

UNREINHEITEN/ BEDEUTUNGEN	ÜBERSETZUNGEN	ÜBERWINDUNG
<p>1. SANDOSO MN 4.4 böse, verkommen, bestechlich, verdorben, unehrenhaft</p>	<p>Defect, Fehler: Unreinheiten in sprachlichen , körperlichen, geistigem Verhalten</p>	<p>Ethik (Sila, Patimokkha) Energie aufbringen (S. Furcht überwinden) Konzentration</p>
<p>2. ANGANAM MN 5.2 schmieren, biegen</p>	<p>Blemish, Makel, Unreinheit 4 Arten von Personen, Wenn jemand mit Makeln nicht weiß, dass er Makel hat.....keine Anstrengung!</p>	<p>4 große Anstrengungen (6. Pfadfaktor)</p>
<p>3. RAJAS /MALO MN 5.4 Mal, Besudelung, Schwarzes</p>	<p>Dirt, Schmutz, Staub ... dann werden diese Art Makel (s.o.) zu Staub auf den Augen</p>	
<p>4. UPA-KILESA MN 128, MN 7 etwas, was verdorben ist, Blockade, Verdorbenheit kilesa- etwas , was haften bleibt, klebrig ist...</p>	<p>Imperfection, Unzulänglichkeiten Nichtwissen oder Verblendung, Gier und Hass, Ignoranz besonders in Bezug auf das Daseinsmerkmal Unbeständigkeit (alles ist bleibend)</p> <p>M 128 – Feinere Kilesa in der Meditation: Zweifel, Unaufmerksamkeit, Trägheit und Mattigkeit, Furcht, Freudige Erregung, Tadelnswertes, Übermaß an Energie, Mangel an Energie, Sehnsucht, Vielheitswahrnehmung, Übermaß an Konzentration auf Formen</p>	<p>Noble Freundschaft. wenn keine Gefährte, lieber allein bleiben</p> <p>3 Arten der Entfaltung von Konzentration: mit anfänglicher und anhaltender Hinwendung, ohne dies, 1.-4. Vertiefung</p>
<p>5. SAN-KILESA - SIND UPAKILESA MN 7 Ki- feucht, schleimig, klebrig, Leim zum verschmieren von Erdmasse auch bezogen auf Körper, Leib - ...das, was kleben bleibt, nicht wegzumachen ist Sankilesa- Gegenteil von Reinheit</p>	<p>Defilements, Schändungen für den Geist, 16 Übel:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. HABGIER- COVETOUSNESS, GREED 2. GEIZ- STINGYNESS 3. ZORN /ÄRGER- ANGER 4. VERBITTERUNG- RESENTMENT 5. UNVERSCHÄMTHEIT- INSOLENCIE 6. NEID- ENVY 7. HABSUCHT- AVARICE 8. TÄUSCHUNG- DECEIT 9. BETRUG- FRAUD 	<p>4 große Anstrengungen (6. Pfadfaktor), aus der 2. großen Anstrengung erwächst Vertrauen in BDS</p> <p>ÜBERWINDEN!!!</p>

		10. HARTNÄCKIGKEIT- OBSTINACY 11. RIVALITÄT- REVALERY 12. EITELKEIT- VANITY 13. NACHLÄSSIGKEIT- NEGLIGENCE 14. VERACHTUNG- CONTEMPT 15. EINBILDUNG- CONCEIT 16. ARROGANZ- DÜNKEL- ARROGANCE	
6. ASAVA - SIND SANKILESA MN 49.30 asava bedeutet Einflüsse, Ausflüsse wie bei einem Geschwür, was übertragen den Wahn auslöst in Gefühlen, Wahrnehmungen, Denken, Bewusstsein, Die Beeinflussung des Herzens, Triebe!	Taints, Triebe, Ausflüsse Gedanken der Sinnesgier und des Übelwollens, Falsche Ansicht,(bez. DM) Unwissenheit (mara)	Achtsamkeit auf Geistinhalte Kontemplation: ein Gedanke ist aufgestiegen ...führt zu Leid und Leid führt zu beidem: <ul style="list-style-type: none"> - Zerstörung der Weisheit - weg von Nibbana unmittelbares (direktes) Erkennen MN 1, kein papanca	
7. CETOIKHILA MN 16 Khila- ist Brachland, Ödland, Wüste, übertragen Gemütsverhärtung, ein Herz das verhindert ist Höheres aufzunehmen, Blockaden undurchlässig für Heilsames engl. auch obstacle- unüberwindbares Hindernis, bars- Gitter, hinter Gittern oder Schloss und Riegel sein, corruption- Entstellung, Zerstörung Ceto-Herz/Geist oder das Helle, sichtbarmachen, Glanz, Heitere	CETO – wilderness of the heart, Wildnisse des Herzens: Unentschlossenheit und Zweifel bez. dem Lehrer (Buddha), Dhamma, Sangha, Training, Gefährten KHILA – stake, Scheiterhaufen Sinnesgier, Begehren nach Körperlichkeit, Begehren nach Form, schlafen-dösen-herumlungern, Sila als Ritus für himmlische Wiedergeburt benutzen	Entfaltung der 4 Machtfährten plus Enthusiasmus	
8. CETASO VINIBANDHA MN 16 Vinibandha- Fessel, gebunden, Band	Shackels in the heart, Ketten des Herzens		
9. ANUSAYA MN 148 Sayati - sich legen, das was in uns liegt, schläft Anusaya- sich niederlegen, das was in uns als Anlage liegt, die Triebkraft in uns also Neigung - Hang	Underlying tendencies, unterliegende Tendenzen Lust, Aversion, Unwissenheit, mit Kontakt erscheinen 3 Arten von Gefühlen, Reaktion: haben wollen – nicht haben wollen, Leid und Trauer ...	Nicht weiter erfreuen an angenehmen Gefühlen, willkommen heißen, sondern klar verstehen: <ul style="list-style-type: none"> - entstehen, vergehen - Gefahren sehen - ernüchtern 	

10. NIVARANAS	MN 39	Hindrances, Hindernisse Gier/ Begierde, Aversion, Müdigkeit und Trägheit, Unruhe und Rastlosigkeit, skeptischer Zweifel	Sinneskontrolle, Sinne beschützen, nicht an Zeichen und Erscheinungsbilder klammern, das Gegenteil praktizieren
11. GANTHAS Krampf, sich zusammenziehen, fesseln	DN 34	Knots, Knoten, körperliche Bande Anhaften an Riten und Regeln, Übelwollen, dogmatischer Fanatismus	Achtsamkeit entfalten Graduelles Training....
12. OGHA	DN 33/4	Floods, Fluten, Überschwemmungen, Sinnlichkeit wird zur Flut auf Grund von Unwissenheit	
13. YOGA	DN 33/4 AN 4.10	Yokes, fettern, Fesseln, Joch	
14. SAMYOJANA	DN 33	Fettern, Fesseln	