

## DAGLIG MEDITATION

Nøgleord: Tjeneste  
Farve: Lavendel



## INDRE SKØNHED

Sæt eller læg dig godt til rette. Lad tungen hvile bag fortænderne og mærk hvordan at du slapper af i kæberne og panden.

Træk vejret dybt og roligt.... lad det blot passe sig selv.... lad også tanker og følelser komme og gå... for du ved, at DU ikke er dem.... Fald helt til ro....  
Saml opmærksomheden i et punkt i hovedet bag panden og vend blikket indad...

Se på dit indre og find et træk, en evne eller noget i dig du synes er smukt. Det behøver ikke at være noget du på nuværende tidspunkt udtrykker aktivt, det kan være noget som stadig er delvist gemt, men det er noget du ved eller har en anelse om er der....pause...Brug lidt tid på at acceptere og glæde sig over dette element af dig.... Føl hvordan glæden fylder dig og strømmer igennem alle dine legemer og celler... du fyldes af denne glæde....

Nu dukker der et billede op for dit indre blik... giv dig tid og bliv ikke utålmodig ... accepter dette billede fordi det symboliserer den egenskab eller evne du har valgt. Det kan være en ting, et kunstværk, et landskab, et dyr - hvad som helst.... pause... Betragt billedet.... lad det vise dig sin egen skønhed og måske endda give dig et budskab, en meddelelse, som kan være et indtryk eller formuleret i ord... Alle billeder kan tale til dig, hvis du tillader dem at gøre det... Brug tid på at assimilere eller opsuge den gave billedet giver dig.

Vend langsomt tilbage til dagsbevidstheden og rummet.

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...*