

Inhoud

<i>Inleiding</i> door Lobsang P. Lhalungpa	7
<i>Proloog</i> Dankbetuiging aan mijn lama	34
DEEL EEN	
<i>Eerste Hoofdstuk</i> Geboorte	42
<i>Tweede Hoofdstuk</i> Jeugd	50
<i>Derde Hoofdstuk</i> Misdaden	55
DEEL TWEE	
<i>Eerste Hoofdstuk</i> Op zoek naar de dharma	71
<i>Tweede Hoofdstuk</i> Beproevingen	78
<i>Derde Hoofdstuk</i> Initiaties en instructies	102
<i>Vierde Hoofdstuk</i> Het ontwaken	106

<i>Vijfde Hoofdstuk</i>	
De geheime leringen	119
<i>Zesde Hoofdstuk</i>	
De zinloosheid van samsara	132
<i>Zevende Hoofdstuk</i>	
Meditatie	139
<i>Achtste Hoofdstuk</i>	
Retraites	177
<i>Negende Hoofdstuk</i>	
Nirwana	184
<i>Aanvulling</i>	228
<i>Slotgedicht</i>	231
Noten	234
Bibliografie	252

AANBEVELING VOOR DE LEZER

Als de lezer helemaal niet op de hoogte is van het Tibetaans boeddhisme, kan hij ook beginnen het verhaal zelf een keer te lezen, dat begint in Deel Een, Eerste Hoofdstuk. Daarna zou hij of zij het boek opnieuw kunnen lezen en dan beginnen met de Inleiding en de Proloog.