

Nr. 185 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation torsdag den 21. marts 2019

Nøgleord: Vi mediterer på harmløshed i de forskellige situationer.

Godmorgen til alle. Det er dejligt at se, at I dukker op, så vi kan komme i gang. I dag har jeg tænkt på, at når vi går den oplyste vej, kærlighedsvejen, og vi prøver at være til stede i vores ophøjethed, så skal vi give det glæde og taknemmelighed, fordi vi har den mulighed. Det er vigtigt at tænke sådan. Det betyder, at vi skal være harmløse i vores tanker, følelser og handlinger. Man skal ikke kaste frustrationer ind på de mennesker, som prøver at arbejde med oplysthed og kærlighed. Som jeg sagde i går, når vi følger vores sjæls hensigt, vores dharma, så får vi medfølelse, omsorg og kærlighed. Vi går fra en indre tilfredshed til en højere bevidsthed, hvor lyksaligheden er til stede. Så derfor er det, at vi hele tiden er nødt til at kultivere os selv, se hvad der spænder ben derinde og med det samme arbejde med at omdanne det til livsenergi og livsglæde.

Så prøver vi nu at meditere på harmløshed. Jeg skal være harmløs i mine tanker og mit tankesind. Den indre iagttager vi har inde i os selv er harmløs. Vi mediterer på harmløshed i de forskellige situationer, vi er i og ser, om vi kan bevare den indre ligevægt, som er en sjæls udtryksform. Det er den, vi skal bevare. Så vi mediterer på harmløshed, fred, lys og ubetinget kærlighed. Vi prøver at arbejde med det harmløshed i ord og tale og i tankeformerne. Harmløshed i tankesindet, i føleleslivet og på det fysiske plan. Vi skal huske fra i går, at når vi ikke følger vores livsopgave, kan der komme modløshed, vrede og frustration, irritation, tvivl og misforståelse, det dukker op i vores bevidsthed. Man kan fordreje det, man hører, så man hører noget andet. Så det er vigtigt at følge livsopgaven, livsglæden og kærligheden. I dag mediterer vi på harmløshed, livsglæde, tillid, forståelse, fred, lys og ubetinget kærlighed. Vi er harmløse i tankesindet, føleleslivet og vores fysiske udtryk. Vi bevarer den indre ro, den indre ligevægt.

Hvis vi går dybere ind i vores højere bevidsthed og tænker på saligheden, at være salig, at være i en indre fred, en indre ophøjethed. Salige er også de, der tror på et indre liv, hvor man arbejder med fred på hele kloden, kærlighed lys og tillid, ny forståelse. Jeg har en klode, jeg skal have i balance, i harmoni i forhold til det indre liv. Jeg vil anmode verdens disciple, seniordisciple, de indviede, aspiranterne om at skabe indre balance, harmoni og livsglæde, tillid og kærlighed, så vi kan følge den oplyste vej, illuminationsvejen. Det betyder igen frigørelse fra bindingerne i vores lavere legemer. Frigørelse fra angst og bindinger, konkurrence, materialisme. Vi arbejder hver eneste dag på at være total harmløse i vore tanker, tankesindet, følelesnaturen. Det er godt at være bevidst om, hvor man er harmløs at begynde at notere forandringsprocesserne ned, sige ”lige her er jeg harmløs, i går var jeg det ikke, men i dag er jeg ved at blive det”. Vi fornyer os selv gennem glæde, spontanitet og igennem nytænkning. Vi skal give os selv en chance for at forbedre os hver eneste dag. Giv lys og kærlighed til alt det vi ser. Vi skal tænke på, vi er solengle, vi er sjæle, vi er solens børn.

Læg bevidstheden ind foran hjertechakraet, ind foran hjertet og mærk bevidstheden her. Fokuser på jeres æteriske legeme som er uden om hele kroppen. Prøv at være bevidst om hvordan det æteriske legeme modtager energi fra solen, fra sjælen, som ligger inde midt i hovedet. Det er sjælen, der oplyser, det er sjælen, der helbreder. Se hele vores æterlegeme blive fyldt op med livsenergi og livsglæde, kærlighed og tillid. Prøv at være bevidst om at det er det, vi ånder ind og ånder ud igen. Så på hver eneste indånding fylder vi os op med livsenergi og livsglæde, ny visdom. På udånding slipper vi vore begrænsninger slipper det ydre liv. Vi ånder ind igen gennem harmoni, glæde og tillid. Dybe indåndinger og på udåndinger slipper vi mere og mere det gamle ydre liv. Ånder ind og ånder ud. Hele vores æterlegeme bliver fyldt op med energi, kosmisk energi. Det får en helt anden beskaffenhed. Denne energi er som en energidyne rundt om os en beskyttelse til os. Vi fylder os med kærlighed på indånding og videregiver den på udånding, og der bliver større ro og større tillid inden i os. Vi trækker luften stille og roligt ind, og ved hver udånding bliver vi mere og mere stille inden i os selv. Vi kan

mærke de dybe vejrtrækninger, der går gennem vore lunger, og som ilter hjertet. Gennem iltningen af hjertet begynder vi at rense blodet. Så blodet er bærer af livsenergi og livsglæde. Vi sørger for, at den indre blodforsyning strømmer uhindret gennem os. Det gør vi i bevidstheden om, hvad vi arbejder med. Vi trækker vejret ind og ånder ud igen. Synk meget dybere ind i hjertet og giv slip, giv helt slip så hjertet modtager med den rene ubetingede kærlighed, som ligger i hjertet. Synk ind i hjertet med jeres bevidsthed, hjertets energi, ind i saligheden. Vi opdager, der er mange, der synker ind i deres ophøjede bevidsthed, hvor de bliver modtaget i kærlighed, tillid, harmløshed og ny visdom. Husk på vi indeholder medfølelsen, vi har overbærenhedens lys i vores tankesind, kærligheden i hjerterne og åndens vilje til at realisere det i.

Godmorgen til alle og en rigtig velsignet dag.

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