

Meditation er et kærlighedsmøde.

Når vi mediterer, så udvides vores bevidsthed til at omfatte alle sanser og alle vores dybder – og får det til at smelte sammen med den universelle bevidsthed.

Så kan vi opleve klarhed og indsigt i en grad som overrasker.

En tilstand hvor vi ikke er båret af vores rationalitet, tanker og følelser – eller noget andet.

Det er en tilstand, hvor vi ER.

Det er en oprindelig tilstand.

Det er en tilstand af og i kærlighed.

Når vi er i kærligheden, så kan vi få kontakt med universets energi – som og er kærlighed.

Dette kærlighedsmøde er indgangen til indsigt, klarhed og visdom.

Og det er indgangen til det nye, til det skabende.

Når vi er i dette møde, kan vi opdage en dyb genkendelse.

Vi får forbindelse til en visdom, som både er indeni os og udenfor os.

Vi opdager, at alt det der findes i universet også findes i os.

Det er en smuk og stærk oplevelse.

Det vigtige i denne sammenhæng er at huske på, at meditation dermed ikke kun er noget vi kan "bruge" for komme i ro, håndtere udfordringer mm.

Det er meditation en fremragende og givende vej til dog.

Det er et kærlighedsmøde vi giver os selv.

Meditation er dog også fremragende og givende – endnu mere fremragende og givende – for at skabe indsigter, løfte ind i noget nyt mm.

Når vi er i meditation på denne måde, har vi mulighed for at lade os føre til en tilstand, hvor vores bevidsthed udvides og smelter sammen med den universelle bevidsthed.

Og dér er kærlighedsmødet også.