

Meditationen

Aurel

2026

ISBN 978-3-8006-8118-1

Vahlen

schnell und portofrei erhältlich bei
[beck-shop.de](https://www.beck-shop.de)

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](https://www.beck-shop.de) steht für Kompetenz aus Tradition. Sie gründet auf über 250 Jahre juristische Fachbuch-Erfahrung durch die Verlage C.H.BECK und Franz Vahlen.

[beck-shop.de](https://www.beck-shop.de) hält Fachinformationen in allen gängigen Medienformaten bereit: über 12 Millionen Bücher, eBooks, Loseblattwerke, Zeitschriften, DVDs, Online-Datenbanken und Seminare. Besonders geschätzt wird [beck-shop.de](https://www.beck-shop.de) für sein umfassendes Spezialsortiment im Bereich Recht, Steuern und Wirtschaft mit rund 700.000 lieferbaren Fachbuchtiteln.

DIE ZEIT NAHT, da du alles vergessen haben wirst und dich alle vergessen haben werden. Und die, die nach dir kommen, werden wiederum von denen vergessen, die nach ihnen kommen.

Zwei oder drei Generationen nach unserem Tod ist es sehr unwahrscheinlich, dass sich noch jemand an uns erinnert. Doch das ist in Ordnung: Die Unausweichlichkeit des Todes anzuerkennen, ermutigt uns, jetzt ein gutes und erfülltes Leben zu führen. Die Gegenwart ist die einzige Zeit, die wir haben, und die einzige Zeit, die zählt.



beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

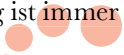
7.25

» Alles, was du siehst, wird die
Natur, die das Weltganze durchwaltet,
sogleich verwandeln, und sie wird
anderes aus ihrem Sein schaffen und
dann wiederum anderes aus dem Sein
jener Dinge, damit der Kosmos ewig
neu ist. «

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

DIE NATUR LENKT alles und wird bald alles, was du siehst, verändern, damit sie andere Dinge erschaffen kann und dann wiederum andere Dinge aus diesen, damit die Welt immer neu ist.

Alles verändert sich. Der Sommer geht in den Herbst über, der Herbst in den Winter, und dann kommt der Frühling, und alles ist wieder neu. Manche Veränderungen finden direkt vor unseren Augen statt, während andere sich so langsam vollziehen, dass wir ihrer innerhalb unserer Lebenszeit gar nicht gewahr werden. Doch die Veränderung ist immer da.


beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

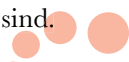
7.27

» Nicht an abwesende Dinge denken, als ob sie schon da wären, sondern unter den vorhandenen die besten auswählen und sich bei ihnen daran erinnern, wie heftig man nach ihnen verlangen würde, wenn sie nicht da wären. Hüte dich aber zugleich davor, dass du dich daran gewöhnst, die Dinge zu überschätzen, weil du solche Freude an ihnen hast, so dass es dich beunruhigt, wenn sie einmal nicht mehr da sind. «



STATT DARÜBER NACHZUDENKEN, was du nicht hast, solltest du lieber die guten Dinge schätzen, die du hast. Schätze sie aber auch nicht zu hoch, damit du nicht traurig bist, wenn du sie verlierst.

Was sind einige dieser guten Dinge – Besitztümer, Menschen, Erfahrungen – in deinem Leben? Stell dir vor, wie sehr du dich nach ihnen sehnen würdest, wenn du sie nicht hättest. Hänge aber auch nicht zu sehr an ihnen, damit du dich nicht beraubt fühlst, wenn sie nicht mehr da sind.



beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

7.47

»» Den Lauf der Sterne zu
beobachten, als ob man sich mit ihnen
herumdrehte, und immer an die
Verwandlung der Elemente ineinander
denken. Denn die Vorstellungen davon
waschen den Schmutz des irdischen
Lebens ab. ««

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

STELL DIR VOR, du bewegst dich mit den Sternen, und sei dir gleichzeitig bewusst, dass sich alles verändert: Auf den Frühling folgt der Sommer, dann der Herbst und dann der Winter. Die Wolken ziehen weiter, und die Sonne kommt hervor.

Nimm dir Zeit, Augenblicke wahrzunehmen und wertzuschätzen, in denen sich die Schönheit der Natur offenbart, und erkenne, dass du ein Teil davon bist.

Beobachte die Sterne und stell dir vor, du bewegst dich mit ihnen.

Was ist für dich schön? Welche Anblicke und Geräusche? Erstelle eine Liste der Dinge, Ereignisse und Erfahrungen, die du als schön empfindest. Halte die Liste griffbereit und erweitere sie um schöne Momente, wenn sie dir begegnen.

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

7.49

»» Das Vergessene betrachten [...].
Es ist auch möglich, das Zukünftige
vorauszusehen. Denn es wird ganz
ähnlich sein und wird nicht aus
dem Rhythmus des Geschehenden
aussteigen können. Daher ist es auch
ganz gleich, ob man das menschliche
Leben vierzig oder zehntausend Jahre
hindurch erforscht. Denn was wirst du
da noch mehr sehen? ««
