

## Fyld tilværelsen med kærlighed

Personligt kender jeg ingen, der ikke ønsker en tilværelse fuld af kærlighed.

For at dette kan ske, må vi selv lægge for. Vi må selv være forbillede og kilde til kærlighed og ikke forvente at andre vil præstere den kærlighed vi håber på. Vi må tappe kærligheden fra vores indre kilder for at sætte et godt eksempel til efterfølgelse.

Det er blevet sagt, at ” den korteste afstand mellem to punkter er en hensigt” I sammenhængen en tilværelse fyldt af kærlighed er udsagnet korrekt. Udgangspunktet eller fundamentet for en tilværelse i kærlighed er ønsket og beslutningen om at blive en kilde til kærlighed.

Vores holdninger, valg, hensynsfulde handlinger og villighed til at være den første til at strække hånden frem, vil føre os til målet.

Næste gang du oplever frustration over mangel på kærlighed i din tilværelse eller i verden som helhed, så prøv et eksperiment. Glem alt om verden og andre i nogle få minutter. Ret i stedet blikket mod dit hjertes indre. Kan du blive en kilde til større kærlighed ? Kan du tænke kærlige tanker ud mod resten af verden- også mod mennesker du føler ikke har gjort sig fortjent ?

Åbner du dit hjerte mod muligheden for større kærlighed og forvandler du dig selv til kærlighedens kilde ( i stedet for at modtage kærligheden) som det allerførste, har du taget et vigtigt skridt mod at modtage den kærlighed du ønsker. Du vil også erfare noget utroligt vigtigt. Jo mere kærlighed du giver, jo mere modtager du. Jo mere du bestræber dig på at blive et kærligt væsen, noget du kan kontrollere – og jo mindre vægt du lægger på at modtage kærlighed, hvad du ikke kan kontrollere – jo mere vil du konstatere at din tilværelse rummer masser af kærlighed. Snart vil du opdage en af verdens største hemmeligheder: kærligheden rummer Innen i sig selv.

Skrevet af Richard Carlson i hans bog, *Glem ikke de små ting....de er det vigtigste i dit liv*

*Benedikte Ehlers*

*DISO D45*