

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Warum wir eine globale Ethik brauchen Achtsamkeit, Konzentration und Einsicht</b>	<b>7</b>
<b>2</b>	<b>Die Vier Edlen Wahrheiten Ein Weg, der zum Handeln führt</b>	<b>17</b>
<b>3</b>	<b>Die Erste Edle Wahrheit Die Rolle des Leidens</b>	<b>25</b>
<b>4</b>	<b>Die Zweite Edle Wahrheit Der unedle Pfad</b>	<b>45</b>
<b>5</b>	<b>Die Dritte Edle Wahrheit Glück und Wohlbefinden sind möglich</b>	<b>69</b>
<b>6</b>	<b>Die Vierte Edle Wahrheit Eine ethische Lebensweise</b>	<b>79</b>
<b>7</b>	<b>Den Edlen Achtfachen Pfad beschreiten Die Fünf Achtsamkeitsübungen</b>	<b>125</b>
<b>8</b>	<b>Sangha ist der Schlüssel Unsere globale Gemeinschaft aufbauen</b>	<b>145</b>
	<b>Das Manifest 2000</b>	<b>153</b>