

Inhaltsverzeichnis

Illustrationen	viii
Einführung	ix
Vorwort zur deutschen Ausgabe	xiv
 Teil Eins: DER PFAD DER WAHRHEIT	
Pilger und Klöster im Himalaya	3
Hinduismus und Buddhismus	14
Wie ein tibetischer Buddhist das Christentum sieht	38
 Teil Zwei: MEDITATIVES ERLEBEN	
Meditation, Mudrā und Maṇḍala	48
Die Entstehungsgeschichte des buddhistischen Maṇḍala	54
Die Acht Erscheinungsformen des Guru Padmasambhava	67
Schaubildentfaltung und tantrische Meditation	78
 Teil Drei: VERTRAUEN IN DIE ERFAHRUNG	
Der Bereich des Religiösen	83
Meditation im Vajrayāna: Erste Schritte	109
Die Bedeutung von Vaiśākha	134
Götter, Helfer und Heilande	144
Die Bedeutung des Mantra im Vajrayāna	160
 Dharma-Begriffe	 182
Register	185