

## Vraag het aan Morya

### Levenslessen



### De dingen die rond je zijn, aanvaarden

“Wanneer je met mediteren begonnen bent, dan zal je leven veranderen - laat dat ook toe. Je moet kunnen inzien dat je leven verandert en dat je anders staat ten opzichte van de mensen nadat je hebt gemediteerd.

Je zal zien dat je door te mediteren orde brengt in je gedachten, je gevoelens en ook in lichamelijke kwaaltjes. Je zal zien dat je leert op te komen en te zorgen voor jezelf in al deze facetten. En naarmate je leert omgaan met de facetten van jezelf, leer je wat mediteren is en wat de weg is in meditatie. Je zal dan in meditatie gaan en op het punt komen waar je in je vorige meditatie was geëindigd. Dan leg je een weg af en kom je tot een steeds grotere rust en een steeds grotere vreugde en vrede.

Het is heel belangrijk te leren mediteren op de juiste manier. Dit kan je doen door de dingen die rond je zijn te aanvaarden. Je mag je niet zo opstellen dat je met iedereen ruzie hebt of alles van je afstoot. Nee, je moet zo kunnen leven dat je overal vrede mee hebt want daardoor kan je op jezelf komen.”

Meester Morya

Geert Crevits, citaat uit: “Morya Wijsheid 4: Vertrouwen in jezelf”  
(uit hoofdstuk 5: ‘Een vraag: Wat is meditatie?’) © Mayil.com