

INHALT

7	Getäuschter Geist und Weisheitsgeist
8	Einführung
10	Nicht-buddhistisches Denken
10	Die nicht-theistische Annäherung
12	Theistische Formen des Glaubens
14	Den eigentlichen Punkt verfehlen
15	Der nihilistische Standpunkt
17	Buddhistisches Denken
17	Hinayana Sichtweisen
17	Die Vaibhasikas
19	Die Sautrantikas
22	Mahayana Sichtweisen
22	Relative und absolute Wahrheit
25	Wissender und Gewusstes
30	Die acht Arten objektbezogenen Bewusstseins
40	Die fünf Pfade
45	Die fünf Arten ursprünglicher Weisheit
59	Die Praxis der Meditation
62	Geist im Jetzt
67	Geistige Ruhe
67	Die Körperhaltung
69	Meditation auf einen Gegenstand als Bezugspunkt
71	Meditation mit Liebe und Mitgefühl als Bezugspunkt
75	Dumpfheit und Erregung
78	Aufmerksam und wach sein
80	Meditieren ohne Bezugspunkt

81	Intuitive Einsicht
83	Den Geist untersuchen
91	Die sechs emotionalen Zustände als Praxis nutzen
92	Unwissenheit
93	Ärger
94	Begierde – Anhaftung
95	Ideologien und falsche Sichtweisen
97	Zweifel
99	Erfahrungen
100	Glücksgefühl
101	Klarheit
102	Leerheit
105	Mahamudra und angeborene Einheit
109	Die angeborene Wirklichkeit des Geistes
109	Die angeborene Wirklichkeit der Erscheinungswelt
110	Die angeborene Wirklichkeit des Denkens
115	Die vier Wege der Weisen
117	Stütze dich auf die Lehre und nicht auf den Lehrer
119	Stütze dich auf die Bedeutung und nicht auf die Worte
121	Stütze dich auf die Tiefe und nicht auf die Oberfläche
123	Stütze dich auf Weisheit und nicht auf Konzepte
123	Schlussfolgerung
125	Anmerkungen
127	Adressen