

# Inhalt

Vorwort	von Robert Atzorn	11
Einleitung	Gebet eines Soldaten	13
Kapitel 1	Die Saat des Krieges	15
Kapitel 2	Die Flamme der Kerze	46
Kapitel 3	Die Glocke der Achtsamkeit	65
Kapitel 4	Wenn du eine Brücke in die Luft jagst, bau eine Brücke	82
Kapitel 5	Gehen, um zu gehen	113
Kapitel 6	Frieden finden	146
Nachwort	von Claude AnShin Thomas zur Neuauflage	174
Danksagung		181
Anhang	Meditationsübungen zum Einstieg	183

<b>Fragenkatalog für Diskussionen</b>	<b>193</b>
<b>Die Zaltho Foundation</b>	<b>195</b>
<b>Weiterführende Literatur</b>	<b>197</b>
 <b>Über den Autor</b>	 <b>200</b>