



Leseprobe

Dalai Lama

Die Essenz der Lehre Buddhas

Zeitlose Weisheit für
moderne Menschen

Bestellen Sie mit einem Klick für 12,99 €



Seiten: 176

Erscheinungstermin: 23. Juli 2012

Lieferstatus: Lieferbar

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.randomhouse.de

Inhalte

- [Buch lesen](#)
- [Mehr zum Autor](#)

Zum Buch

Praktischer Rat und Inspiration von der höchsten buddhistischen Autorität

Wo finden wir Glück und Freude, Ruhe und Ausgeglichenheit? Genau darauf gibt der Buddhismus Antworten, die zeitlos gültig und erprobt sind. Und wohl keiner versteht es so gut, buddhistische Lebenskunst dem Menschen von heute nahezubringen, wie der Dalai Lama. Klar und verständlich führt dieses Buch in die buddhistische Lehre ein. Es ist eine große Chance für alle, die Gelassenheit und inneren Frieden suchen. Denn es enthält konkreten Rat und praktische Übungen, um sich endlich aus der Tretmühle des Alltags innerlich zu befreien. Wer diese einfachen, aber bewährten Grundsätze des Dalai Lama übernimmt und nach ihnen lebt, der lebt auch in Harmonie mit sich und seinen Mitmenschen – dies ist die Essenz der Lehre Buddhas.

Autor

Dalai Lama

Der amtierende 14. Dalai Lama, das geistliche und weltliche Oberhaupt der Tibeter, wurde 1935 geboren. Nach der Besetzung Tibets durch China floh er 1959 nach Indien, wo er seitdem im Exil lebt. Seine spirituelle Arbeit, seine Bemühungen um die politische Unabhängigkeit Tibets und um dessen kulturelle und religiöse Identität sowie sein Einsatz für den Weltfrieden finden Anerkennung in der

ganzen Welt. 1989 wurde er mit dem Friedensnobelpreis geehrt.

