
26. Skutečný význam úsilí	146
Část pátá: Tvorba budoucnosti	149
27. Co je karma?	151
28. Zákon příčinnosti	153
29. Osobní a ne-osobní karma	156

30. Projevená a neprojevená karma	158
31. Karma a kauzalita	162
32. Otočit nový list	169
33. Osvobození od kauzality	174
34. Věčná potenciální možnost	179
35. Žít s velkou nadějí	182
36. Nalézt čas v Buddhově Dharmě	187

<i>Vybraná literatura</i>	194
-------------------------------------	-----

<i>O autorovi</i>	195
-----------------------------	-----

<i>Předešlé knihy Dainina Katagiriho</i>	196
--	-----

<i>Pár slov překladatele k edici, ke knize a významu času v buddhismu</i>	197
---	-----

<i>Některá další anglicky psaná literatura o zenu</i>	216
---	-----

<i>Vybrané slovníky buddhismu a zen-buddhismu</i>	219
---	-----

<i>Vybrané české překlady klasických děl zen-buddhismu a české knihy o zenu vůbec</i>	220
---	-----

<i>Buddha v českých překladech: vybraná literatura</i>	223
--	-----