

Nr. 166 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation lørdag den 2. marts 2019

Nøgleord: Jeg glæder mig til fremtiden, fordi jeg kan skabe nøjagtig den fremtid, jeg ønsker.

Godmorgen til jer alle. I dag er lørdag den 2. marts 2019. Vi skal have morgenmeditation nummer 166 i dag.

I dag skal vi starte med at være bevidst om, hvordan vi trækker vejret ind, og hvordan vi puster ud igen, en ganske lille øvelse.

Vi mediterer på vores vejtrækning, prøv at være bevidst på den hvordan vi trækker vejret ind, og hvordan vi puster ud igen og samtidig giver slip på tanker, følelser, lyde når de dukker op og vær opmærksom på vejtrækningen. Tænk samtidig med på fred, lys og ubetinget kærlighed, fyld jer selv op med fred, lys og ubetinget kærlighed.

Vi skal på en lille rejse ud i naturen i dag, hvor vi lige er begyndt på foråret. Idet vi rejser i vores indre bevidsthed, tager ud i naturen, kan vi selv bestemme, om det skal være sommer, vinter, forår eller efterår. Vi kan selv bestemme, hvilket årstid vi tager ud på, det er frit valg. Vi kan også tage en dejlig sommerdag, det tror jeg, at jeg vil vælge. I bestemmer selv, hvad I vælger.

Jeg tager ud en dejlig sommerdag tager ud i naturen, jeg tager ud på en stor eng, en eng jeg ikke kender i forvejen. Jeg lader engen komme til mig.

Herude vil jeg opleve naturen, se på græsset, se om der er et dyr i nærheden af mig, jeg vil prøve at respondere på det.

Jeg kan se, her ved engen ligger jeg tæt op ad en skov. Jeg går lidt tættere på skoven. Jeg kan høre en masse fugle, fuglelyde, jeg hører naturen i det hele taget. Responderer på varmen, lyset, kærligheden og friheden. Idet jeg går i naturen, så går jeg kun for at gå og være til stede.

Jeg får pludselig lyst til at lægge mig i græsset bare kigge op i himlen. Jeg responderer på, om det er en helt blå himmel eller med enkelte skyer. Hvis der er skyer deroppe så giv det accept. Jeg prøver at billeddanne mig de forskellige figurer, skyerne fortæller mig. Det responderer ind i min bevidsthed, det kan give alle mulige ansigter, naurbilleder i skyerne.

Jeg ligger bare lige så stille kigger op i skyerne mærker en indre frihed i mig en indre længsel i bare at være. Jeg begynder at respondere på skønheden i naturen. Jeg opdager, at jo gladere jeg bliver, jo mere kommunikation har jeg med skylaget himlen i det hele taget. Der kommer en indre væren en indre ro i mig. Det håber jeg også, der kommer i jer. Jeg ligger her og bliver bagt af solen.

Jeg taget et lille græsstrå, putter det ind i munden, tygger på græsstrået, smager lidt på naturen, giver det accept. Jeg responderer på, idet jeg tygger på græsstrået, giver det nogle indre billeder, det glæder jeg mig over. Sådan en lille ting giver respondering og nyt liv.

Jeg er her et stykke tid, kan mærke jeg bliver lidt tørstig. Kan man finde noget at drikke i naturen. Jeg kommer til at tænke på, jeg gik for resten forbi noget vand her for nylig noget lavvandet område på engen. Skal jeg drikke noget af det vand, eller hvad skal jeg. Jeg kommer til at tænke på, der er mange kilder i naturen, hvor der springer rent vand ud af. Jeg leder efter en kilde, finder på et tidspunkt en vandkilde.

Tænker på hvor heldig jer er, det jeg ønsker mig, kan jeg få.

Jeg ser i forbindelse med kilden, der ligger en lille sø, som er udsprunget af kilden, det er helt rent vand.

Jeg kan se ned i bunden af søen, som er kommet af kildevandet. Jeg kan ane, der er en blå bund i søen, jeg tænker det er nok et spejlbillede af himlen, men det er det ikke, det er bundmaterialet, der har en blålig udstråling. Jeg drikker noget vand herfra, jeg er stadig tørstig.

Jeg kan bruge mine hænder til hjælp, når jeg sidder her ved søen, ved kilden og drikker vand, jeg kan drikke vand direkte fra overfladen. Jeg drikker noget vand nu, jeg ved, det er kildevand, fordi jeg kan se det springer, jeg kan se strømmen i vandet.

Idet jeg drikker noget vand fra søen af, jeg synker det, så kan jeg mærke nogle livsstrømninger inde i mig, nye livsstrømninger, ny livsglæde. Jeg bliver taknemmelig for, at jeg kan slukke tørsten, jeg kan få livsglæden til at fungere inde i mig. Tænke sig en lille enkel ting, som har så stor en virkning, det er lidt fantastisk, hvor tit man overser virkeligheden. Jeg drikker lidt mere vand af søen af kildevandet, jeg mærker min livsglæde bliver forøget, kærligheden bliver forøget, jeg får en lille rørthed fornemmelse inde i mig selv.

Jeg kommer til at tænke på nogle af de skyformationer, jeg så før, da jeg lå på engen.

Jeg ser dem for mig igen, samtidig med ser jeg hvordan sollyset glitter ned i vandoverfladen. Solen responderer på vandoverfladen, kildevandet på søen, jeg synes, det er spændende at se livet i funktion.

Jeg bestemmer mig til at være barn på ny, ser ned i vandoverfladen. Jeg kan se mig selv, spejle sig nede i vandet, jeg kan se mit eget spejlbillede i vandet.

I og med jeg har gjort mit tankesind stille og rolig er i kontakt med naturen, lyset, kærligheden, ydmygheden, rørtheden, begynder jeg måske at opdage, jeg har et andet spejlbillede end det, jeg er vant til at se mig selv i. Et andet spejlbillede jeg kan undre mig lidt, hvorfor ser jeg anderledes ud end det, jeg opfatter mig selv som.

Jeg spekulerer på, om jeg er til stede i en anden tidsalder, det finder jeg ud af, at det er jeg rent faktisk. Jeg er i en anden tidsperiode, fordi jeg har stillet mig selv det spørgsmål. Jeg undrer mig over, om det kan lade sig gøre, det kunne det så.

Jeg responderer lidt på mit spejlbillede, kigger på om jeg er en kvinde eller et barn. Jeg kommunikerer med spejlbilledet, men jeg har indre ro og indre tillid. Jeg lægger mærke til, at min bevidsthed har ændret sig, jeg er til stede i en anden tid. Jeg spekulerer på, hvordan jeg overlever hver eneste dag.

Jeg kigger ind på spejlbilledet går i dybere kommunikation med det mit spejlbillede. Jeg lader tingene komme til mig, ligesom jeg har brug for at se en ny udvikling inde i mig selv.

I forbindelse med mit spejlbillede der ser jeg lys omkring mig selv, fordi solen skinner ned på mig. Jeg ser lys i mit aurfelt, ser lys, kærlighed og forståelse. Jeg glæder mig til fremtiden, fordi jeg kan skabe nøjagtig den fremtid, jeg ønsker. Fremtiden ligger i livsenergien og livsglæden, det er det, vi er indvendig, og det er det, vores spejlbillede kommer til at udstråle lys, kærlighed og tillid.

Vi kan sige, det var en naturoplevelse her i dag den 2. marts 2019, morgenmeditation nummer 166.

Vi kan vælge at trække os ud af det, vi kan også vælge at fortsætte et lille stykke tid, efter udsendelsen er holdt her, I bestemmer, hvad I gør.

Godmorgen til jer alle sammen jeg ønsker jer en velsignet dag.

Det var morgenmeditation fra Peter L. Simonsen her fra Healerskolen i Sønderjylland.

Godmorgen til alle og en velsignet dag.

>Huset i Centrum< Healerskolen i Sønderjylland Peter L. Simonsen tlf. 2365 9701 & 2985 1763 mail@healerskolen-sdj.dk