

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