

Inhalt

Vorwort	7
I. EIN ERLEBNISBERICHT. BEOBACHTUNGEN, DIALOGE UND REFLEXIONEN	9
Juni bis September 1996	
1. Kapitulation vor dem Geheimnis	9
2. An-atta oder das wahre Glück kommt aus der Selbstverneinung	13
3. Die gemeinsame Erfahrung einer höchsten Wirklichkeit	16
4. Die Schönheit der Herbstblume und die Ästhetik der Vergänglichkeit	20
5. Bewußtes Ein- und Ausatmen als Urform der Meditation – Anapana-Sati	24
6. Der Aufbruch in die Hauslosigkeit: Wer alles losläßt, bekommt alles	30
7. Die Verwechslung der Fragmente mit dem Ganzen und das fromme grasping	35
8. Endlich zur Ruhe kommen	43
9. Das Nirvana der selbstlosen Liebe	46
10. Wie ein Laie ins Nirvana kommt – ein Pilot in der Nachfolge Buddhas	51
11. Actions, no reactions – die Vipassana-Meditation	55
12. Die stille Revolution derer, die nichts haben und nichts sein wollen.	64
13. Selbsterlösung, Fremderlösung und die Aufhebung der Sprache	69
14. Jesus ist nicht Buddha	73
15. Das Kleine Fahrzeug für alle	77
16. Dies ist <i>mein</i> wahrer Glaube, aber nicht der einzige wahre Glaube	82
17. Über Sinn und Ablauf des Ritus oder die Faszination des Fremden	86
18. Mettā und die Mettā-Meditation oder die Einübung der Liebe	90
19. Das ganze Leben als Meditation – Living Meditation	98
20. Gott ist nicht Ursache, sondern Ziel der Erlösung	101

21. Die Bloßstellung des Unechten	110
22. Hin und hergerissen zwischen den zwei Welten	117
23. Die Einladung ins Leere	123
24. Gibt es viele wahre Religionen oder nur eine wahre Religion?	129
II. CHANCEN UND GRENZEN DER VERSTÄNDIGUNG.	
ZUSAMMENFASSUNG UND AUSWERTUNG ..	135
1. Kommt alles Übel und Leid aus dem Wünschen und Begehrten? – Die neue Freiheit	136
2. Ist alles im Fluß oder bleibt etwas? Der Wirbelstrom der Impermanenz	140
3. Religion ohne Seele? Das An-atta und der Materialismusvorwurf	142
4. Pessimistische Religion? Lebensverneinung und Leibfeindlichkeit	146
5. Atheismus, Religion ohne Gott, Religion ohne Gebet?	149
6. Ist das Nirvana ein nihilistisches Nichts?	154
7. Selbsterlösung?	158
8. Der Heilsweg der Meditation und seine Übertragbarkeit	161
9. War Jesus ein Buddha?	164
10. Die Liebe als Zielwert?	167
<i>Glossar</i>	<i>170</i>
<i>Personenregister</i>	<i>175</i>
<i>Sachregister</i>	<i>177</i>