

Inhalt

Vorworte.....	9
Vorwort des Herausgebers Dr. Michael Nickel.....	9
Vorwort von Deborah Willoughby	18
Kapitel 1 – Die lebendige Wissenschaft des Tantra	23
Meine eigene Suche.....	26
Die Welt des Tantra.....	34
Verbotener Tantra.....	37
Die höchste Form des Wissens	40
Unendliches Wissen.....	42
Kapitel 2 – Wo Tantra noch immer gedeiht.....	49
Schreine als Lehrmeister	54
Kapitel 3 – Den Weg hinein finden	76
Das Spektrum der Praktiken	76
Die drei Schulen des Tantra.....	82
Tabelle: Merkmale der drei Schulen des Tantra	84
Kaula Tantra	85
Der linkshändige und der rechtshändige Kaula-Pfad.....	88
Tabelle: Einzigartige Merkmale der beiden Kaula-Schulen	90
Kapitel 4 – Die erste Initiation: Mantra	92
Die tantrische Praxis des Gayatri Mantra	99
Prana-Pratishta	101
Kara Nyasa und Anga Nyasa	101
Vyapaka Nyasa	104
Mantra Japa	104
Die Erfahrung als Lehrer.....	106

Kapitel 5 – Die zweite Initiation: Yantra.....	III
Die Bedeutung von Ganesha.....	II3
Das Ganesha Yantra	I20
Das Zentrum (Bindu).....	I20
Der erste Kreis.....	I21
Der zweite Kreis	I22
Der dritte Kreis.....	I27
Die Praxis absolvieren	I28
Kapitel 6 – Die dritte Initiation: Chakra Puja.....	I30
Der linkshändige Pfad	I32
Shukadeva	I35
Chakra Puja	I37
Die Tradition.....	I42
Kapitel 7 – Eine Praxis, um Materie und Geist zu verführen	I45
Die Bedeutung von Zeit und Ort	I49
Eine Praxis gegen Phobien, Albträumen und Schlafstörungen.....	I50
Schritt eins	I51
Wie das Yantra gezeichnet wird.....	I51
Wie man auf das Yantra meditiert	I53
Schritt zwei	I60
Schritt drei	I62
Schritt vier.....	I62
Ein ganzheitlicher Ansatz.....	I69
Glossar.....	I71
Über den Autor	I80
Das Himalayan Institute (USA)	I81