

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	7
 <b>Ulrich Pfeifer-Schaupp</b> Achtsamkeit, Weisheit und Mitgefühl in die Welt bringen Angewandter Buddhismus im 21. Jahrhundert	9
 <b>Bhikshu Thich Chan Phap An (Dr. Thu Pham)</b> Angewandter Buddhismus – Die Praxis des ‚Nicht-Selbst‘ In Berührung sein mit ‚anderen Möglichkeiten‘, zu leben	31
 <b>Karl-Heinz Brodbeck</b> Umriss der buddhistischen Wirtschaftsethik	45
 <b>Sylvia Wetzel</b> Ein gutes Leben, auf dem Kissen und im Alltag	61
 <b>Rick Hanson</b> Die beiden Flügel des psychologischen Wachstums und der kontemplativen Praxis	87
 <b>Annabelle Zinser</b> Essen und Tierschutz: Tiere sind fühlende Wesen wie wir Wie können wir das in unserem Konsum beherzigen?	103

<b>Kai Romhardt</b>	
Grundlagen Achtsamen Wirtschaftens	
Mit wachem Blick zu einer heilsamen Wirtschaft	
jenseits scheinbarer ökonomischer Normalitäten im	
Denken und Handeln	121
 <b>Lienhard Valentin</b>	
Herausforderungen des Elternseins	
Achtsames Selbstmitgefühl oder Freundschaft	
schließen mit sich selbst	151
 <b>Anne von der Lüche</b>	
Achtsamkeit im Schulalltag	159
 <b>Ulrich Pfeifer-Schaupp</b>	
„Ich nehme das Gefühl an und umarme es mit Liebe“	
Achtsamkeit in der Hochschule	193
 <b>Yesche U. Regel</b>	
Herzens-Energiewende in der Welt	227
 <b>Helmut Wetzel</b>	
Dachau als Erbe – Die Wunden des Krieges in uns heilen	251
 <b>Autorinnen und Autoren</b>	275