

INHALT

Geleitwort von P. Emmanuel Jungclaussen OSB,	
Abt von Niederaltaich	7
Danksagung	8
Gelöbnis des Großen Meisters Daichi	9
 I. Die Wurzeln	
Buddha Shakyamuni	12
Buddhas Lehre trifft auf ältere Religionen	19
Buddhistische Schulen – ist neuer gleich besser?	28
Töte den Buddha! – Frauen und die Lehre	35
Zen als Mahayana-Schule	45
 II. Lehre und Praxis	
Zazen – das Sitzen in <i>dhyana</i>	54
Kann man dem Druck der Zeit entfliehen?	58
Schmerzen beim Zazen	66
Shila und Huinengs Reform des Zen	72
Samadhi und Prajna	79
Nirvana	84
Globalisierung – anders betrachtet	91
Reue – <i>sange</i>	96
Zuflucht	104
Bodhisattva-Gelöbnis	110
Weisheit und Mitgefühl	118
Karma	125
Leben und Tod	133

III. Kyoto – München: Persönliche Anmerkungen

Ist Zen japanisch? – Ein Gespräch	146
Durch das Auge im Totenschädel	152
Sakai Rōshi – ein großer Dharma-Lehrer	160
Herzsutra	169
Anhang	
Zitierte Literatur	172
Editorische Notiz	173
Adressen	176