Inhalt

Vorwort 9
Einführung der Herausgeberin 11

Teil eins
Der Weg des Kriegers 17

1 Mit sich selbst konfrontiert 19
2 Meditation: in Berührung kommen und weitergehen 29
3 Der Mond in Ihrem Herzen 37
4 Die Sonne in Ihrem Kopf 43
5 Von unzerstörbarer Natur 48
6 Heilige Welt 54
7 Die Erziehung zum Krieger 59
8 Gewaltlosigkeit 65

Teil zwei
Der Weg der Furchtlosigkeit 75

9 Den Zweifel überwinden 77
10 Was uns hilft, mutig zu sein 87
11 Unbedingte Furchtlosigkeit 94
12 Himmel und Erde vereinen 101
13 Mit der Angst Freundschaft schließen 111
14 Monumentale Nichtexistenz 115

Teil drei
Auf der Windpferdenergie reiten 119

15 Unbedingte Zuversicht 121
16 Windpferd entdecken 125
17 Der Funke der Zuversicht 133
18 Die andere Seite der Angst 137
19 Unbesiegbarkeit 141
20 Windpferd wachrufen 145

Resümee 153
Nachwort der Herausgeberin 161
Quellen 171
Lektürevorschläge und andere Anknüpfungspunkte 173
Über Chögyam Trungpa 177
Anmerkungen 181
Register 183

Bibliografische Informationen
http://d-nb.info/1008965332

digitalisiert durch DEUTSCHE NATIONAL BIBLIOTHEK