

Inhalt

Widmung von Tulku Urgyen Rinpoche	7
Ratschlag an mich selbst	9
Vorwort von Seiner Heiligkeit Dilgo Khyentse Rinpoche	17
Zusammenfassung zum Mahamudra – Eine Einführung von Tulku Urgyen Rinpoche	19
Prolog	27
1. Teil: Mahamudra des Grundes	29
Die Sicht	31
2. Teil: Mahamudra des Pfades	45
Shamatha und Vipashyana	47
Fehler und Qualitäten	58
Erfahrung und Verwirklichung	68
Die vier Yogas	73
Die Fünf Pfade und die Zehn Bhumis	89
Verstärkung	104
3. Teil: Mahamudra der Frucht	109
Die drei Kayas der Buddhaschaft	111
Epilog	121
Nachwort des Übersetzers	129
Glossar	133