

# INHALT

Anagarika Govinda und sein Werk .....	7
»Zen und der Weg der Siddhas« .....	25
»Tod und Wiedergeburt« .....	35
»Niemand kann die Welt ohne Maya betrachten« .....	45
Karma und absichtsvolles Leben .....	67
Buddhismus und die Psychologie C. G. Jungs .....	81
Über das Meditieren .....	91
Was ist Meditation? .....	91
Meditative Praxis .....	105
Zeit, Gegenwärtigkeit und Leerheit .....	127
Gespräche mit Schülern .....	137
Buddhismus, Psychologie und Psychotherapie .....	137
Verdienstübertragung .....	145
Individualität und Universalität .....	148
Buddhistische und christliche Ethik .....	150
Meditation und Musik .....	153
Wege zur Meditation .....	155
Mantra-Meditation .....	168
Vergegenwärtigung und Achtsamkeit .....	178
Leerheitserfahrung .....	181
Hīnayāna und Mahāyāna .....	188
Buddhismus im Abendland .....	195
Glossar .....	203
Anmerkungen .....	218
Index .....	225