

Die Freiheit entdecken

Yoga - Vipassana

Ruth Kölling - Wolfgang Presser

Tanha/Verlangen und die Stellung im Abhängigen Entstehen

Tanha, Trishna – Durst, Verlangen, Gier, Begehren, Brennen, Sehnsucht, Neigung leaning into - sich hinwenden
Chanda – willingness to do (der Wille zum Handeln)

Verlangen steht zwischen den Sinnesorganen, Kontakt, Gefühlstönung (alle unvermeidlich) und Ergreifen,



Festhalten (Upadana), ein neues

Selbst bildet sich.

Dieses in ein neues Selbst hineingeboren zu werden geschieht immer und immer wieder, eigentlich jede Sekunde.

4 Gebiete des Verlangens, Dursts:

- 1) sense pleasure (Sinnesfreuden)
- 2) views (Meinungen, Sichtweisen)
- 3) rites and rituals (Rituale)
- 4) identity beliefs (Glaube an ein Selbst, eine Identität)

Wirkungsweise von Tanha

Kontakt geschieht und „ich“ setze mich dazu in Beziehung, verhalte „mich“ (angenehm, unangenehm, neutral) entsprechend, das baut mein „Ich“ zusammen. Ich will jemand sein, jemand der sich wohlfühlt.



Im Zusammenhang mit Verlangen

Gratification (Lohn, Reiz) – es passiert etwas
Danger (Gefahr) – ich bleibe stecken
Escape (Ausweg) - aufwachen

Wenn ich alles mitmache was mein Herz/Geist mir vorschlägt, bin ich ziemlich schnell erschöpft, platt.
Trying to quench the thirst by drinking saltwater – den Durst löschen mit Salzwasser

Verlangen – individuell, arbeitet Hand in Hand mit tanha in den ungerechten sozialen Strukturen, verstärkt sich gegenseitig.

durch die Isolation des Einzelnen der in Abhängigkeit gebracht wird (allein machen sie dich ein – Beispiel: überschaubare Strukturen unterstützen Kooperation, Solidarität – Anonymität, unübersichtliche Strukturen machen machtlos, erzeugen zusätzliche Unsicherheit).

Ich konsumiere also bin ich.

Unsere Haltung zu dem was auftaucht bestimmt wo`s langgeht:

Verlangen – möchte ich, dass etwas geschieht?

Abwehr – möchte ich, dass etwas aufhört?

Verwirrung – bin ich in Kontakt mit dem was geschieht? Autopilot!!!

Und wie geht´s weiter!?