

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>VORWORT</b>	7
<b>EINLEITUNG</b>	9
<b>EINFÜHRUNG</b>	
<b>DIE LEBENSGESCHICHTE MILAREPAS</b>	
von Rechung, dem Schüler Milarepas	21
<b>ERSTER TEIL DER PFAD DER FINSTERNIS</b>	
<b>Abstammung und Geburt</b>	
Rechungs Traum, der zum Schreiben dieser Lebensgeschichte führte, Milarepas Abstammung und Geburt	27
<b>Der Geschmack der Sorge</b>	
Tod und letzter Wille von Milarepas Vater; die unrechtmäßige An- eignung des Besitzes durch den Onkel und Tante väterlicherseits und daraus Sorgen, die Milarepa, seine Mutter und Schwester ertragen müssen	36
<b>Die Ausübung der Schwarzen Magie</b>	
Jetsüns Guru und seine Beherrschung der Schwarzen Kunst. Jetsün vernichtet fünfunddreißig seiner Feinde und die reiche Gerstenernte der anderen durch Magie	43
<b>ZWEITER TEIL DER PFAD DES LICHTS</b>	
<b>Die Suche nach dem heiligen Dharma</b>	
Jetsüns Abschied von seinem Guru in der Schwarzen Kunst – wie er seinen Guru in der wahren Lehre, Marpa, den Übersetzer, fand	64
<b>Prüfung und Buße</b>	
Jetsün gehorcht seinem Guru Marpa und muß dabei seltsame Prüfungen und große Trübsal erdulden. In seiner Verzweiflung verläßt er dreimal Marpa, um einen neuen Guru zu suchen, kehrt aber immer wieder zurück	71
	5

<b>Die Einweihung</b>	
Die Vollendung der Prüfungen; Jetsüns Einweihungen und Marpas Vorhersagen über ihn	103

<b>Die persönliche Führung des Guru</b>	
Die Früchte von Jetsüns Meditation und Studien. Marpas letzte Reise nach Indien. Jetsüns prophetische Träume und Marpas Erklärung. Marpas persönlicher Auftrag an jeden seiner Schüler	108

<b>Der Abschied von meinem Guru</b>	
Durch einen Traum geleitet, verläßt Jetsün seine Einsiedelei und erlangt die Erlaubnis seines Guru, an seinen Geburtsort zurückzukehren. Die letzten Lehren und Ermahnungen des Guru; der schmerzvolle Abschied und Jetsüns Ankunft in Tsa	123

<b>Die Entzagung</b>	
Die Enttäuschung, die Jetsün bei seiner Heimkehr erlebte. Sein Gelübde, ein asketisches Leben zu führen und in der Einsamkeit die Versenkung zu üben	135

<b>Die Versenkung in der Einsamkeit</b>	
Jetsüns Meditation in der Bergeinsamkeit. Äußere Erfahrungen und psychophysische Ergebnisse – seine Hymnen aus diesem Erleben	143

<b>Der Dienst an den lebenden Wesen</b>	
Jetsüns Schüler und Meditationsorte; sein Dienst an allen lebendigen Geschöpfen	186

<b>Das Nirvana – Berichte der Schüler über den Tod ihres Meisters</b>	
Jetsün nimmt vergiftete Milch von der Geliebten Tsaphuwas. Die letzte Versammlung der Schüler Jetsüns, und die Wunder, die dabei geschahen, Jetsüns Rede über Krankheit und Tod. Seine fünf Reden als letzter Wille. Tsaphuwas Bekehrung, Jetsüns Testament, sein Hingehen in den Samadhi und die übernatürlichen Erscheinungen die daraus entsprangen. Rechungs spätes Erscheinen, sein Gebet an Jetsün und dessen Antwort. Die wunderbaren Ereignisse bei der Verbrennung und die Reliquien. Die Ausführung von Jetsüns letztem Willen. Seine Schüler	189

## **ANMERKUNGEN**

239