

Vorwort von Jürgen Trittin	6
Einleitung: Aus dem Osten kommt das Licht	8
Indien: Auf den Spuren Siddharthas. Indien verspricht Erleuchtung - und ächzt unter all seinen Konflikten	11
Indien: Viele Menschen, viele Götter, großer Reichtum, viel Armut	61
Indien: Wohin geht Indien? Ramakrishna-Mission gegen Hindunationalismus	73
Indien: Goa: „Be happy!“ Vom Glück, im Winter im Meer zu baden	82
Sri Lanka: „Lass deine Gedanken los! Denke an nichts!“ Sunil zeigt mir nicht nur Sri Lanka – er übt mit mir auch buddhistische Meditation	92
Sri Lanka: Leiden unter kolonialer Herrschaft und unter Bürgerkrieg	159
Sri Lanka: Mit der kahlgeschorenen Nonne durch die Stadt. Ein Gespräch mit Dhammadipa über Buddhismus und Sri Lanka	169
China: Mit dem Transrapid durch Shanghai Das neue China trifft auf das alte	177
China: Von den Kaisern zu den großen Drei: Mao, Deng, Xi	214

China: Ju aus Shanghai: Chinesen verlangen Wohlstand und Sicherheit - nicht Demokratie	226
Vietnam: Ho Chi Minh – der einbalsamierte Guerilla Nach der Fremdherrschaft: Der „kleine Tiger“ Vietnam setzt zum Sprung an	229
Vietnam: Chinesen, Franzosen und US-Amerikaner – alle besiegt	290
Singapur: Die schöne Stadt der Bußgelder. Singapur – reich, sicher, sauber, streng	302
Singapur: Mit 6,2 Stundenkilometern durch die Stadt Nicht nur beim Schritttempo Weltspitze	348
Indonesien: Wo die Uhren langsamer gehen Familie, Glaube, das Land: Nicht Überfluss, sondern alte Werte gelten in Indonesien	358
Indonesien: Säkularer Vielvölkerstaat mit muslimischer Bevölkerungsmehrheit	394
Japan: Die Stille des Glücks und die Stille des Entsetzens Japaner schalten alles Äußere einfach ab	403
Japan: Aus dem Osten kommt das Licht: Zen-Buddhismus in Europa	414
Der Autor	424