

Abbildungen	vii
Danksagung	ix
Einleitung	1
Die herausragenden Eigenschaften Je Tsongkhaspas und seiner Lehre	17
Warum wir den Guru Yoga von Je Tsongkhapa üben müssen	31
Ursprung und Überlieferungslinie dieser Anleitungen	43
Die vorbereitenden Übungen	57
Das Verdienstfeld visualisieren	97
Die Praxis der sieben Glieder darbringen	151
Lobpreisungen und Bitten vorbringen	233
Segnungen empfangen	261
Widmung	375
Anhang I - Die zusammengefasste Bedeutung des Textes	377
Anhang II – Sadhanas	
<i>Befreiendes Gebet</i>	387
<i>Darbringung an den spirituellen Meister</i>	391
<i>Der Yoga von Buddha Heruka</i>	441
<i>Die zusammengefasste Bedeutung des schnellen Vajrayanapfades</i>	463
<i>Bittgebete an die Gurus der Mahamudra</i>	
Überlieferungslinie	475