Nivarana

[lz]

Nivarana nennt man 5 den Geist hemmende und den klaren Blick trübende Eigenschaften, bei deren Anwesenheit man weder die Angrenzende *(upac?ra-sam?dhi)* und Volle Sammlung *(appan?-sam?dhi,* siehe *sam?dhi)* zu erreichen, noch die Wahrheit klar zu erkennen imstande ist, nämlich: Sinnenlust *(k?ma-cchanda),* Übelwollen *(vy?p?da),* Stumpfheit und Mattheit *(th?na-middha),* Aufgeregtheit und Gewissensunruhe *(uddhacca-kukkucca),* skeptischer Zweifel *(*siehe *vicikicch?).*[/lz]

pk nivarana

Zum Überwinden der Hemmnisse sh. achtfacher Weg, brahmavih?ra und die vier Pfeiler der Achtsamkeit.

[lz]

Nivarana nennt man 5 den Geist hemmende und den klaren Blick trübende Eigenschaften, bei deren Anwesenheit man weder die Angrenzende *(upac?ra-sam?dhi)* und Volle Sammlung *(appan?-sam?dhi,* siehe *sam?dhi)* zu erreichen, noch die Wahrheit klar zu erkennen imstande ist, nämlich:

1. Sinnenlust *(k?ma-cchanda),*
2. Übelwollen *(vy?p?da),*
3. Stumpfheit und Mattheit *(th?na-middha),*
4. Aufgeregtheit und Gewissensunruhe *(uddhacca-kukkucca),*
5. skeptischer Zweifel *(*siehe *vicikicch?).*

[/lz]

[lz]

In den schönen Gleichnissen in A.V.193 wird die

- Sinnenlust verglichen mit dem mit vielerlei Farben vermengten Wasser,
- Übelwollen mit kochendem Wasser,
- Stumpfheit und Mattheit mit moosbedecktem Wasser,
- Aufgeregtheit und Gewissensunruhe mit dem vom Winde gepeitschten unruhigen Wasser,
- Zweifel mit trübem und schlammigem Wasser.

Gerade wie man nun in solchem Wasser sein eigenes Spiegelbild nicht erkennt, so auch kann man bei Anwesenheit der 5 Hemmungen weder das eigene noch das Heil der Anderen klar erkennen.

Über die zeitweilige Aufhebung der Hemmungen bei Eintritt in die Vertiefungen lautet der stereotype Suttentext (z. B. A.IX.40):

1. Weltliche Begierde hat er verworfen; mit einem von Begierde freien Geiste verweilt er, von Begierde läutert er seinen Geist.
2. Zorneserregung hat er verworfen, haßlosen Geistes verweilt er; zu allen lebenden Wesen und Geschöpfen von Wohlwollen und Mitgefühl erfüllt, läutert er seinen Geist von Zorneserregung.
3. Stumpfheit und Mattheit hat er verworfen, frei von Stumpfheit und Mattheit verweilt er; lichten Geistes, achtsam, klarbewußt läutert er seinen Geist von Stumpfheit und Mattheit.
4. Aufgeregtheit und Gewissensunruhe hat er verworfen, ohne Aufregung verweilt er, innerlich im Geiste ge stillt, läutert er seinen Geist von Aufgeregtheit und Gewissensunruhe.

5. Den Zweifel hat er verworfen, dem Zweifel entronnen verweilt er, ohne Schwanken im Guten läutert er seinen Geist vom Zweifel.

[/lz]

pk nivarana

Zum Überwinden der Hemmnisse sh. achtfacher Weg, brahmavih?ra und die vier Pfeiler der Achtsamkeit.