

# INHALT

Vorwort . . . . .	9
1. Kapitel: Das Bewusstwerden über den Tod . . . . .	31
2. Kapitel: Die Befreiung von der Furcht . . . . .	44
3. Kapitel: Die Vorbereitung auf das Sterben . . . . .	61
4. Kapitel: Das Beseitigen der Hindernisse für einen günstigen Tod . . . . .	77
5. Kapitel: Das Erlangen günstiger Bedingungen für den Zeitpunkt des Todes . . . . .	83
6. Kapitel: Die Meditation während des Sterbens . . . . .	91
7. Kapitel: Die innere Struktur . . . . .	106
8. Kapitel: Das klare Licht des Todes . . . . .	126
9. Kapitel: Das Reagieren auf den Zwischenzustand . . . . .	145
10. Kapitel: Eine gute Wiedergeburt erlangen . . . . .	159
11. Kapitel: Tägliche Betrachtungen über das Gedicht . . . . .	165
Anhang: Überblick über das Gedicht und die Zusammenfassungen . . . . .	173
Ausgewählte Bibliographie . . . . .	191