

INHALT

VORWORT	8
ZUR EINFÜHRUNG	10
EINLEITUNG UND ERLÄUTERUNGEN	
zum Text von Teil Eins.	12
TEIL EINS	
DIE PRAXIS: MEDITATION IM TIBETISCHEN BUDDHISMUS	33
I. <i>Vorbereitung der Sitzung</i>	35
II. <i>Die Sitzung: Wie man ein Verständnis des Pfades entwickelt und verspricht, ihn zu kultivieren</i>	51
III. <i>Die eigentliche Meditation:</i>	
1. Wie man den Gedanken entwickelt, den Existenz- kreislauf zu verlassen	56
Die Mittel, keine Erwartungen mehr in die Erscheinungen dieses Lebens zu setzen 56 · Die Mittel, keine Erwartun- gen mehr in die Erscheinungen zukünftiger Leben zu set- zen 58	
IV. <i>Die eigentliche Meditation:</i>	
2. Wie man das selbstlose Streben nach höchster Er- leuchtung kultiviert	63
Wie man Gleichmut erreicht 63 · Wie man die Erkennt- nis kultiviert, daß alle Wesen Mütter sind 64 · Wie man den Gedanken an die Freundlichkeit der Mütter kultiviert 65 · Wie man über ein Vergelten ihrer Freundlichkeit medi- tiert 67 · Wie man Liebe kultiviert 67 · Wie man großes Mitleid und die ungewöhnliche Haltung kultiviert 68 · Wie man das selbstlose Streben nach höchster Erleuchtung kultiviert 69	

V.	<i>Die eigentliche Meditation:</i>	
	3. Wie man die richtige Ansicht kultiviert	75
	Wie man meditiert, um festzustellen, daß die Person kein Selbst hat 75 · Wie man meditiert, um festzustellen, daß andere Erscheinungen kein Selbst haben 79	
VI.	<i>Der Abschluß der Sitzung</i>	83
TEIL ZWEI		
	DIE THEORIE: SYSTEME DER LEHRMEINUNGEN	87
	VORREDE	88
I.	<i>Unsere eigenen Lehrmeinungen und die Lehrmeinungen anderer im Allgemeinen</i>	90
II.	<i>Zusammenfassende Erläuterungen – Lehrmeinungen von Außenstehenden</i>	93
	Vaiśeṣika und Naiyāyika 93 · Sāṃkhya 95 · Mīmāṃsaka 100 · Nirgrantha 101 · Cārvāka 102	
III.	<i>Allgemeine Darlegung – Die buddhistischen Lehrmeinungen.</i>	104
IV.	<i>Die Vaibhāṣikas</i>	
	Definition, Unterschulen und Etymologie der Bezeichnung Vaibhāṣika 111 · Darstellung der Grundlage 111 · Neu-gültiges Bewußtsein 121 · Nicht Neu-gültiges Bewußtsein 123 · Darstellung der Pfade 125 · Darstellung der Früchte der Pfade 130	
V.	<i>Die Sautrāntikas</i>	139
	Definition, Unterschulen und Etymologie der Bezeichnung Sautrāntika 139 · Darstellung der Grundlage 139 · Darstellung der Pfade 154 · Darstellung der Früchte der Pfade 156	
VI.	<i>Die Cittamātrin</i>	159
	Definition, Unterschulen und Etymologie der Bezeichnung Cittamātrin 159 · Darstellung der Grundlage 164 · Darstellung der Pfade 172 · Darstellung der Früchte der Pfade 174	

VII. Die Mādhyamikas	
1. Die Svātantrikas	179
Die Definition eines Mādhyamika, die Unterschulen und die Etymologie für die Bezeichnung Mādhyamika 179 · Die Svātantrikas: Definition, Etymologie der Bezeichnung Svātantrika und die Unterschulen 180 · (A) Die Lehrmeinungen der Yogācāra-Svātantrika-Mādhyamikas 181 · Darstellung der Grundlage 181 · Darstellung der Pfade 183 · Darstellung der Früchte der Pfade 186 · (B) Die Lehrmeinungen der Sautrāntika-Svātantrika-Mādhyamika 191 · Darstellung der Grundlage 191 · Darstellung der Pfade 191 · Darstellung der Früchte der Pfade 191	
VIII. Die Mādhyamikas	
2. Die Prāsaṅgika	193
Definition und Etymologie der Bezeichnung Prāsaṅgika 193 · Darstellung der Grundlage 193 · Darstellung der Pfade 203 · Darstellung der Früchte der Pfade 205	
ANMERKUNGEN	210
BIBLIOGRAPHIE	212
REGISTER	215