



MEDITACE NOCI

Bud' vítán, Člověče, v tomto vyjimečném čase, který nám byl dán, a připoj se k noční meditaci, kdy se hvězdy i měsíc přirozeně zviditelňují, aby pozvedly naše vědomí do vyšších a hlubších sfér.

Uvolni své tělo, upokoj svoji mysl a utěš svoji duši v tichém odevzdání, smíření a klidném rozplynutí, ve kterém k nám Duch „promlouvá“...

Pomalý nádech a výdech prohlubuje Tvůj klid a mír. Hvězdná obloha Ti připomíná nekonečnost rozpínající se nad námi. Jakou malou epizodou je Tvůj život... Jaké požehnání je svůj život zakusit... Jsi součástí velkého Stvoření... I skrze Tebe právě teď život proudí... uvolňuj se do něj.

Jak si tak dýcháš a prožíváš klid a mír, dotýká se Tě Láska. Láska, jako stav, který není podmíněn někým druhým nebo něčím vnějším, Láska, která je trvale přítomná. Láska, která je útěchou. V tomto stavu Tvé srdce hojí své rány. Dýcháš Lásku a prohříváš a prosvětluješ celé své tělo přijetím a vděčností. Dovoluješ každé buňce, tkáni, orgánu i orgánovým systémům, aby se rozzářily. Stav Lásky a vděčnosti naplňuje celou Tvoji bytost.

Záříš Láskou a Světlem přijetí...

Ticho a tma noci Tě vedou do zažehnutí vnitřního světla...

Nechť Tě klid, Mír, Láska a Světlo provází

24. 3. 2020

Soňa Hájková www.CentrumPrirodniLecby.cz