

## *Inhalt*

Einführung 4

Synopsis 6

Bodhicittavivarāṇa (Deutsch) 7

Bodhicittavivarāṇa (Tibetisch-Englisch) 37

Notes on the Verses 78

Quellen und Varianten 86

Sanskrit-Fragmente 88

Anhang: Lojong Tsigyema

Acht Verse zum Üben des Herzgeistes 92

Eight Verses for Training the Mind 94