

INHALT

1

Der Anfang

11

2

Das Hier und Jetzt

25

3

Was der Buddha sagt

51

4

Ganz neu sitzen lernen – Meditation

71

5

Schweige-Retreat

109

6

Reinkarnation – wir sind schon mal hier gewesen, da bin ich mir ganz sicher ...

135

7

Karma – wir waren auch ganz brav, großes Spaniel- Ehrenwort!

155

8

**Liebende Güte – Freundschaft mit dem Kater
von nebenan**

185

9

Auf dem Spielfeld des Bewusstseins

201

10

Dharma, Dogma und die Ultimative Wahrheit

225

11

Das Kloster

243

12

Die transformative Kraft des Mitgefühls

263

13

Die Welt, wie Halbschwester sie sieht

281

Darstellerinnen und Darsteller

299

Literaturhinweise vom Kollegen Bücherschrank

301