

TOD UND DIE REICHE DER EXISTENZ



ACI 8, Klasse 10

Darbringen des Mandalas

Hier ist die wunderbare Erde,
Voller Weihrauchduft,
Bedeckt mit einem Blütenteppich,

Der große Berg,
Die vier Kontinente,
Sie trägt ein Schmuckstück: aus Sonne und Mond.

In meinem Geist mache ich daraus das Paradies eines Buddha,
Und bringe Dir alles dar.
Möge durch diese Tat Jedes Lebewesen die Reine Welt erfahren.

Ich reiche meinem Lehrer dieses juwelengeschmückte Mandala dar.
Idam guru ratna mandalakam niryatayami.

Zuflucht und der Wunsch

Ich suche Zuflucht
Bei Buddha, Dharma und der höchsten Sangha,
Bis ich Erleuchtung erlange,

Durch die Kraft
Der guten Dinge, die ich tue,
Durch das Geben und alles andere,

Möge ich ein Buddha werden,
Um allen Lebewesen helfen zu können.

ACI Kurs 8: Review Klasse 9

1. Die vier Schritte der Kontemplation über den Tod
2. Das Bewusstsein des Todes welches wir NICHT durch Meditation entwickeln wollen
3. Das Bewusstsein des Todes, welches wir durch die Meditation entwickeln wollen
4. Die drei Grundsätze für die Meditation über den Tod
5. Die drei Gründe für die Gewissheit des Todes



**Meditation Klasse 9:
Der Tod ist sicher!**

ACI Kurs 8: Übersicht

1. Orga & Überblick über das Begierde- und das Formreich
2. Einführung ins formlose Reich, die fünf Arten der Geburt, Wie man geboren wird,
3. Gierige Geister und Tiere
4. Menschen und Vergnügungswesen
5. Bardo
6. Beschreibung der physischen Welt
7. Höllenwesen
8. Zeit und Raum
9. Die Meditation über den Tod I
- 10. Die Meditation über den Tod II**



2.

**Wann?
Ungewiss!
Jederzeit!**



2a.

Einige sterben jung,
andere alt.



2b.



**Vieles kostet dich dein Leben,
Nur weniges hält dich am Leben**

2c.



Unsere Körper sind äußerst zerbrechlich.

3.

Am Ende hilft uns
NUR das Dharma

3a.

**Du kannst keinen Verwandten,
keinen Freund mitnehmen**

3b.

**Kein einziges Molekül
(kein Haus, kein Auto, keine Gucci Tasche)**

3c.



Dein Körper hilft dir nicht



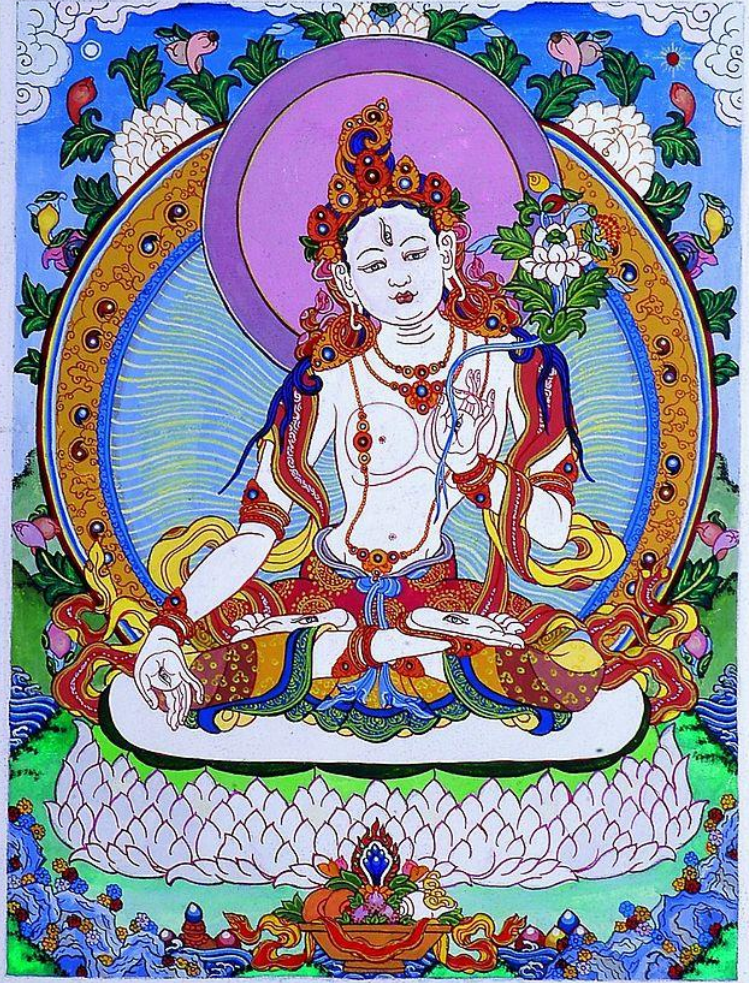


Am Ende hilft uns
NUR das Dharma

- a. Praktiziere
- b. HEUTE
- c. IMMER



Bereit?



Om Tare Tuttare
Ture Soha

Darbringen des Mandalas

Hier ist die wunderbare Erde,
Voller Weihrauchduft,
Bedeckt mit einem Blütenteppich,

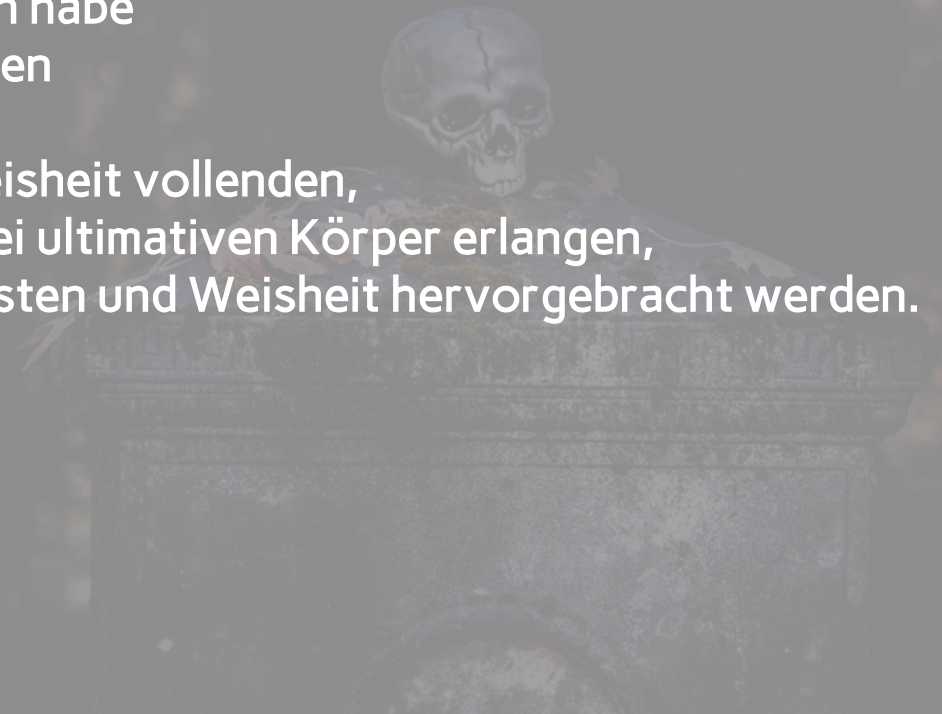
Der große Berg,
Die vier Kontinente,
Sie trägt ein Schmuckstück: aus Sonne und Mond.

In meinem Geist mache ich daraus das Paradies eines Buddha,
Und bringe Dir alles dar.
Möge durch diese Tat Jedes Lebewesen die Reine Welt erfahren.

Ich reiche meinem Lehrer dieses juwelengeschmückte Mandala dar.
Idam guru ratna mandalakam niryatayami.

Widmung einer guten Tat

Durch das Gute,
Das ich gerade getan habe
Mögen alle Lebewesen
Die Anhäufung von
Verdiensten und Weisheit vollenden,
Und dadurch die zwei ultimativen Körper erlangen,
welche von Verdiensten und Weisheit hervorgebracht werden.



Weitere Ressourcen:

<https://www.wecroak.com/>

Find happiness by contemplating your mortality.

TheKnowledgebase.com

DAILY PRACTICE SERIES COURSE 05:

MEDITATION ON DEATH AND THE END OF DEATH

Including a 1:15 Meditation on the Principles of Death and their 9 Aspects

Was tun, wenn man einen Sterbenden begleitet:

In diesem Dokument ab Seite 113

http://www.acidharma.org/aci/online/_media/text/practice5/Practice5Reading.pdf



Photos:

Photo by Sophia Müller on Unsplash (Tod)

Photo by Fey Marin on Unsplash (Friedhof)

Photo by Silvestre Leon on Unsplash (Senseman)

Photo by Rod Long on Unsplash (Hände)

Photo by Amanda Jones on Unsplash (Medizin)

Photo by Kelly Sikkema on Unsplash (Baby)

Photo by Gail Deutsch (Steine)

Photo by Patricia Prudente on Unsplash (Familie)

Photo by Wynand van Poortvliet on Unsplash (Haus)

Photo by Gábor Molnár on Unsplash (Schädel)

Photo by Alex Holyoake on Unsplash (Koffer)

Photo by Otgo Otgonbayar Ershuu on Wikimedia Commons, www.mongolian-art.de (White Tara)

