

Meditation



Bedenke, dass dich nichts und
niemand im Tode begleiten wird.
Du bist dann ganz allein
auf dich gestellt.

1

Geld, Besitz, Ansehen und Macht werden dich nicht begleiten. Du wirst nackt und mit leeren Händen gehen. Wenn der Körper stirbt, wird alles, was zum Körper gehört, zurück bleiben. Nur deine Geisteshaltung - ob positiv oder negativ - wird dich über den

Tod hinaus begleiten und bestimmen, wie du den Tod und was danach geschieht erlebst. Was du säst, das wirst du ernten. Dies gilt jetzt im Leben und noch mehr danach.

2

Verwandte und Freunde werden dich nicht begleiten. So sehr dich deine Geliebten auch umarmen und halten mögen, es wird nichts nützen, niemand von ihnen kann dich begleiten. Wenn die Todesstunde kommt, kann niemand von ihnen eine Zuflucht für dich sein.

„Ich muss alle zurücklassen und alleine gehen. Oh weh, dies nicht wissend habe ich zum Nutzen meiner Familie und meiner Freunde allerhand Negatives getan, doch niemand von ihnen wird mir helfen, wenn ich vorm Gott des Todes Rechenschaft ablegen muss.“

3

Dein Körper, den du dein ganzes Leben lang genährt und gekleidet hast, wird dich nicht begleiten. Er wird in loderndem Feuer verbrannt werden, im Wasser verwesen oder in der Erde begraben werden.

Außerdem ist der Körper jetzt und danach eine Quelle von Leid. In diesem Leben, weil er keine Krankheiten, keine Hitze, keine Kälte, keinen Hunger und keinen Durst erträgt. Und danach, weil die Folgen der negativen Handlungen, die du begangen hast, um deinen Körper zu nähren, zu schützen und zu verteidigen, dich wie ein Schatten über dieses Leben hinaus begleiten.