Upekkha

[lz]

Upekkh? (Sanskrit Upek??, „Gleichmut“) ist ein zentraler Begriff der buddhistischen Geistesschulung. Upekkh? ist sowohl Teil der *Vier Unermesslichen* (Brahmavihara), als auch der *Sieben Erleuchtungsglieder* (Bojjhanga).[/lz]

Upekkh? – Wikipedia

[lz]

Upekkh? (Sanskrit Upek??, „Gleichmut“) ist ein zentraler Begriff der buddhistischen Geistesschulung. Upekkh? ist sowohl Teil der *Vier Unermesslichen* (Brahmavihara), als auch der *Sieben Erleuchtungsglieder* (Bojjhanga).[/lz]

Upekkh? – Wikipedia

[tags]

#Gleichmut #Brahmavihara #Gelassenheit[/tags]