

INHALT

EINFÜHRUNG:

Buddha und das Besondere seiner Lehre	11
---	----

DIE DREI KENNZEICHEN DES SEINS	18
--	----

1. Die Tatsache vom ständigen Wandel (anicca)	24
2. Die Tatsache vom Leiden (dukkha)	29
3. Die Tatsache von der Illusion des ICH (anatta)	33
4. Schlußbemerkung	47

DIE VIER EDLEN WAHRHEITEN	49
-------------------------------------	----

1. Die Wahrheit vom Leiden	50
2. Die Wahrheit von der Entstehung des Leidens	52
3. Die Wahrheit von der Überwindung des Leidens	59
4. Die Wahrheit von dem Weg zur Überwindung des Leidens (»Der Mittlere Weg«)	66

DER EDLE ACHTFACHE PFAD DES BUDDHA	72
--	----

Erlangung der Weisheit	75
1. Rechte Erkenntnis	76
2. Rechte Gesinnung	80

Erringung der Sittlichkeit	84
3. Rechtes Reden	86
4. Rechtes Handeln	88
5. Rechter Lebensunterhalt	90

Vollendung der Geistesschulung	92
6. Rechtes Bemühen	94
7. Rechte Achtsamkeit	97
8. Rechte Meditation	101
 KARMA UND WIEDERGEURT, LEBEN UND TOD	 107
1. Einführung	107
2. Die Gesetze der Kausalität und der kosmischen Harmonie	112
3. Im besonderen: Karma	116
4. Im besonderen: Wiedergeburt	124
5. Fast unbegrenzte Auswirkungen	134
 DIE VIER ERHABENEN TUGENDEN DES BUDDHISMUS	 138
1. Die Liebe oder Güte	139
2. Das Mitleid	150
3. Die Mitfreude	155
4. Der Gleichmut	159
 DER BUDDHISTISCHE WEG ZUR »ERLÖSUNG«	 165
 CHRISTENTUM UND BUDDHISMUS	 183
1. Die historisch gewachsenen Leitbilder des Westens und Ostens	183
2. Gottesglauben gegenüber Erkenntnis der Wirklichkeit	187
3. Glaubenszwang und Abhängigkeit gegenüber innerer Freiheit	189
4. Fremd- gegenüber Selbsterlösung	199
5. Christentum und Buddhismus in dieser Zeit	203
 ANHANG: HISTORISCHER ÜBERBLICK ÜBER DIE ENTWICKLUNG DES BUDDHISMUS	 212

1. Übersicht: Die drei Kennzeichen des Seins	225
2. Übersicht: Die vier Edlen Wahrheiten	226
3. Übersicht: Karma und Wiedergeburt	227
4. Übersicht: Die vier Erhabenen Tugenden	228
5. Übersicht: Persönlichkeits-Leitbild des Westens und Ostens	230
6. Übersicht: Christentum und Buddhismus	231
 Schlußbemerkung	 232
Anmerkungen	233
Literaturverzeichnis	235