

INHALT

Vorwort	7
1. Einleitung – Die Suche nach Ganzheit	9
2. Betrachtungen	17
3. Zen-Buddhismus	26
4. Die Reihe der Bullenbilder	35
5. Die Analytische Psychologie C. G. Jungs	54
6. Rundgang	73
7. Das Kreuz und der Kreis	84
8. Das Wechselspiel zwischen hell und dunkel	92
9. Der Weg nach Hause	100
10. Darüber hinausgehen	113
11. Das Bedürfnis nach Transformation	124
12. Weg-Weiser für die Reise	134
13. Sila, Dhyana, Prajna	147
14. Auf dem Weg	156
15. Immer und immer wieder	164
16. Zazen – Sitzmeditation	174
17. Übung und Studium	182
18. Die Lehren und die Praxis	188
19. Einsicht / Weisheit	202