

## Meditatie over de Aarde

### Meditatie over de Aarde

Ga gemakkelijk zitten.

Ontspan je helemaal, sluit je ogen, adem diep in....en uit,  
in je eigen tempo.

Je voelt je helemaal ontspannen.

Ik neem je nu mee in een meditatie over de Aarde.

In deze meditatie willen we proberen onze Aarde als een geheel te zien en te ervaren.

Je bent in de ruimte in een comfortabel ruimteschip en kijkt naar buiten ... en je ziet de Aarde.

Er zijn weinig wolken en je herkent delen van Europa.

Het is heel stil en alles beweegt heel langzaam, vloeiend en volkomen geruisloos.

Het is een wonder van Zijn, de Aarde in haar oneindige en onbeschrijfelijke Zijn ..., de Aarde is ons thuis.

Het geschenk de Aarde, met al haar zeeën, continenten, met mensen, planten, dieren en gebouwen.

De Aarde, we zien haar als een geheel ...

We hebben als mensen verantwoordelijkheid voor haar.

We geven de Aarde onze aandacht, warmte, zorg en liefde ....

