

## LICHTMEDITATIE

---

Ga ontspannen zitten, uw benen náást elkaar en uw handen in uw schoot, met de palmen naar boven gericht. Denk aan niets.  
Adem diep in en uit, diep in en uit .....

Ik open nu mijn hart en ik laat zuivere liefde uitstromen. Ik kan zien hoe deze liefde als een groot wit licht uit het centrum van mijn zelf naar buiten straalt.

Ik voel haar trilling ín mij en om mij heen.

Ik voel mij één met dit lichtpunt. Ik ben vol van dit licht.

Ik ben gevuld met dit licht en vervuld van dit licht.

Ik bén dit licht.

Nú ga ik dit licht uitzenden, zodat het andere lichten kan ontmoeten. Ik wéét dat dit gebeurt, hier en nú en óveral op deze aarde.

Ik kan zien dat alle lichten in elkaar overvloeien en samen één licht vormen. Wij zijn nu dit éne licht.

Het ene licht van rust, vrede, liefde en begrip stroomt uit. Het vloeit overal heen en raakt iedere vermoeide ziel aan. En iedere ziel wordt nu verkwikt en gevuld met dit licht.

En het licht groeit verder, over de hele aardbol én over het hele universum. Alles en iedereen wordt door dit licht aangeraakt. Alles is nu één geworden.

En ín deze eenheid vinden wij de Almacht, die ons antwoordt.

En Zijn woord is: Liefde.

In het licht van deze liefde lossen alle duisternis en alle onbegrip op.

Er is vrede in ons, volmaakte vrede.

En er is volmaakte harmonie en volmaakte liefde.

En omdat allen één zijn, heersen deze vrede en deze liefde nu overal in het universum.

En zó is het.