

# Der Weg zum Nibbāna

Der einzige Weg. Die 4 Pfeiler der Achtsamkeit

## Der edle achtfache Pfad

- Rechte Erkenntnis
- Rechte Gedanken

## Die sieben Stufen der Läuterung

### VII. Läuterung durch direkten Wahrheitsanblick

4. Arahat - Pfade und Früchte
3. Nichtwiederkehrer - Pfade und Früchte
2. Einmalwiederkehrer - Pfade und Früchte
1. Stromeingetretener - Pfade und Früchte

- Reifeerkenntnis
- Anpassungswissen

### VI. Läuterung durch Wahrheitsanblick des Pfades

8. Erkenntnis des Gleichmuts gegenüber den Gestaltungen
7. Erkenntnis durch Reflektieren
6. Erkenntnis des Erlösungswunsches
5. Erkenntnis der Abwendung von den Gestaltungen
4. Erkenntnis der Gefahr der Gestaltungen
3. Erkenntnis des Schreckens der Gestaltungen
2. Erkenntnis der Auflösung der Gestaltungen

### V. Läuterung durch Wahrheitserkenntnis was Pfad und was Nicht-Pfad ist

1. Erkenntnis des Entstehens und Vergehens der Gestaltungen

- Erkenntnis vom Entstehen der Gestaltungen in Gruppen

### IV. Läuterung durch Überwinden des Zweifels

- Erkenntnis der bedingten Natur von Geist und Materie

### III. Läuterung der Ansicht

- Erkenntnis, dass Geist und Materie ohne 'Ich' ist

### II. Läuterung des Geistes

- Momentane Konzentration oder angrenzende Sammlung

### Höhere Stufen der Konzentration

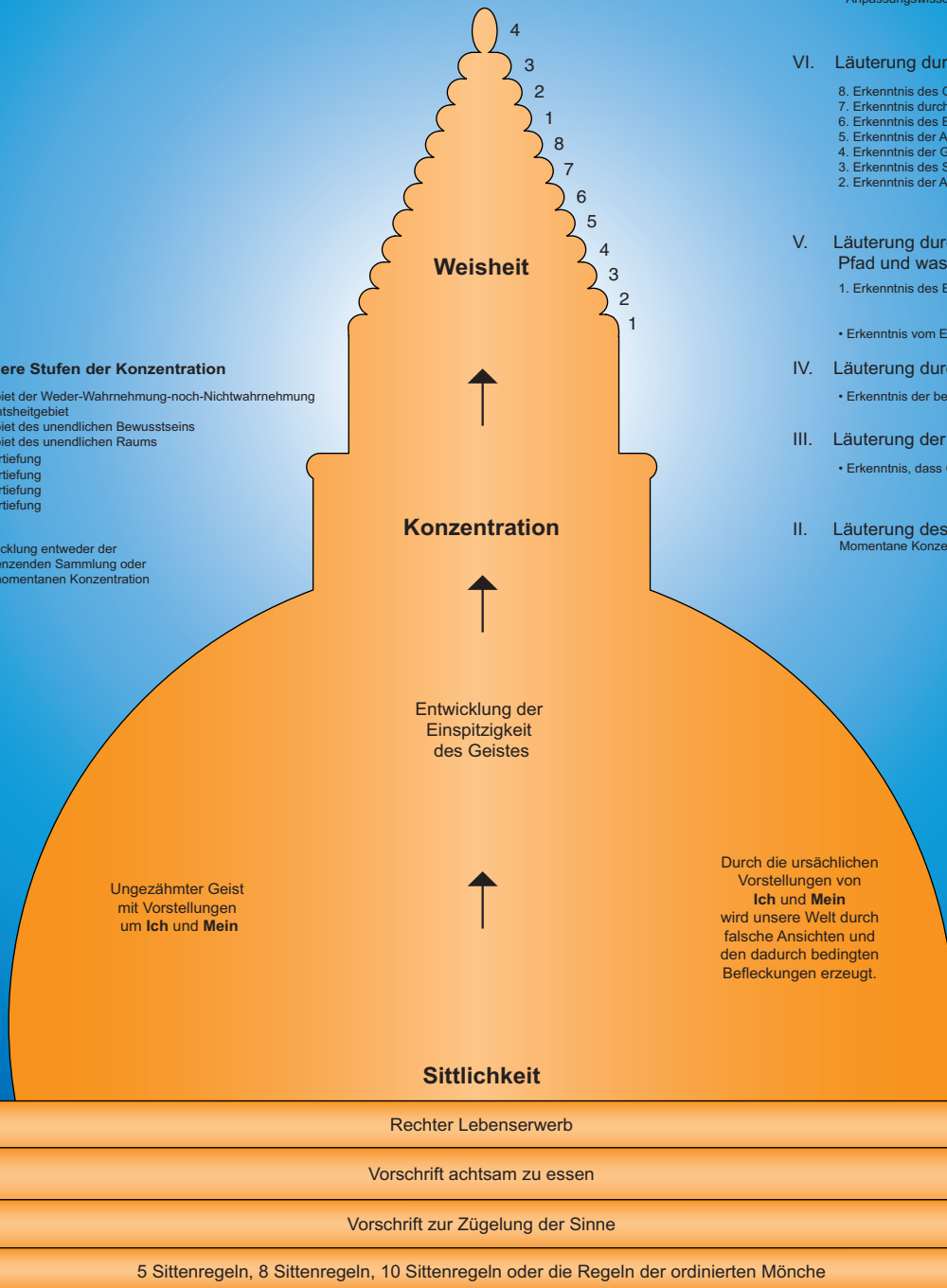
- Gebiet der Weder-Wahrnehmung-noch-Nichtwahrnehmung
- Nichtsheitgebiet
- Gebiet des unendlichen Bewusstseins
- Gebiet des unendlichen Raums
- 4. Vertiefung
- 3. Vertiefung
- 2. Vertiefung
- 1. Vertiefung

### • Rechte Konzentration

Entwicklung entweder der angrenzenden Sammlung oder der momentanen Konzentration

### • Rechte Achtsamkeit • Rechte Anstrengung

### • Rechter Lebenserwerb • Rechte Rede • Rechte Tat



### I. Läuterung der Sittlichkeit