

Thema	Beschreibung	Autor	Quelle	Seite
Acht Errungenschaften	Das Schwert, mit dem man überall hinreisen kann; die Pille, mit der man unsichtbar werden oder eine andere äußere Form annehmen kann; Augensalbe, mit der man winzige oder sehr weit entfernte Objekte sehen kann; Schnelle Füße, die Fähigkeit, sich mit hoher Geschwindigkeit fortzubewegen; von der Essenz leben, die Fähigkeit, von nichts anderem als ganz wenigen Nahrungsresten zu leben; sich im Himmel bewegen, die Fähigkeit zu fliegen; Untergrund, die Kraft, durch festen Boden zu gehen.	GMR	ACI I Lektüre 2	47
Acht Kategorien von individuellen Freiheitsgelübden	Ein-Tages-Gelübde; Laiengelübde auf Lebenszeit (Mann); Laiengelübde auf Lebenszeit (Frauen); Novizenmönch; Novizennonne; Nonne auf Zeit; voll ordinierte Nonne (364); voll ordinierter Mönch (253)	GMR	ACI IX Klasse 3 Notizen	9
Acht Kapitel des Abhidharmakosha	Kategorien der Existenz; die Kräfte; die leidende Welt; Karma; Geistesgifte; Person und Pfad; Weisheit; ausgeglichene Meditation	GMR,	ACI V Klasse 1 Notizen	2
Acht kalte Höllen	wird im Abhidharmakosha nicht weiter beschrieben	GMR	ACI VIII Klasse 7 Notizen	18
Acht Korrekturen von Meditationsproblemen	Sich an die Vorteile der Meditation erinnern; du willst meditieren; du gibst dir Mühe; geübte Leichtigkeit; sich an das Objekt in Erinnerung rufen; Wachsamkeit; handeln; nicht handeln	GMR, KTR	ACI III Klasse 5 und 6 Notizen	8-9
Acht große Vorteile	Der Buddhaschaft nahe kommen, die Buddhas erfreuen, schlechte Einflüsse überwinden, unangemessene Aktivitäten und Gedanken vermeiden, hohe Erkenntnisse erreichen, immer von Lehrern umgeben sein, niemals in die niederen Reiche fallen, vorübergehende und endgültige Ziele mit Leichtigkeit erreichen	GMR, PR	ACI I Lektüre 3	61
Acht heiße Höllen	Die Hölle namens Wiederbelebung; Hölle der schwarzen Linien; sammeln und zerschlagen; Hölle der Schreie; Hölle der großen Schreie; Hitze; extreme Hitze; Leid ohne Unterlass (Avici)	GMR	ACI VIII Klasse 6 Notizen	17-18
Acht Ebenen	Umfasst die meditativen Ebenen der Form- und formlosen Reiche	GMR	ACI I Lektüre 9	208
Acht Ein-Tages-Gelübde	Vier Haupt-Gelübde; vier Neben-Gelübde	GMR	ACI IX Klasse 4 Notizen; Lektüre 4	10; 38
Acht-Punkte-Haltung	Beine (Lotus oder halber Lotus, was für dich bequem ist); Augen entspannt auf die Nasenspitze gerichtet; gerade Wirbelsäule; entspannte Schultern, auf gleicher Höhe; Kopf entspannt; Lippen und Zähne in natürlicher, normaler Position; die Zunge sollte nahe am Gaumen sein; der Atem sollte entspannt, langsam und kaum spürbar sein	GMR	ACI III Lektüre 4	41
Acht Eigenschaften eines Buddhas	Unverursacht, spontan, auf keine andere Weise verwirklicht, Weisheit, Liebe, Macht, erfüllt meine Bedürfnisse, erfüllt die Bedürfnisse der anderen	GMR	ACI II Klasse 2 Notizen; Lektüre 1	4; 4
Acht Ergebnisse von ignorantem Stolz	Zieht dich in die drei niederen Reiche; zerstört dein geistiges Glück; verwandelt dich in einen Bettler; lässt dich deine Autorität und Macht verlieren; macht dich dumm; macht deine körperliche Erscheinung für andere hässlich; du verlierst dein Selbstvertrauen; andere missbrauchen dich	GMR	ACI XI Klasse 6 Notizen	15-16
Acht Leiden	Geboren werden, alt werden, krank werden, sterben, unangenehmen Dingen begegnen, Angenehmes verlieren, im Versuch scheitern, das zu bekommen, was man will, und einfach nur am Leben sein und all die unreinen Haufen von uns haben	GMR	ACI I Lektüre 8	148
Acht Arten des Gebens	Menschen geben, die uns nahe stehen; aus Angst geben; geben, weil sie dir gegeben haben; geben, weil sie dir geben werden; geben, weil die Eltern und Vorfahren schon gegeben haben; geben in der Hoffnung, eine der höheren Wiedergeburten zu erlangen; geben, um Ruhm zu erlangen; geben, um das ultimative Ziel zu erreichen	GMR	ACI V Klasse 11 Notizen; Lektüre 10	23;161-180

Thema	Beschreibung	Autor	Quelle	Seite
Acht Situationen, in denen du keine Möglichkeiten hast	In einer Hölle geboren werden, als Tier geboren werden, als Hungergeist geboren werden, als Vergnügungswesen geboren werden, in einem unzivilisierten Land geboren werden, eine Behinderung haben, falsche Ansichten vertreten, in einer Zeit leben, in der noch kein Erleuchteter gekommen ist	GMR	ACI III Klasse 9 Notizen	15
Acht weltliche Gedanken	Glücklich sein, wenn wir etwas bekommen, und unglücklich sein, wenn wir es nicht bekommen; glücklich sein, wenn wir uns gut fühlen, und unglücklich sein, wenn wir es nicht tun; glücklich sein, wenn wir berühmt sind, und unglücklich sein, wenn wir es nicht sind; glücklich sein, wenn jemand gut über uns spricht, und unglücklich sein, wenn jemand schlecht über uns spricht	GMR	ACI I Lektüre 5	97