

Spis treści

PROLOG: Héctor García	7
Magia niedoskonałości	15
Trzy wymiary <i>wabi sabi</i>	21

I. Filozofia *wabi sabi*

1. Geneza pojęcia	31
2. <i>Wabi Sabi</i> a zen	37
3. Wznieść się ponad wymagania	49
4. Lekcje płynące z natury	57

II. Sztuka *wabi sabi*

1. Podstawy <i>wabi sabi</i> w sztuce japońskiej	67
2. Piękno tkwiące w melancholii	79
3. Od nieustępliwości do spontaniczności	87
4. <i>Wabi sabi</i> a kreatywność	95

III. *Wabi sabi* jako sposób życia

1. Niedoskonałość jako droga do znakomitości	109
2. <i>Wabi sabi</i> a odporność psychiczna.	117
3. Dać sobie przestrzeń	127
4. Szkoła minimalizmu	137
5. <i>Wabi sabi</i> a duchowość	151
 EPILOG: Bądź najlepszą niedoskonałą wersją siebie.	 157
Bibliografia	159