

目次 ● Contents

序 ● Preface 5

第一章 カムでの少年時代 ● A Farmboy in Kham 7

第二章 最初の僧院生活 ● First Glimpses of Monastic Life 22

第三章 尊師との出会い ● Meeting the Guru 43

第四章 セラ僧院での最初の修行 ● Initial Training in Sera 59

第五章 僧院生活とその教育 ● Monastic Life and Education 74

第六章 故郷カムへの帰還 ● Return to Kham 100

第七章 尊師との再会 ● Reunion with the Guru 132

第八章 セラ僧院への再留学 ● Return to Sera 151

第九章 上級僧としての修行 ● Training as an Elder Monk 161

第十章 インドでの生活 ● Life in India 183

エピローグ ● Epilogue 212

訳者あとがき ● Translator's Postscript 214