

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Gesche Thubten Soepa.....	7
Vorwort der Übersetzerin.....	10
Technische Hinweise.....	14
<b>KAPITEL I: EINFÜHRUNG.....</b>	<b>15</b>
Ausdruck der Verehrung und das Gelöbnis, die Schrift zu verfassen.....	15
Allgemeine einleitende Erklärung der Anleitungen, die hier gezeigt werden.....	16
Beschreibung der Größe des Autors, um die Authentizität der Quellen der Lehre zu zeigen.....	17
Aufzeigen der Größe der Lehre, um Respekt vor den Anweisun- gen entstehen zu lassen.....	27
Wie die Lehre, die durch diese beiden [Arten von] Größe ge- kennzeichnet ist, zu hören und zu lehren ist.....	34
Erklärung der Stufen: Wie der Schüler mittels der eigentlichen Anweisungen angeleitet wird.....	46
<b>KAPITEL II: WESEN MIT GERINGEREN FÄHIGKEITEN.....</b>	<b>105</b>
Erklärung der Stufen des Pfades, die mit den Wesen geringerer Fähigkeiten übereinstimmen.....	105
Wie man sich den Tod vergegenwärtigt – man bleibt nicht lange auf dieser Welt .....	106
Wie es einem in späteren Existenzen ergehen wird: Wie man über das Glück und Leid der zwei Arten von Wesen nach- denkt, die im Daseinskreislauf umherwandern.....	119
Wie man die Methoden anwendet, die Glück in späteren Exis- tenzen bewirken.....	131
<b>KAPITEL III: WESEN MIT MITTLEREN FÄHIGKEITEN.....</b>	<b>199</b>
Erklärung der Stufen des Pfades, die mit den Wesen mittlerer Fähigkeiten übereinstimmen.....	199

## 6 Der Mittlere Stufenweg

Wie die Geisteshaltung entsteht, die nach Befreiung strebt.....	200
Wie die Natur des Pfades bestimmt wird, der zur Erleuchtung führt.....	239
<b>KAPITEL IV A: WESEN MIT GROSSEN FÄHIGKEITEN bis STILLES VERWEILEN.....</b>	<b>247</b>
Wie man den Geist auf den Stufen des Pfades von Wesen mit großen Fähigkeiten übt.....	247
Aufzeigen, dass der Erleuchtungsgeist das einzige Eingangstor zum Großen Fahrzeug ist, und Erklärung seiner Vorteile.....	250
Wie man den Erleuchtungsgeist entwickelt.....	254
Wie man den Geist mittels der Siebenfachen Anleitung von Ursachen und Wirkung übt.....	254
Wie man den Geist durch Gleichsetzen und Austauschen von sich selbst und anderen übt.....	275
Wie man die [Erleuchtung] hervorbringende Geisteshaltung durch ein Ritual annimmt.....	283
Wie man sich im Verhalten schult, nachdem der Erleuchtungsgeist hervorgebracht wurde.....	305
Wie man sich im allgemeinen Verhalten der Nachkommen Buddhas schult.....	322
<b>KAPITEL IV B: STILLES VERWEILEN.....</b>	<b>375</b>
Wie man sich insbesondere in den beiden letzten Vollkommenheiten schult.....	375
Wie man sich in Stille Verweilen, dem Wesen meditativer Stabilisierung, schult.....	389
<b>KAPITEL IV C: BESONDERE EINSICHT.....</b>	<b>455</b>
Wie man sich in Besonderer Einsicht schult: das Wesen der Weisheit.....	455
Wie sich Stilles Verweilen und Besondere Einsicht zu einer Einheit verbinden.....	581
Wie man sich im Außergewöhnlichen, dem Vajra-Fahrzeug, schult.....	588
<b>ANHANG I: Gliederung.....</b>	<b>594</b>
<b>ANHANG II: Sprachglossar und Glossar.....</b>	<b>660</b>
<b>ANHANG III: Bibliografie.....</b>	<b>681</b>
<b>ANHANG IV: Anmerkungen.....</b>	<b>689</b>