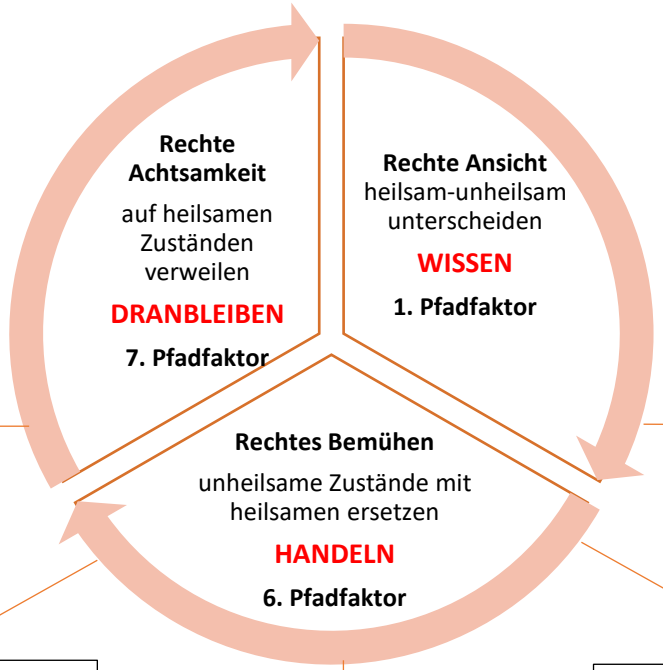
Praxis - Verständnis - Matrix



Die 5 Hindernisse

werden in der Meditation sichtbar, bei der Kontemplation, beim Studieren, bei allen Handlungen im Alltag

Ersetzen mit dem Gegenteil

Die 5 Daseinsgruppen

die eigene Erfahrung auseinandernehmen und zuordnen, die 3 Daseinsmerkmale erkennen

separieren und Vergänglichkeit betrachten (Leidhaftigkeit, Substanzlosigkeit erkennen)

Die 6 Grundlagen

was ist wodurch bedingt, Sinnesprozess als‘ leer von Selbst‘ erkennen

klare Analyse

Die 7 Erleuchtungsglieder

reifen heran durch kontinuierliche Praxis aller Faktoren des Edlen Achtfachen Pfades, die Ethik ist bereits verankert und Konzentration und Weisheit (samadhi-panna) erscheinen zusammen im Geist

7 EG = Edler Achtpfad = Fahrzeug/ Floß zum anderen Ufer

Die 4 Edlen Wahrheiten

Verwirklichung, Befreiung des Geistes durch Nicht-Anhaften,

Triebversiegung
Leidfreiheit