

## Bestandteile des Graduellen Trainings

<b>D 2</b>	<b>M 39</b>	<b>M 51</b>	<b>M 107</b>	<b>M 53</b>
Ein Tathagata erscheint in der Welt ...		Ein Hausloser nimmt die Lebensweise der Bhikkhus an - aus Ernüchterung		
Tugend / Bhikkhu PTM	Tugend	Tugend/ 10 Regeln, und weise Nutzung der Roben	Tugend/ PTM	<b>Tugend</b>
Sinneskontrolle	Sinneskontrolle	Sinneskontrolle	Sinneskontrolle	<b>Sinneskontrolle</b>
	Zügelung im Essen		Zügelung im Essen	<b>Zügelung im Essen</b>
	Wachsamkeit		Wachsamkeit	<b>Wachsamkeit</b>
Achtsamkeit und Wissensklarheit	Achtsamkeit und Wissensklarheit	Achtsamkeit und Wissensklarheit	Achtsamkeit und Wissensklarheit	<b>7 Qualitäten</b>  <b>Entsprechen dem Verhalten</b>
Überwinden der Hindernisse	Überwinden der Hindernisse	Überwindung der Hindernisse	Überwindung der Hindernisse	
Sammlung (1.-4.Jhana)	Sammlung	Sammlung	Sammlung	
<b>3 Große Wissen</b>	<b>3 Große Wissen</b>	<b>3 Große Wissen</b>		<b>3 Große Wissen</b>  <b>Wahres Wissen</b>