

# **INHALT**

<b>1</b>	
<b>Der Anfang</b>	
	11
<b>2</b>	
<b>Das Hier und Jetzt</b>	
	25
<b>3</b>	
<b>Was der Buddha sagt</b>	
	51
<b>4</b>	
<b>Ganz neu sitzen lernen – Meditation</b>	
	71
<b>5</b>	
<b>Schweige-Retreat</b>	
	109
<b>6</b>	
<b>Reinkarnation – wir sind schon mal hier gewesen, da bin ich mir ganz sicher ...</b>	
	135
<b>7</b>	
<b>Karma – wir waren auch ganz brav, großes Spaniel- Ehrenwort!</b>	
	155

<b>8</b>	
<b>Liebende Güte – Freundschaft mit dem Kater von nebenan</b>	
185	
<b>9</b>	
<b>Auf dem Spielfeld des Bewusstseins</b>	
201	
<b>10</b>	
<b>Dharma, Dogma und die Ultimative Wahrheit</b>	
225	
<b>11</b>	
<b>Das Kloster</b>	
243	
<b>12</b>	
<b>Die transformative Kraft des Mitgefühls</b>	
263	
<b>13</b>	
<b>Die Welt, wie Halbschwester sie sieht</b>	
281	
<b>Darstellerinnen und Darsteller</b>	
299	
<b>Literaturhinweise vom Kollegen Bücherschrank</b>	
301	