

Nr. 456 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation søndag den 15. december 2019

Nøgleord: Det er smertefuldt at frigøre sig fra sine begrænsninger, det er altid smertefuldt, men vi ved jo, det hjælper at gøre det.

Godmorgen, i dag er det søndag den 15. december 2019, og vi skal have morgenmeditation nr. 456.

Hvad skal vi så gøre i dag, ja, da kan vi jo arbejde lidt med fastlåshed, bekymringstanker, afvisninger, skyldfølelse, utilstrækkelighed. Det er jo altid nogle gode emner at tage fat i, men er det lige det, vi har lyst til? Nej det er det ikke. Det vi har lyst til, lyst, det er styret af haracenteret og solar plexus centeret. Hvis nu man vil så gerne give, man har en god ide, man gerne vil give på, og man ikke får lov til at give, jamen så sker der lige det, at fra den positive energi så hopper man over i sine begrænsningselementer, og derover kan man være bange for at blive såret. Ja sådan er det jo også, og det kan jeg snakke meget dybere om, men vi skal altid tænke på, når vi bestemmer os til, at der er nogle mønstre, vi vil af med, mønstre, livsmønstre man skal af med, så ligger der meget mere i det, end man tror.

Hvis nu man siger, at nu vil jeg kun arbejde med kærlighed hver eneste dag, kærlighed. Det er dejligt at være i kærligheden, rigtig godt. Nå, men så går der et lille stykke tid, så synes man, det går ikke så godt mere, det er fordi, det fuldendte trækker det ufuldendte op. Nå, er det sådan, man tænker til daglig? Nej vi regner da med, at den her kærlighed og lyksalighed det kan vare ved hver eneste dag. Men vi glemmer, vi er i en proces, i en frigørelsesproces, frigørelse fra gamle bindinger, låsninger, angst og frygt, dødsfrygt. Vi er ved at slippe de her ting. Det tænker vi ikke på så meget, at vi er ved at slippe det, og så alligevel så ved vi godt, at vi er ved at frigøre os, men hvad er vi ved at frigøre os fra? Det er alle de ting, der ligger i vores personlighed. Og det i vores personlighed, det skal jo blive synlig på en eller anden mærkelig måde, og mange gange bliver det synligt, når man skal forandre. Man ønsker at gøre det bedste af det bedste, man har et inderligt ønske om det, og så inde i os selv, så er der nogen sider, der ikke er vant til at få kærlig opmærksomhed. Der er nogen dele inde i os, som er ved at blive synlige, og som også skal have kærlighed. Jamen er det ikke det, vi regner med, det skal være sådan? Nej det er det ikke. Jeg ser sommetider mennesker, som har en god vilje, som gerne vil hjælpe andre mennesker. Der er også mange, når de er i gang med at gøre det, så er det svært for dem at fuldføre opgaven, fordi der ligger så mange gamle ting i sin opfattelse, man skal ændre på. Så kan man så sige, så skal jeg ændre på det, og så lader man bare stå til. Så hver gang vi er ved at ændre på en eller anden ting, så kommer der smerter og lidelser ind. Det er smertefuldt at frigøre sig fra sine begrænsninger, det er altid smertefuldt, men vi ved jo, det hjælper at gøre det. Hvis man så siger, at nu vil jer bruge kærlighed i frigørelsesprocessen, så vil det altid gå lettere. Så bestemmer man, at man vil anvende kærlighed uanset hvilken proces, man er i.

Jeg sidder og tænker på, når jeg giver jer meget energi, så vil der altid være det, at så vil det ufuldendte komme til syne inde i os. Så vil vi sige, nå okay det der ufuldendte inde i mig, det er blevet synligt, så skal man vide, man lever i en sund position, fordi det er jo evolutionsloven, at det ufuldendte bliver synligt. Det er det, vores planet er beregnet til en smertens og lidelsens planet for at udvikle kærlighed, også den ubetingede kærlighed og så senere den altfavnende kærlighed. Jeg ser mange mennesker, som er hårde ved sig selv, fordi de vil så gerne give det bedste af det bedste, de har et dybt ønske om at gøre det, og nogle gange undervejs i processen der kan man stille for store krav til sig selv, hvor man måske skulle slække en lille smule på det.

Jeg ser nogle mennesker, som er total perfekte, inden de skal en eller anden ting. Min mor hun havde det altid sådan, når hun skulle i byen et eller andet sted, så gjorde hun altid rent, så meget rent i hendes hus, at når hun skulle aflevere sit hus til den næste, hun gjorde så meget rent, at hun sagde, ”det her skal være fuldstændig rent

og i orden, perfekt, inden jeg kan gå ud af døren." Jeg spørger, "hvorfor skal det være så meget mor?" "Hvis nu jeg gik hen og døde og ikke kom tilbage igen, så skal andre mennesker ikke se, det er en svinesti det her, det skal bare være helt fuldstændigt perfekt." Så perfektionismen lukkede af for livsglæden og livsenergien. "Prøv nu at slække lidt på det, kom med nu, vi skal på udflugt." "Nej" siger min mor, "jeg skal ikke på udflugt, jeg er nødt til at gøre rent først, jeg skal gøre huset rent først.

Nu ligger der lidt der og flyder." "Men pyt med det." "Nej Peter, du kan ikke få mig med, jeg skal have flyttet de der ting først." Men perfektionisme giver oftest hovedpine og migræne, og det kan også give dårligt selvværd. Selv om hun siger, jeg skal have gjort rent først. Det er sådan lidt mærkeligt, hvordan det virker. Det virker på mange forskellige måder. Så siger jeg "prøv nu at lægge spontanitet og livsglæde ind." "Ja det vil jeg også, men jeg skal have ordnet det andet først."

Det der er godt for os, det er, når vi hjælper andre mennesker med at bryde det tankesind, man har inde i sig selv, prøv at bryde det, prøv at være fleksibel i sine tanker, prøv at se muligheder på alle mulige områder i stedet for at være fastlåst i nogle bestemte mønstre. Der kan være mange forskellige mønstre, der låser en.

Min mor hun havde det altid sådan, at når vi spurgte, vil du ikke med til det og det, så sagde hun, at det ville hun ikke. Så vidste jeg, at hvis jeg nu spurgte hende to eller tre gange mere, så ville hun starte med at vrisse ad mig og være vred, men hvis jeg så spurgte yderlig en gang, så sagde hun, at det var nok godt, du spurgte en gang mere, fordi det var det, jeg ønskede mig, du gjorde. Så mønsteret lå der, at man altid skældte ud og var negativ først, men hendes dybe ønske lå i, at jeg spurgte en gang mere. Men nogen gange når man snakker med folk, at man ved, de har de her mønstre, der ligger først, man bliver ved med at spørge ind og spørge ind bagved, og det der er dybere. Spørge ind i kærlighedsområdet, så kommer det jo til at fungere alligevel. Så siger de faktisk mange tak til mig, fordi du gjorde det igen og igen. Jeg kan huske min mor, engang vi skulle have en familieudflugt til Mols bjerge, det var kun 6 til 7 km fra Nykøbing af, men min mor ville helst blive i Nykøbing, der boede hun jo, og så dengang jeg var dreng, så sagde min far, "nu skal vi af sted." Madkurven var pakket, saftvand var klar og alt det hele, nu skulle vi afsted. Så ville hun ikke med min mor, nej hun skulle have lavet alle de praktiske ting først. "Kom nu," sagde min far, "nu skal vi ned og gå nede i skoven og hygge os." Det lyder jo også dejligt, så sagde han, "skal vi ikke køre nu om 5 til 10 minutter?" "Ja, ja" sagde hun. Det ville hun gerne, men hun kom aldrig med, fordi hun valgte at blive hjemme. Så engang min mor var alvorlig syg, på det sidste af hendes liv havde hun sagt, at hun havde sådan fortrudt alle hendes dage, hvorfor hun ikke bare sagde ja til at komme med. Bare han da havde spurgt en gang mere min far "vil du ikke godt med alligevel," så havde hun sagt ja. Så derfor har vi nogen gange de her store ting. Vi har nogen ting inde i os, der skal blødgøres, de skal blødgøres med tillid, tålmodighed og kærlighed, så lad os prøve at meditere på tillid, tålmodighed og kærlighed, lad os se hvor det bringer os hen. Tillid, tålmodighed og kærlighed.

Vi mediterer i dag på tillid, tålmodighed og kærlighed. Jeg tænker på om jeg skulle give en lille facitliste her til sidst. Så tillid når vi mediterer og kan være i tillidsprocessen, så ved vi, at det er det modsatte af mistillid, der er i personligheden. Tillid er sjælskvaliteten, mistilliden er personligheden. Tålmodighed er en sjælskvalitet, utålmodighed er en personlighedsting. Kærlighed er en sjælskvalitet, og negativitet er en personlighedsting. Ja, det vidste vi godt allesammen Peter. Okay fortæl så noget nyt. Prøv at se hvad der sker, vær ubundet til resultatet. Vi mediterer på tillid, tålmodighed og kærlighed. Det lukker nye døre op, når vi gør det oprigtigt. Ja det er det, jeg vil, det er det, jeg gør. Prøv at snakke blidt og kærligt til jer selv, når I er ved en ny proces, snak med jer selv med kærlighed i jeres stemmer. Så bliv mere hele overfor jer selv og overfor andre. Lad grundenergien være tillid, tålmodighed og kærlighed. Vær opmærksom på hvad der vil ske af positive ting for jer i dag, det er godt at glæde sig til.

Godmorgen til jer alle, I skal have en fantastisk god dag, tænk på at alt er muligt, også i dag, godmorgen til jer alle sammen.

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