

# **INHALT**

## **VORWORT**

**9**

## **EINLEITUNG**

**11**

### ***Grundprinzipien des Buddhismus***

**17**

**1**

## **EINFÜHRUNG IN DIE VIER EDLEN WAHRHEITEN**

**39**

**2**

## **DIE WAHRHEIT DES LEIDS**

**45**

### ***Die drei Bereiche des Leids***

**46**

### ***Die drei Arten von Leid***

**52**

### ***Unwissenheit***

**58**

*Bewußtsein*

64

3

**DIE WAHRHEIT DES URSPRUNGS  
DES LEIDS**

71

*Karma*

73

4

**DIE WAHRHEIT DER BEENDIGUNG  
DES LEIDS**

91

*Leerheit*

93

*Befreiung*

105

5

**DIE WAHRHEIT DES PFADES ZUR  
BEENDIGUNG DES LEIDS**

109

*Der Pfad der Shrāvakas*

110

*Der Pfad des Mahāyāna*

111

*Der Pfad des Vajrayāna*

115

*Ratschläge für die Anwendung des Dharma*

117

6

*MITGEFÜHL, DIE GRUNDLAGE FÜR  
MENSCHLICHES GLÜCK*

123

*ANMERKUNGEN*

141

*GLOSSAR*

147

*LITERATUR*

153