

Inhaltsangabe

Vorwort von Lama Thubten Zopa Rinpoche	7
Einführung der Herausgeberinnen	23
Einführung von Jonathan Landaw	29
Gebet an die Lamas der Überlieferungslinie der Sechs Yogas von Naropa	43
 Erster Teil <i>Die Sechs Yogas von Naropa</i>	
1 Tantra und Inneres Feuer	51
2 Die Sechs Yogas und der Mahasiddha Naropa	59
3 Der Mahasiddha Je Tsongkhapa	65
4 Die Praxis ist das Wichtigste	71
 Zweiter Teil <i>Vorbereitungsübungen</i>	
5 Den Geist vorbereiten	81
6 Die Initiation	87
7 Negatives läutern	91
8 Die Inspiration des Guru	95
 Dritter Teil <i>Jenseits der Erscheinungen</i>	
9 Tod, Zwischenzustand und Wiedergeburt umwandeln	107
10 Als göttliches Wesen erstehen	117
11 Die Eigenschaften von Körper und Geist	127
12 Relatives und Absolutes vereinen	135
 Vierter Teil <i>Den Vajrakörper erwecken</i>	
13 Hatha Yoga	145
14 Feinstoffliche Kanäle und Chakren	151
15 Glückselige Silben	163
16 Die Vasenatmung	171

Fünfter Teil	<i>Die Ganzheit entdecken</i>	
17	Die Meditation über das Innere Feuer	181
18	Gutes und Schlechtes kann geschehen	195
19	Große gleichzeitig entstandene glückselige Weisheit	211
20	Zu Vajradhara werden	221
Sechster Teil	<i>Mit dem Inneren Feuer leben</i>	
21	Jeder trägt die Verantwortung für seine eigene Freude	231
22	Vergesst das Innere Feuer niemals	239
Anhang 1		
	Aus dem Tibetischen stammende Wörter und Namen mit ihrer Transliteration	249
Anhang 2		
	Gliederung von „Die drei Überzeugungen hegen“	253
	Anmerkungen	257
	Glossar	261
	Bibliografie	276
	Literaturhinweise	280
	Index	281