




OBSAH

Předmluva Jeho svatosti dalajlamy	xiii
Úvod: Jak aplikovat buddhismus v práci	1
1. ČÁST  Jak se stát vnímavým pracovníkem	7
Volba smysluplné práce	9
<i>Jak zvolit to pravé živobytí</i>	
Jaké jsou výhody smysluplné práce?	10
Jak si zvolit správné povolání nebo práci?	11
Co to znamená být skvělým zaměstnancem?	13
Sebevědomí	15
Jak se bránit rozptylování	17
Praktické osvícení	19
<i>Nasekejte dřevo, nanoste vodu</i>	
Mysl začátečníka	20
Stanovení priorit	21
Hospodaření s časem	23
Otálení	24
Příliš mnoho e-mailů	26
Jak se neztratit v kyberprostoru	27
Prodávat, ale nezaprodát se	28
Skutečně odporné práce	30
Kvalita pracovního života	33
<i>Střední cesta v práci</i>	
Když inteligentní lidé dělají hlouposti	34
Malomyslnost	36

Fámy a pomluvy	37
Společnost, se kterou se stýkáte	38
Dosažení rovnováhy mezi prací a osobním životem	39
Náklady a přínosy bezúhonnosti a moudrosti	40
Jak být úspěšný	41
<i>Jak definovat úspěch?</i>	
Dosahování cílů	42
Souběžné zpracování úkolů	43
Jak najít „správné“ řešení problému	44
Jak přiznat chyby	45
Jak dosáhnout povýšení	46
Oslavování úspěchů	47
Štěstí versus úspěch	48
Peníze a štěstí	49
<i>Co je spojuje?</i>	
„Kořen všeho zla“	50
Osobní bohatství	52
Jak vytvořit dlouhodobý plán výdajů	53
Chamtivost	55
Jak se nenechat pokřivit bohatstvím	56
Finanční problémy a ztráty	57
Finanční obtíže	59
Plánování odchodu do důchodu	61
Jak se vypořádat se změnou	63
<i>Jízda na vlnách nestálosti</i>	
Odpor ke změnám	64
Úzkost, strach a stres	66

Ztráta zaměstnání?	68
Změna zaměstnání	70
Hledání práce	72
Jak se o sebe postarat v těžkých časech	74
2. ČÁST  Rozvíjení smysluplných pracovních vztahů	75
Spolupráce s ostatními	77
<i>Jednota v rozmanitosti</i>	
Jak vycházet s ostatními	78
Zlaté pravidlo	79
Jak ovlivnit ostatní	80
Dělat něco navíc pro druhé	81
Dvojit metr pro sebe a pro druhé	83
Partneři v práci	84
Jak je důležité naslouchat	85
Jak přijímat kritiku	86
Vzdělávání spolupracovníků	87
Jak kritizovat	88
Podpora osobní odpovědnosti	89
Pomoc ostatním zvládat změny	90
Jak jednat s nepříjemnými lidmi	93
<i>Pohlížejme na všechny bytosti jako na Buddhu</i>	
Jak jednat s tupci	94
Spolupracovníci, kteří lžou	96
Jak jednat s patolízaly	97
Jak se zachovat, když vás někdo očerňuje	98
Hněv	99
Cizoložství v práci	101

Fňukalové a negativní lidé	102
Konflikt s kolegou	103
Zákazníci – Milujte je, nebo o ně přijdete	105
<i>Služba zákazníkům jako činnost bódhisattvy</i>	
Důležitost služby zákazníkům	106
Povzbuzení lidem ze zákaznického servisu	108
Jednání s rozzlobeným zákazníkem	109
Špatná služba zákazníkům	111
Vztahy s veřejností	113
3. ČÁST  Vytváření smysluplného pracoviště	115
Vedení a šéfové	117
<i>Vedte, následujte, nebo uhněte z cesty</i>	
Opravdové vůdčí osobnosti	118
Jak nalézt dobré vůdčí osobnosti	120
Jak se stát skvělým zaměstnavatelem nebo šéfem	121
Šéfové obklopující se přitakávači	123
Přísní a nároční šéfové	124
Ego vedoucích pracovníků	126
Mocenské boje	127
Příšerní šéfové	128
Velká témata.....	131
<i>Více než pouhý byznys</i>	
Dosahování zisku	132
Pragmatické myšlení versus buddhovská mysl	133
Formulování hlavního cíle	134
Investice do budoucnosti	136

Jak vytvořit učící se organizaci	137
Podpora tvořivosti a inovací	139
Firemní odpovědnost	141
Ekologické trendy	143
Praxe a procesy na pracovišti.....	145
<i>Praxe je probuzení</i>	
Krátkodobé versus dlouhodobé myšlení	146
Navrhování pracovních procesů	147
Technika	149
Obchodní guruové a konzultanti	150
Zlepšování komunikace v organizaci	151
Vedení smysluplné schůze	153
Péče o zaměstnance	155
<i>Váš tým jako vaše sangha</i>	
Výběr a nábor zaměstnanců	156
Motivování lidí	160
Očekávání	162
Školení zaměstnanců	163
Zlepšování morálky zaměstnanců	164
Jistota práce	165
Program profesního rozvoje	167
Pobídky a bonusy	168
Řešení problémů lidí	171
<i>Nejsou žádné odpovědi – věnujte se jim s láskou</i>	
Zásady a postupy	172
Rozmanitost zaměstnanců	174
Stereotypy	176

Sexismus	177
Sexuální obtěžování	178
Hašteřící se spolupracovníci	180
Vyhazov za špatné výkony	181
Nedůvěra	183
Změny v organizaci	185
<i>Všechno se mění, nic nezůstává beze změny</i>	
Reorganizace, fúze a akvizice	186
Nestálý trh práce a snižování počtu pracovníků	188
Firemní krize a skandály	190
Jak vrátit podniku prosperitu	191
Založení firmy	193
Slovníček buddhistických pojmů	195
Pár slov o zdrojích	201
Poznámky	201
O autorech	205