



Bhagavadgita VI, 10-15

10Der Vereinigung (mit der Gottheit) Erstrebende soll sein Selbst unablässig üben in der Einsamkeit, allein, zügelnd Geist und Selbst, frei von Wünschen und Besitz.

11An einem sauberen Ort für sich soll er einen festen Sitz hinstellen nicht zu hoch und nicht zu niedrig, Stoff, ein Fell und Gras darauf.

12Dort, den Geist auf einen Punkt gerichtet, Denken, Sinne, Tun gezügelt, sich niederlassend auf dem Sitz, übe er Meditation, zur Läuterung des Selbst.

13Gleichmäßig Körper, Kopf und Hals unbeweglich haltend, fest, schauend auf die Nasenspitze, blicke er nicht umher.

14Von beruhigtem Selbst, frei von Furcht, im Keuschheitsgelübde fest, den Geist zügelnd, mein gedenkend, gesammelt, sitze er, in mir das Höchste sehend.

15So übend immerdar sein Selbst, gelangt der Meditierende gezügelten Geistes zum Frieden, der im Nirvana als Höchstem besteht und in mir seine Stätte hat.

Mk 8,34-38

34Er rief die Volksmenge und seine Jünger zu sich und sagte:

Wer mein Jünger sein will, der verleugne sich selbst, nehme sein Kreuz auf sich und folge mir nach.

35Denn wer sein Leben retten will, wird es verlieren;

wer aber sein Leben um meinetwillen und um des Evangeliums willen verliert, wird es retten.

36Was nützt es einem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt, dabei aber sein Leben einbüßt?

37Um welchen Preis könnte ein Mensch sein Leben zurückkaufen?

38Denn wer sich vor dieser treulosen und sündigen Generation meiner und meiner Worte schämt,

dessen wird sich auch der Menschensohn schämen,

wenn er mit den heiligen Engeln in der Hoheit seines Vaters kommt.