

# Die 7 Erleuchtungsfaktoren

## 1. **Sati**

bewusstes Sein, Achtsamkeit

## 2. **Dhamma Vicaya**

Ergründen des Daseins

## 3. **Viriya**

Energie, Willenskraft, Einsatzfreude

## 4. **Pīti**

Freude, Entzücken, Interesse

## 5. **Passaddhi**

Entspannung, Losgelöst sein

## 6. **Samādhi**

Sammlung

## 7. **Upekkhā**

Gleichmut, heitere Gelassenheit