

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.....	I2I
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	I5I
Wie das Yantra gezeichnet wird.....	I5I
Wie man auf das Yantra meditiert	I53
Schritt zwei	I60
Schritt drei	I62
Schritt vier.....	I62
Ein ganzheitlicher Ansatz.....	I69
 Glossar	I7I
 Über den Autor	I80
Das Himalayan Institute (USA)	I8I