

Inhalt

Vorwort	8
Fremde Begriffe	10
“Es gibt keinen Weg zum Frieden, der Frieden ist der Weg”	13
<i>Wandlung von der Macht zum Machtverzicht ist möglich.</i>	21
1. Romano Guardini: Der Mensch und die Macht	21
2. Mahatma Gandhi: Die drei Arten der Macht	27
3. Die Macht des Gesetzes	29
4. Der Umgang mit der Macht	37
5. Der Umgang mit den Inhabern der Macht	40
<i>Machtverzicht setzt eine starke Persönlichkeit voraus</i>	47
1. Unfrieden beseitigen und Frieden schaffen lernen	47
2. Abhängigkeiten vermindern lernen	49
3. Minderwertigkeitsgefühle abbauen	53
4. Selbstbeherrschung von Geist und Körper erlernen	55
5. Selbstbestimmung lernen	58
6. Zivilcourage lernen	60
7. Begegnen lernen	62
8. Zum Frieden erziehen	68
9. Eigentum verpflichtet	72
<i>Durch soziale Gerechtigkeit zum Frieden für alle</i>	75
1. Sarvodaya	75
2. M. K. Gandhis Sarvodaya	81
3. A. T. Ariyaratnes Sarvodaya	84

4. Sarvodaya in Europa	86
5. Der Sarvodaya-Weg, eine systematische Methode, Frieden zu üben	88
6. Der Sarvodaya-Weg: Ein Sofortprogramm für den Frie- den	94
Ausgangspunkt	94
Die sieben Schritte des Weges	95
<i>Frieden bei uns darf kein Zufall sein</i>	103
1. Jeder einzelne hat Macht	106
2. Regelungen allein bringen keinen Frieden	111
3. Regelungen ohne Freiräume für Menschlichkeit sind friedenshemmend	115
4. Rechtsverzicht beseitigt Friedenshemmnis	118
5. Die Macht des Gesetzes kann Leiden verursachen	121
6. Isolierung stärkt Machtmißbrauch	124
7. Sprache vermittelt Frieden	126
8. Geduld ist ein Werkzeug des Friedens	128
9. Solidarisierung auf der Friedensbasis	130
10. Militär und Friedensbewegung sollen sich auf die Friedensbasis besinnen	133
Schlußbemerkungen.	138
Literatur und Quellenverzeichnis	140