

Inhaltsverzeichnis

Danksagungen.....	9
Vorwort	11
Einführung	15
Anmerkungen der [amerikanischen] Lektoren.....	19
Ein Lob der Natürlichkeit	22
Positiv denken	25
Selbst die unbelebte Natur lehrt den Dharma	28
Vom Wert des Reisens	31
Leben ist Bewegung	34
Vom Umgang mit der Zeit	37
Wundervolle Taten, bewegende Geschichten	39
Gute Bedingungen schaffen für andere	43
Vom Wert des Gebens	45
Sinn für Humor	47
Geteilte Freude ist doppelte Freude	50
Das Wunder der Großmut	52
Der Weg zum Glück	55
Positives und erhebendes Wissen	58
Gesetzestreue ist wichtig	60
Wo gibt es Gerechtigkeit?	63
Unrechtmäßiger Besitz	66
Ein vergoldeter Eßtisch	68
Das Schicksal ändern	70
Alles in einem Gedanken	73

Furcht überwinden	75
Streß abbauen	78
Schönheit und Häßlichkeit	81
Der unübertreffliche Wert der Vergänglichkeit	83
Zwischen Erfolg und Scheitern	86
Ein sorgenfreies Leben	89
Die wahre Bedeutung der Liebe	92
Vom Wert der Wahrnehmung	94
Ehrfurcht vor dem Leben	97
In Frieden und Stille leben	101
Sein Potential entfalten	105
Mutig leben	107
Über die Atmung	111
Was ist ein Versprechen wert?	113
Sich Mühe geben – auch wenn es schwerfällt	116
Über die Freuden und Sorgen des Lebens	119
In der Hoffnung leben	121
Der rechte Weg	124
Wo der Dharma ist, dort ist ein Weg	127
Ein Augenblick des Erwachens	131
Frei von Furcht sein	133
Duldsamkeit	136
Gut und böse – nicht zu verwechseln!	139
Entschlußkraft und Gelübde	142
Die Wahrheit ist der Weg	145
Vom Wert der Wahrheit	147
Die Bedeutung des Mitgefühls	151
Den Umständen folgen	153
Ebenen des Glaubens	156

Wahre Gleichheit	159
Selbstentwicklung	162
Geduld und Beharrlichkeit	165
Demut und Scham	168
Eitelkeit und praktischer Wert	171
Haben und nutzen	173
Sich auf sich selbst verlassen	176
Optimismus und Fortschrittlichkeit	179
Zwölf Fragen zur Selbstprüfung	182
Was ist Erfolg?	185
Vertrauen und guter Ruf	188
 Anhang	 191
Glossar	191
 Über den ehrwürdigen Meister Hsing Yun	 203
Über Buddha's Light Publishing und das Fo Guang Shan International Translation Center	204
 Fo Guan Shan – Tempel in Deutschland	 205