

Gonsar Rinpotsche
Essentielle Punkte
der Meditation

Aus dem Tibetischen
von Helmut Gassner

Überarbeitet und herausgegeben
von Schülern Gonsar Rinpotsches



EDITION RABTEN

Inhalt

Vorwort des Herausgebers	7
Allgemeine Erklärungen	11
Essentielle Punkte der Meditation	39
Meditation mit Avalokiteschvara	181
Glossar	245

Bild:

Gonsar Rinpotsche in Meditation während des jährlichen Leysin-Kurses	9
-------------------------------------------------------------------------	---