

# INHALT

Vorwort der Herausgeberin .....	7
Über den Autor. ....	11

## *Erster Teil:*

### *Die sechs Bardo-Zustände*

1. Bardo .....	19
2. Die Sechs Bereiche des Daseins .....	43
3. Der Bardo der Meditation. ....	79
4. Der Bardo der Geburt .....	103
5. Der Bardo des Illusionskörpers .....	121
6. Der Bardo der Träume .....	137
7. Der Bardo des Daseins .....	157
8. Der Bardo des Todes .....	183
9. Die einsame Reise .....	204

## *Zweiter Teil:*

### *Die sechs Daseinszustände*

10. Schmerz und Lust. ....	227
11. Der Bereich der Götter .....	249
12. Der Bereich der Eifersüchtigen Götter .....	267
13. Der menschliche Bereich .....	293
14. Der Bereich der Tiere .....	315
15. Der Bereich der Hungrigen Geister und die Höllenwelt. ....	334
16. Die Abfolge der Bardos .....	351

## *Anhang*

Die sechs Bardo-Zustände .....	373
Der Zyklus der Bardos.....	374
Tibetische Begriffe in wissenschaftlicher Umschrift .....	375
Glossar .....	377
Dank.....	383
Anmerkungen.....	384