

DAGLIG MEDITATION

Nøgleord: Den gode vilje
Farve: Hvid og sort



BRUG VILJEN I DIT HVERDAGSLIV

I det øjeblik du bruger den, fokuserer og koncentrerer du dig. Men her drejer sig kun om hverdagsting.

Gør i den kommende periode en af følgende ting hver dag:

Gør noget, du aldrig har gjort før.

Læg en plan og følg den.

Gør et eller andet overordentlig langsomt.

Gør det du synes er det allervigtigste at gøre.

Når du står over for et mindre valg - vælg da uden tøven.

Gør det helt modsatte af hvad der forventes.

Opfør dig som du vil uden at tage hensyn til, hvad andre mennesker tænker og siger.

Lad være med at sige noget, som du er fristet til at sige.

Udsæt en ting, som du helst ville sætte i gang lige nu og her.

Begynd straks på noget, som du helst ville udsætte.

Lav den samme øvelse (med tallet eller stolen) hver dag i fjorten dage.

Fjern et eller andet overflødigt fra dit liv.

Stop en vane.

Gør noget, der får dig til at føle dig usikker.

Udfør en handling med fuld opmærksomhed, som om det var det sidste du gjorde i dit liv.

Gør noget færdigt, som du er begyndt på.

Gør en god gerning.

Slut af med højt, eller inden i dig selv, at sige **Den store invokation**

*Fra lysets kilde i Guds sind
lad lys strømme ind i menneskers tanker
lad lyset komme til Jorden.*

*Fra kærlighedens kilde i Guds hjerte
lad kærlighed strømme ind i menneskers hjerter
må Kristus komme til syne på Jorden.*

*Fra centret hvor Guds vilje er kendt
lad hensigt lede menneskers små viljer
den hensigt mestrene kender og tjener.*

*Fra centret vi kalder menneskeheden
lad Planen for kærlighed og lys fuldbyrdes
må den forsegle døren til det onde.*

*Lad lys og kærlighed og kraft
genoprette Planen på Jorden.*

OM... OM... OM...