

# Inhalt

<b>Vorwort zur deutschen Ausgabe</b>	<b>09</b>
<b>Vorwort zur Originalausgabe</b>	<b>13</b>
<b>1. Wie man mit Strümpfen und Strumpfbändern hantiert</b> Die Methode der buddhistischen Philosophie	<b>27</b>
<b>2. Wie man Möbel zertrümmern und dabei gerade noch mal so mit einem blauen Auge davonkommen kann</b> Ein Wort zur Leerheit des Objekts	<b>51</b>
<b>3. Hier sind wir nun, obschon – mitnichten</b> Ein Wort zur Leerheit des Subjekts	<b>67</b>
<b>4. Betrachtungen beim Konsumieren</b> Die ganze Welt ist Geist	<b>89</b>

<b>5. Die Sichtweise ist entscheidend</b> Ein Wort vom Nutzen der Leerheit	117
<b>6. Karma</b> Wir selbst bestimmen, was geschieht	135
<b>7. Leerheit, die jedoch ganz voll ist</b> Ein Wort zum Unterschied zwischen <i>rangtong</i> und <i>shentong</i>	159
<b>8. Das Zeitlose</b> Ein Wort zum ursprünglichen Bewusstsein	183
<b>9. Die Dominanz des Gehirns</b> Ein Wort zur Selbstüberschätzung	203
<b>10. Glücklich, einfach glücklich!</b>	231
<b>Anmerkungen des Übersetzers</b>	261