

INHALT

EINFÜHRUNG	5		
Wie alles begann	5		
Der 14. Dalai Lama	8		
Eine Hochkultur im Exil	10		
Grundgedanken der tibetischen Kultur	12		
WICHTIGE BEGRIFFE	22		
TIBETISCHES WELTBILD	36	BUDDHISTISCHE ÖKOLOGIE	132
Reinkarnation und der feinstoffliche Körper	36	Universelle Verantwortung des einzelnen	132
Empfängnis	37	Das göttliche Prinzip im Buddhismus	136
Kanäle und Chakras	38	Soziale Ökologie	139
Die Fünf Elemente und das Bewußtsein	44	Ökologische und unökologische	
		Bewußtseinerweiterung	140
TIBETISCHE WEGE DER HEILUNG	54	Beziehungen und Reinkarnation	143
Heilung des Körpers	54	Das Bodhisattva-Ideal	144
Tibetische Medizin	54		
Charakteristika der drei Energieprinzipien	57	LITERATURVERZEICHNIS	148
Krankheit	58		
Pulsdiagnose	61	DANK	149
Therapieformen	62		
Ernährung	65	TIBET KAILASH HAUS	150
Heilung der Emotionen	69		
Tibetisches Tantra	69	KAILASH INSTITUT FÜR TRADITIONELLE	
Äußeres, Inneres und Geheimes Mandala	91	TIBETISCHE MEDIZIN	151
Die Fünf Buddhafamilien	96		
Heilung des Bewußtseins	112	IMPRESSUM	152
Dharma als Medizin	112		
Mentales Heilen	113		
Meditation	115		
Heilmeditationen	119		
Transzendente Buddhas	123		
Räucherwerk und Bewußtsein	128		