

Obsah

Úvod	6	6 Zenové zahrady	72
1 Kořeny zenu	8	7 Zen a vztahy mezi lidmi	86
2 Hlavní principy zenu	24	8 Zen při hře	98
3 Základ zenu: zazen	38	9 Zenový design	114
4 Zen doma	50	10 Pokračování	126
5 Zen v práci	60	Slovníček	136
		Literatura	139
		Řejstřík	140
		Poděkování	144

