

## Aus dem Inhalt

Über die Rede	11
Werte kultivieren	15
Vom Fall der Lehman Brothers Investment Bank lernen	16
Botschafter für den Frieden	21
Gleichmut	25
Ängste verstehen	25
Der Spagat zwischen Dharmapraxis und weltlichem Leben	33
Den Herausforderungen unserer Zeit begegnen	37
Wenn Angehörige im Sterben liegen	42
Freude und Leid – zwei Seiten einer Medaille	43
Die Macht der Worte	47
Mitgefühl – die Antwort auf Gewalt	51
Glück	53
Echte Freiheit	61

Frieden	66
Fünf Schritte zu einem erfüllten Leben	67
Über inneren Reichtum	72
Geeignete spirituelle Anleitung	76
Erste Schritte in der Dharmapraxis	78
Laienbuddhismus – Monastische Sangha	83
Buddhismus und Glaube	85
Vesak	89
Sojong Gelübde an Vesak	91
Reine Sichtweise und die Fähigkeit der Unterscheidung	95
Fehlende Abenteuerlust	98
Leerheit	100