

Die Idee der Geistesgifte

Die drei Geistesgifte als Wurzel aller Krankheiten

Im Gegensatz zur kartesischen Sicht des Lebens, welche den Körper auf eine bloße Maschine reduziert, hält der Buddhismus den Menschen für eine untrennbare Einheit von Körper, Psyche und Geist, die in ständigem dynamischen Austausch mit der natürlichen Umgebung, den kosmischen Kräften und auch mit den feinstofflichen, sinnlich nicht wahrnehmbaren Welten steht. Alles im Universum befindet sich in einem ewigen Zustand der Bewegung, des Flusses; alle Phänomene sind vergänglich. Ja, man kann sagen, dass das einzige gleichbleibende Merkmal jeglicher Erscheinungsformen deren Veränderung ist.

Die Tatsache der Vergänglichkeit allen Seins ist der Grund, warum jeder Mensch und jedes Wesen irgendwann einmal im Leben Leiden erfährt. Dennoch geschieht Leiden nicht zufällig, sondern ist - wie das Gesetz des Karma besagt - mit spezifischen Ursachen verknüpft, wie Gedanken und Taten, die entweder in diesem oder in vergangenen Leben hervorgebracht wurden. Die endgültige Erlösung von den unzähligen Arten des Leidens ist gleichbedeutend mit der Befreiung aus dem tückischen Kreislauf der Existenz und der endlosen Folge von einem Leben in das nächste. Dies wird erreicht durch das Erlernen und die Praxis des Dharma, der Lehre Buddhas.

Der Urgrund oder die letztendliche Ursache aller Ursachen liegt in der Unfähigkeit der Lebewesen, die Wahrheit der Existenz zu erfassen: Die Tatsache nämlich, dass nichts und niemand aus sich selbst heraus als eigenständiges Ich existiert. Die aus der Verdunkelung des Geistes erwachsene Illusion eines Ego führt in der Folge zu den beiden Eigenschaften Gier und Hass. Unwissenheit, Gier und Hass werden daher als die "drei grundlegenden Geistesgifte" bezeichnet, welche wiederum die Basis für die stolze Summe von 84000 weiteren falschen Überzeugungen bilden und ebenso viele Krankheitsformen nach sich ziehen.

Der Mensch als Mikrokosmos - Die Lehre von den drei Säften und fünf Elementen

In erster Linie rufen die drei Geistesgifte Störungen im harmonischen Verhältnis dreier Energieprinzipien, der sogenannten "Säfte" hervor, die sowohl im gesamten Kosmos als auch im Menschen wirksam sind und als Wind, Galle und Schleim bezeichnet werden. So wird das Prinzip Wind von geistigen Zuständen der Verwirrung beeinflusst, Galle von Aggression und Hass, Schleim von allen Formen der Begierde.

Wohlgemerkt charakterisiert die tibetische Medizin Wind, Galle und Schleim als energetische Prinzipien, sieht diese also nicht, wie sich aus unserem Sprachgebrauch vermuten ließe, unter ihren rein materiellen Aspekten.

Alle Phänomene des Makrokosmos und der mikrokosmischen Welt werden aus den fünf kosmophysischen Elementen Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther (Raum) gebildet, ebenso der menschliche Körper. Disharmonien gleich welcher Art führen zu Störungen dieser Elemente oder ihres Verhältnisses untereinander. Auch die fünf Elemente werden in der buddhistischen Weltansicht nicht bloß als statische physio-chemische Elemente betrachtet, sondern vielmehr als dynamische Kräfte, die sich eher durch ihre charakteristischen feinstofflichen Qualitäten als durch ihre tatsächliche Beschaffenheit auszeichnen. Zum Beispiel bedeutet Wasser hier nicht einfach das Molekül H₂O, sondern die subtile Funktion, welche die typischen Eigenschaften des Wassers wie Schwere, Flexibilität, Kälte usw. entstehen lässt.

Das Verhältnis der fünf Elemente zu den drei Säften stellt sich folgendermaßen dar: Erde und Wasser korrelieren mit Schleim, Feuer mit Galle, Luft mit Wind. Das Ätherelement ist alles durchdringend und nimmt somit eine Sonderstellung ein. Obgleich für die Entstehung selbst einer einzigen stofflichen Zelle stets alle fünf kosmophysischen Elemente verantwortlich sind, übt das Element Erde einen größeren Einfluss auf die Bildung von Muskelgewebe, Knochen und Geruchssinn aus. Wasser ist bestimmend bei der Entstehung von Blut, Körperflüssigkeiten und Geschmackssinn, Feuer schafft Körpertemperatur, Hautfarbe und Sehsinn, Luft dagegen Atmung und Tastsinn. Äther als das Raumelement erzeugt die Körperhöhlen und das Gehör. Wenn der natürliche Tod eintritt, verlieren diese Elemente ihre Kraft und lösen sich allmählich auf.

Zunächst wird Erde durch Wasser absorbiert und das Augenlicht getrübt. Sodann wird Wasser von Feuer absorbiert, was die Austrocknung der Körperhöhlen bewirkt. Feuer schließlich wird von Luft absorbiert, der Körper beginnt abzukühlen. Letztendlich löst sich Luft in den Raum hinein auf und die Atmung kommt zum Stillstand.

Die drei Säfte lassen sich in weitere fünfzehn Untergruppen klassifizieren. Ihr reibungsloses Funktionieren und ihr Zusammenwirken mit den fünf kosmophysischen Elementen bedingt die Entstehung der sieben Bausteine des Körpers.

So formt die Essenz der verdauten Nahrungsmittel die Nahrungssenz, aus welcher das Blut gebildet wird, aus der Essenz des Blutes geht das Muskelgewebe hervor, es folgen Fettgewebe, Knochen, Rückenmark und als siebter Baustein die Regenerationsessenz.

Und da bei der Bildung jeder dieser Essenzen auch Abfall anfällt, gibt es drei entsprechende Ausscheidungsfunktionen, nämlich Darmentleerung, Blasenentleerung und Schwitzen.

Das gesamte tibetische Heilwesen konzentriert sich auf die Ausrichtung der drei Säfte, fünf Elemente, sieben Körperessenzen und drei Ausscheidungsfunktionen hin zu einem dynamischen Zustand des Gleichgewichts. Ist dieser Zustand erreicht, kann man von Gesundheit sprechen, lassen sich Störungen nachweisen, spricht man von Krankheit oder im Falle von leichteren Schwankungen, von einem "kranken Gesundheitszustand". Der Idee der Geistesgifte folgend, ist Krankheit in latenter Form jedoch ständig vorhanden, denn solange es Unwissenheit, Gier und Hass gibt, tragen wir die Wurzeln von Krankheit und Leid in uns.



Die primäre Gesundheitsfürsorge des Tibeters beinhaltet demnach die Pflege und Klärung des Geistes durch die Anhäufung guter Taten und Verdienste.

Prinzip	Lung=Wind	Tipa=Gal le	Bedgen=Schleim												
Manifestation	Bewegung	Wärme	Flüssigkeit												
Elemente	Luft	Feuer	Erde & Wasser												
Eigenschaften	leicht beweglich kalt rau trocken	heiss scharf trocken rau leicht ölig beweglich	<table border="1"> <tr> <td>schwer</td> <td>flüssig</td> </tr> <tr> <td>stabil</td> <td>kühl</td> </tr> <tr> <td>stumpf</td> <td>schwer</td> </tr> <tr> <td>fein</td> <td>stumpf</td> </tr> <tr> <td>ölig</td> <td>ölig</td> </tr> <tr> <td>trocken</td> <td>flexibel</td> </tr> </table>	schwer	flüssig	stabil	kühl	stumpf	schwer	fein	stumpf	ölig	ölig	trocken	flexibel
schwer	flüssig														
stabil	kühl														
stumpf	schwer														
fein	stumpf														
ölig	ölig														
trocken	flexibel														

Wurzelleidenschaften:

Begierde

Stolz

Haßss

Unwissenheit

verblendeter Zweifel

Nebenleidenschaften:

leidverursachende Ansichten

Wut

nachtragende Feindseligkeit

Verbergen eigener Fehler

Ärger

Neid

Geiz

Heuchelei

Verhehlen

übertriebene Selbstzufriedenheit

Unbarmherzigkeit

mangelnde Selbstachtung

fehlende Rücksicht

Dumpfheit

Erregung

fehlendes Vertrauen

Faulheit

mangelnde Selbstbeherrschung

Vergesslichkeit

mangelnde Selbstprüfung

Ablenkung

Diese grundlegenden Beschreibungen des Systems bedürfen natürlich einer dem Westen angenäherten Betrachtungsweise.

Eine Idee wie das Konzept der Geistesgifte wurde durch Erkenntnisse der Psychoneuroimmunologie, der Psychogastroenterologie und der Neuroendokrinologie intensiver wissenschaftlicher Untersuchung und einem Vergleich unterzogen.

Die Ergebnisse sind verblüffend: Das kartesianische Maschinenmodell wird durch neueste medizinische Erkenntnisse überholt.

Auch die Ansätze der neueren Psychotherapie und der Systemtheorie zeigen verblüffende Parallelen zu den Wahrnehmungen des Buddhismus, auch wenn sich dabei eine andere Sprache als die der tibetischen Buddhisten oder auch älteren Schriften des hinduistischen Yoga- Philosophie für den wissenschaftlich geschulten westlichen Geist als Hindernis erweist..

Das Verständnis einer buddhistischen Psychologie ist denn eher als Arbeit an sich selbst, da der Wertekodex einfacher Gesellschaften nicht so ein hohes Krankwerdungs- und Krankheitstoleranzproblem wie die westliche „Hochkultur“ hat.

Wenn im nachfolgendes das Wort Psychotherapie gemeint ist, bitte ich dies im Sinne der Arbeit an sich selbst und nicht im westlichen Sinne als Krankheitsdefinition zu verstehen, da westlichen Geisteskrankheiten auch einem westlichen Behandlungsverständnis obliegen und es heute auch genügend Spezialisten unter den Medizinern gibt, die beides miteinander verbinden (Fachkliniken Heiligenfeld, Adula- Klinik Oberstdorf).



2.2.1. Psychotherapiemethoden

(Arbeit an sich selbst, um Verformungen in Geist und Seele ins Licht zu holen)

„Die Butter ist schon in der Milch -
aber es sind einige Anstrengungen notwendig,
die Butter aus der Milch herauszubekommen.“

(Tibetische Weisheit)

Es geht darum, sich der Konzepte des ‚Ich‘ bewusst zu werden. Diese Konzepte rühren u.a. aus Erfahrungen / Erinnerungen des verletzten „Inneren Kindes“ (d.h. frühe Verletzungen des ‚jungen Ich‘) her.

Das beinhaltet die Arbeit mit unseren Einstellungen (Gedanken), Gefühlen, dem Körper (der Gedanken und Gefühle ausdrückt) und unserem subtilen Energiekörper. Wenn wir das „Innere Kind“ verstehen lernen und liebevoll annehmen, wie es ist, nicht wie wir es haben wollen, findet eine nachträgliche Heilung statt. Im Moment des Verstehens und des Annehmens öffnet sich wie durch ein Wunder unser spirituelles Herz (Chakra) und es strahlt aus einer unerschöpflichen Quelle bedingungslose Liebe aus.

In diesem Moment bin ich in Liebe mit mir und allen anderen, der Welt.

Diese Liebe ist ohne Bedingungen, ohne Urteil, sie will nichts - sie ist.

Allein die Bewusstwerdung führt zu einer spontanen Veränderung, Transformation, die allerdings stabilisiert werden muss; ein geistiger Same, der sorgsam gegossen werden muss.

Transformation bedeutet weder Unterdrückung, noch verstetigtes, besinnungsloses Ausleben der Impulse wie Ärger, Hass oder Gier und Verzweiflung usw., sondern deren Umwandlung in Mitgefühl, Liebe und Bewusstheit.

Um diesen Zustand zu stabilisieren ist die tägliche, konsequente Arbeit mit dem ‚Inneren Kind‘ (Schuldgefühle, Angst, mangelnde Selbstwertschätzung, Misstrauen, Unsicherheit, Hass etc.) notwendig:

„Eine Schwalbe macht noch keinen Sommer!“

Liebe, Mitgefühl und Bewusstheit lassen eine innere Kraft entstehen, die das ständig um sich selbst kreisende und um sich selbst besorgte ‚Ich‘ in den Hintergrund treten lässt.

Wir benutzen verschiedene Methoden und Schritte bei der Bewusstwerdung und Heilung des ‚Inneren Kindes‘ (‚junges Ich‘), bevor wir das ‚Ich‘, den ‚Geist zähmen‘. Die folgenden Schritte gehen über oder überschneiden sich mit

Punkt 2.2.2. Meditationsmethoden.

Innehalten,

„Stopp“,

Hinschauen,

Geist (Gedanken) zur Ruhe bringen,

„Gedanken-Karussell“ stoppen

Zeuge (Spiegel),

Beobachter:

Vergegenwärtigung,

Selbstprüfung,

Bewusstwerdung,

wahrnehmen - ohne Urteil und Wertung der Gedanken,

(Konzepte, Erinnerungen, Einstellungen)

Gefühle, (Schmerz, Ängste, Wut, Freude, ...)

Körperempfindungen (Enge, Weite, Anspannung, Entspannung)

und

Körperhaltung (aufrecht, gedrückt, aufgeplustert, ...)

Atmung (flach, weit, ...)

a) bis d) repräsentieren, prägen das ‚Ich‘ und das ‚Innere Kind‘, das ein Teil des ‚Ich‘ (das frühe ‚Ich‘) ist.

In Frage stellen:

Entstandene Sichtweisen, Reaktionsweisen, Schlussfolgerungen (Sozialisation, Anamnese) überprüfen und hinterfragen -

Analytische Meditation: Überprüfen der grundlegenden ‚Ich‘-Struktur (Gier, Hass, Unwissenheit)

Verständnis (Ratio und ‚Herz‘)

Liebevolles, nicht in die Regression verweisendes Verständnis für dieses ‚Ich‘ (Gier, Hass, Unwissenheit / Täuschung) und für das ‚Innere Kind‘, dessen Entwicklungsgeschichte, Reaktionsmuster, erstarrte Sichtweisen (z.B. „Ich habe Recht“), dessen Sehnsucht nach Geborgenheit und dessen Abwehrmechanismen usw. uns jetzt noch prägen und bestimmen - die so sind, wie sie sind, nicht wie wir sie haben wollen (Realität und Idealbild) -

**Weisheit - umfassendes Wissen um Zusammenhänge (Saint-Exupéry: „Nur mit dem Herzen sieht man gut.“)
- Täuschung und Karma.**

**Annehmen (Liebe, Mitgefühl, Selbstwertschätzung):
Mitfühlendes, liebevolles, verständnisvolles Annehmen des ‚Ich‘, des ‚Inneren Kindes‘ mit allen seinen Strukturanteilen, Defiziten und Fehlern, wie es ist:**

„

TONGLEN“ als Praxis zur Reinigung von Seele und Geist:

Annehmen und Verwandeln (Transzendenz, Trans-formation) von z.B. Schmerz oder Wut über das spirituelle Herz in Liebe.

Mit dieser Transformation geht eine Veränderung der Sicht der ‚kon-ventionellen‘ Realität, (Normalbewusstsein) einher.

Diese, unsere ‚Ich‘-Sicht ist das wirkliche Problem: wir sehen gewöhnlich Probleme nur im Außen.

Wir erkennen, dass der ‚Feind‘ nicht im Außen, sondern in mir ist.

Ziel ist, sich selbst anzunehmen und wertzuschätzen, Mitgefühl, Liebe, Verständnis für sich selbst und andere zu entwickeln -

Bevor ich das ‚Ich‘ überwinden kann

muss ich es annehmen -

bevor ich es annehmen kann, muss ich es kennen !

Entschlossenheit, Tatkraft (im Buddhismus: Enthusiasmus):

Um das Erkannte in die Tat umzusetzen, ein Ziel zu erreichen, z.B. das ‚Innere Kind‘ zu heilen, ist Entschlossenheit, Tatkraft, Wille notwendig, die Bequemlichkeiten, Gewohnheiten des ‚Ich‘ zu überwinden.

Tatkraft ist Voraussetzung für das Handeln, die Umsetzung des Erkannten, den „Weg der Befreiung“ zu gehen. Umgekehrt fördert und stärkt das Handeln die Tatkraft.

Wir benötigen Entschlossenheit, um die ‚richtigen‘ Ursachen (aus Unwissenheit schaffen wir uns oft Leid statt Glück) für ein dauerhaftes Glück zu erkennen und zu schaffen.

Wir benötigen Entschlossenheit, um schwierige Umstände, die uns im Außen und in uns begegnen als Herausforderung anzunehmen und als Wachstumschance, z.B. für die Entwick-lung von Geduld, Gleichmut und Mitgefühl zu begreifen.

Wir benötigen Entschlossenheit, um im täglichen Leben Risiken einzugehen, unserer inneren Wahrheit, unserer inneren Stimme zu folgen, z.B. verletzt und abgelehnt zu werden, Niederlagen zu ertragen.

Erfolg und Niederlagen wechseln einander ab.

Handeln:

Voraussetzung für das Handeln, den "Weg der Befreiung" zu gehen, das ‚Innere Kind‘ zu heilen, sind neben Entschlossenheit und Tatkraft, Ausdauer, Geduld, Humor und Freude, um Liebe, Weisheit, Gleichmut, Samatha (geistige Ruhe), inneren Frieden, Zufriedenheit und Demut zu entwickeln und zu schulen.

Freude und Zuversicht stärken meine innere Kraft, den ‚Pfad‘ zu gehen und Schwierigkeiten zu meistern.

Missmut und Resignation schwächen meine innere Kraft.

Das Handeln beginnt mit:

Risiken eingehen

Gewohnheiten durchbrechen

Entsagung (Aufgeben von Handlungen und Gedanken, die Leid schaffen, wie Vergeltung und Hass)

Opfern (liebgewordener Einstellungen, z.B. von dem, woran ich hänge)

„Gewöhnen“ (Einüben, Praxis) an heilsame, positive Geisteszustände wie Mitgefühl, Gleichmut usw.

Dienen - Geben (statt Habenwollen)

Die ersten Schritte wie Heilung des ‚Inneren Kindes‘ und Selbstwertschätzung gehen über in die höchste Stufe des Pfades:

Der Bodhisattva-Weg im Mahajana-Buddhismus,

d.h. Bodhicitta (Erleuchtungsgeist) entwickelt Weisheit und Liebe, um anderen aus ihrem Leid zu einem dauerhaften Glück auf dem Weg der Befreiung helfen zu können.

Ich nehme die größten Anstrengungen und Schwierigkeiten auf mich: „Kraft des Ertragens“

Dalai Lama: „Behandle deinen Feind wie einen kostbaren Schatz!“, d.h.:

„Auch wenn andere mir Schaden zufügen, mich beschimpfen, verleumden usw., höre ich nicht auf, den anderen Nutzen zu bringen.“ (Guru Puja)

Ich übe keine Vergeltung, ich habe Mitgefühl mit den Tätern, nicht nur mit den Opfern.

Diejenigen, die mir Schaden zufügen, helfen mir, Mitgefühl, Gleichmut und Geduld zu schulen.

„Es ist äußerst wichtig, nicht sofort mit der höchsten Stufe zu beginnen, sondern mit ersten, kleinen Schritten, uns langsam an diesen Pfad zu gewöhnen, uns Schritt für Schritt zu schulen, nicht zu viel zu erwarten und zu verlangen - sonst besteht die Gefahr bei Misserfolgen zu resignieren und aufzugeben.“

Dalai Lama: „Wer schnelle Erfolge auf dem Weg erwartet, wird enttäuscht sein!“

„Eine Kerze wird durch einen kleinen Luftzug ausgelöscht.“

Schon ein kleines Problem (Leid) wirft mich aus dem Gleichgewicht, ist meine innere Kraft schwach entwickelt.

Ein Feuer wird durch Wind angefacht (bläst ein starker Wind in einen brennenden Wald, gewinnen die Flammen an Kraft).

„Treffe ich auf große Schwierigkeiten (Leiden), stärken diese meine innere Kraft, falls ich sie geschult und entwickelt habe.“

(Tibetische Weisheit)



Dorje-tröllo

2.2.2. Meditationsmethoden

„Der Buddhismus bietet eine Fülle von Erklärungen über den Geist, über seine Eigenschaften und Veränderungen. Und diese sind tiefgründiger, umfassender und genauer als Darstellungsweisen in der westlichen Psychologie.“

(Dalai Lama)

Siehe auch 2.2.1. Psychotherapiemethoden unter Punkt 1) bis 8), diese Psychotherapie-Schritte gehen in Meditationsmethoden über, überschneiden sich mit ihnen.

- Achtsamkeitsübungen, Selbstprüfung, Vergegenwärtigung, bezogen auf Körper und Geist
- Tonglen - Austausch von Selbst und Anderen
- Benutzen von schwierigen Umständen auf dem Pfad
- Benutzung der Geistesgifte selbst, um auf der Welle des jeweiligen Geistesgiftes zu „surfen“
- Stabilisierung des eigenen Geistes - Konzentration und innere Ruhe (Samatha)

- Erkennen der klaren, erkennenden, lichtvollen Natur des Geistes (
- „Zeuge“, Beobachter sein
 - ‚Analytische Meditation‘ - Zusammenhänge innerer und äußerer Phänomene (‚Ich‘ und die äußere Welt, Kosmologie) er-kennen und verstehen

Beim Tonglen werden durch das Annehmen des eigenen Leides und später das der anderen, die getäuschten Sichtweisen des ‚Ich‘ aufgelöst und umgewandelt in Liebe und Mitgefühl, zuerst für sich selbst und dann für andere.

Verständnis, Bewusstheit, Mitgefühl und Liebe für das ‚Ich‘ bewirken Heilung (Überwindung der inneren Spaltung).

Liebe und Weisheit sind die Schlüssel für Veränderung.

Wir müssen dieses ‚Ich‘ nicht verändern, sondern die Aspekte des ‚Ich‘ erkennen, verstehen, annehmen, sie zu „Familienmitgliedern“ machen.

In diesem Annehmen erfolgt eine Veränderung von einer gröberen hin zu einer subtilen geistigen Bewusstseinssebene.

Wenn der „Zeuge“ (die klare, erkennende Natur des Geistes) wahrnimmt, dass wir die getäuschten Wahrnehmungen des ‚Ich‘ nicht sind (Entidentifizierung), dass wir das ‚Eine‘, ‚das Absolute‘, das Un-benennbare, das „Göttliche“, die Buddha-Natur, „Leerheit“ (= Fülle) sind, erfolgt eine Transformation hin zu Weisheit, innerer Freiheit, Freude, innerem Frieden, Liebe und Mitgefühl.

Ziel ist eine innere Stabilität, ein dauerhaftes Glück, die unabhängig von äußeren und inneren Umständen sind, d.h. frei von falschen, getäuschten Sichtweisen des ‚Ich‘, der aus buddhistischer Sicht ‚angeborenen Unwissenheit‘.

Dies erfordert Zeit, Entschlusskraft und eine gehörige Portion Geduld und sehr viel Humor, sich selbst und die auftretenden Hindernisse und Schwierigkeiten auf dem Weg zu ertragen und zu überwinden.

Wenn wir Hindernisse und Schwierigkeiten als Helfer auf dem Pfad begreifen, werden sie unsere innere Kraft stärken.

„Das Hauptziel buddhistischer Theorie und Praxis besteht darin, alle geistigen Verdunkelungen (Sanskrit: Kleshas) vollkommen aufzulösen, insbesondere Anhaftung und Zorn.

Psychische und geistige Störungen entstehen vor allem aufgrund der Kleshas, des Anhaftens und / oder des Zorns.

Diese zu verleugnen ist fatal, vielmehr müssen sie durch Begengnung verwandelt werden.

Was die Erforschung des Geistes angeht, so gibt es vermutlich nirgendwo eine umfassendere Sicht und Erklärung als im Buddhismus.

Exkurs:

Tibetische Medizin

Angefangen mit Begierde und Hass gibt es 84 000 Geistesgifte und so werden 84 000 verschiedene Krankheiten hervorgerufen.

Diese können in 1046 Arten von Krankheiten zusammen gefasst werden und lassen sich nochmals auf die Zahl von 404 reduzieren.

Die tibetische Medizin bestätigt die Abhängigkeit von Krankheiten durch Geistesgifte.

Abhängig von Begierde entstehen Windkrankheiten	42 Arten von
aus Hass, Stolz, Eifersucht entstehen	26 Gallekrankheiten
aus geistiger Dunkelheit (Unwissenheit, Ignoranz)	33 Schleimkrankheiten
ergibt aus dem jetzigen Leben	101 Krankheiten
weiterhin gibt es noch	

101 Krankheiten aus früheren Leben (Karma)

101 Krankheiten durch Geister

(traumatisiertes Erleben aus der Vergangenheit der Person, der Kernfamilie oder der Sippe)

101 oberflächliche Krankheiten

ergibt 404 Krankheiten

Die Grundursachen von Krankheiten.

Die 3 Geistesgifte Begierde, Hass und geistige Dunkelheit.

Geistige Dunkelheit ist ihrem Wesen nach schwer, dumpf und trübe; fördert Schleim-Krankheiten.

Schleim ist seinem Wesen nach schwer und zähflüssig.

Begierde nimmt den Geist gefangen und es entstehen Wind-Krankheiten.

Wind ist seinem Wesen nach leicht und unstet..

Hass ist wie Feuer, aus ihm entstehen Galle -Krankheiten sowie Blut-Galle -Krankheiten.

Wenn wir diese Beschreibung unserer Wahrnehmung von Energien in Räumen, die wir betreten, hinzufügen, können wir ein wenig davon erahnen, das dies weniger die gegenständliche und mehr die energetische Dimension betrifft..

Es gibt alte und neuere Übungen zur Transformation der Geistesgifte, da in jedem Gift eine Medizin, eine verwandelte Energie zu finden ist. Im inneren Tantra wird an der schnellen Umwandlung der Geistesgifte gearbeitet.

Der Geist und die Stelle braucht eine gewisse Vorbereitung, um mit dieser Geschwindigkeit und Intensität zurechtzukommen.