

Thick Nhat Hanh



DER GERUCH VON
FRISCH
GESCHNITTENEM GRAS



Theseus Verlag

INHALT

| | |
|--|----|
| <i>Vorwort</i> | 6 |
| <i>Sie können es</i> | 11 |
| <i>Gehen, ohne anzukommen</i> | 13 |
| <i>Entspannte Schritte</i> | 15 |
| <i>Lassen Sie die Sorgen von sich abfallen</i> | 17 |
| <i>Gehen im Reinen Land</i> | 19 |
| <i>Diese Erde ist das Reine Land</i> | 21 |
| <i>Diese Erde birgt alle Wunder des Reinen Landes</i> | 23 |
| <i>Das Siegel eines Königs</i> | 27 |
| <i>Gehen ist Ihre wichtigste Handlung</i> | 29 |
| <i>Ein frischer Windhauch steigt von jedem Schritt auf</i> | 31 |
| <i>Wach sein, um loszulassen</i> | 33 |
| <i>Lächeln Sie wie ein Buddha</i> | 36 |
| <i>Eine Kette aus Perlen</i> | 39 |
| <i>Atmen, zählen und gehen</i> | 41 |
| <i>Das Maß unserer Schritte</i> | 45 |

| | |
|---|----|
| <i>Mehr Luft einatmen</i> | 49 |
| <i>Gehen und stehen – Jede Handlung setzt das Werk des Buddha fort.</i> | 53 |
| <i>Eine Lotosblume erblüht aus jedem Schritt</i> | 55 |
| <i>Das Wunder, auf der Erde zu gehen</i> | 59 |
| <i>Wählen Sie ein Objekt für Ihre Aufmerksamkeit</i> | 64 |
| <i>Worte als Objekt der Aufmerksamkeit</i> | 69 |
| <i>Die Zukunft der menschlichen Wesen hängt von Ihrem Schritt ab</i> | 71 |
| <i>Lassen Sie mich mit Ihren Füßen gehen</i> | 76 |
| <i>Gehen, um Frieden zu finden</i> | 80 |
| <i>So gehen, dass alle Wesen in Frieden sind</i> | 83 |
| <i>Sie können nur dann voller Frieden sein, wenn Sie klar sehen und verstehen</i> | 85 |
| <i>Unterschlagen wir nicht die Hälfte des Dharmaschatzes</i> | 90 |
| <i>Bodhisattvas als unsere Reisegefährten erwählen</i> | 93 |