

# Inhalt

Vorwort .....	7
Einleitung .....	9
<i>Grundprinzipien des Buddhismus</i> .....	15
1 Einführung in die Vier Edlen Wahrheiten .....	39
2 Die Wahrheit des Leids .....	47
<i>Die drei Bereiche des Leids</i> .....	48
<i>Die drei Arten von Leid</i> .....	54
<i>Unwissenheit</i> .....	61
<i>Bewußtsein</i> .....	67
3 Die Wahrheit des Ursprungs des Leids .....	75
<i>Karma</i> .....	77
4 Die Wahrheit der Beendigung des Leids ....	97
<i>Leerheit</i> .....	98
<i>Befreiung</i> .....	112
5 Die Wahrheit des Pfades zur Beendigung des Leids.....	115
<i>Der Pfad der Shrāvakas</i> .....	116
<i>Der Pfad des Mahāyāna</i> .....	118

<i>Der Pfad des Vajrayāna</i> .....	122
<i>Ratschläge für die Anwendung des Dharma</i> ..	123
6 Mitgefühl, die Grundlage für menschliches Glück .....	129
Anmerkungen .....	147
Glossar .....	154