

## ■ Contemplatie na de ochtendmeditatie

De Sangha wordt uitgenodigd om terug te keren tot haar ademhaling, zodat onze gezamenlijke energie van volle aandacht ons samen brengt als één organisme en ons laat stromen als een rivier zonder afscheidingen.

Laat de hele Sangha ademen als één lichaam; zingen als één lichaam; luisteren als één lichaam, de grenzen van een denkbeeldig zelf doorbreken en ons bevrijden van het meerderwaardigheidscomplex, het minderwaardigheidscomplex en het gelijkwaardigheidscomplex.