

Inhalt

Vorwort von Mel Sojun Weitsman	7
Sandokai – Die Harmonie von Verschiedenheit und Gleichheit (I und II)	15
Der Geist des großen Weisen aus Indien	19
Von warmer Hand zu warmer Hand	27
Buddha ist immer da	35
Der Eichelhäher wird direkt in dein Herz fliegen	47
Heute sind wir sehr glücklich – was morgen sein wird, wissen wir nicht	56
Das Boot ist immer in Bewegung	62
Ohne jede Vorstellung über Erreichen ... einfach zu sitzen ist unser Weg	73
In der Helligkeit da ist tiefste Dunkelheit	85
Der Schnee vermag die Weide nicht zu brechen	96
Leiden ist etwas sehr Wertvolles	109
Zazen repräsentiert das gesamte Universum	120
Wir sollten nicht zu sehr an Worten oder Regeln haften	123
Vergeudet eure Zeit nicht	131
Wir sind nur winzige Teilchen eines großen Seins	145