

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	7
EINLEITUNG	9
EINFÜHRUNG	
DIE LEBENSGESCHICHTE MILAREPAS	
von Rechung, dem Schüler Milarepas	21
ERSTER TEIL DER PFAD DER FINSTERNIS	
Abstammung und Geburt	
Rechungs Traum, der zum Schreiben dieser Lebensgeschichte führte, Milarepas Abstammung und Geburt	27
Der Geschmack der Sorge	
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
Die Ausübung der Schwarzen Magie	
Jetsüns Guru und seine Beherrschung der Schwarzen Kunst. Jetsün vernichtet fünfunddreißig seiner Feinde und die reiche Gerstenernte der anderen durch Magie	43
ZWEITER TEIL DER PFAD DES LICHTS	
Die Suche nach dem heiligen Dharma	
Jetsüns Abschied von seinem Guru in der Schwarzen Kunst – wie er seinen Guru in der wahren Lehre, Marpa, den Übersetzer, fand	64
Prüfung und Buße	
Jetsün gehorcht seinem Guru Marpa und muß dabei seltsame Prüfun- gen und große Trübsal erdulden. In seiner Verzweiflung verläßt er dreimal Marpa, um einen neuen Guru zu suchen, kehrt aber immer wieder zurück	71
	5

Die Einweihung	
Die Vollendung der Prüfungen; Jetsüns Einweihungen und Marpas Vorhersagen über ihn	103
Die persönliche Führung des Guru	
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
Der Abschied von meinem Guru	
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
Die Entsagung	
Die Enttäuschung, die Jetsün bei seiner Heimkehr erlebte. Sein Gelübde, ein asketisches Leben zu führen und in der Einsamkeit die Versenkung zu üben	135
Die Versenkung in der Einsamkeit	
Jetsüns Meditation in der Bergeinsamkeit. Äußere Erfahrungen und psychophysische Ergebnisse – seine Hymnen aus diesem Erleben	143
Der Dienst an den lebenden Wesen	
Jetsüns Schüler und Meditationsorte; sein Dienst an allen lebendigen Geschöpfen	186
Das Nirvana – Berichte der Schüler über den Tod ihres Meisters	
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 Hinübergleiten 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