

Nr. 484 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation søndag den 12. januar 2020

Nøgleord: Kærlighed, tillid, medfølelse forståelse.

Godmorgen i dag er det søndag den 12. jan. 2020, og vi skal have morgenmeditation nr. 484.

Se i dag synes jeg, vi skal arbejde en lille smule anderledes, end vi plejer at gøre. Vi skal arbejde med nogle ord, der hedder medfølelse forståelse.

Lad os nu sige, når vi lige har haft grupper i går, og jeg har snakket med nogen af de forskellige elever, og de har snakket lidt om, at de forresten blot skulle have været en plet på lagenet, det vil sige, at et eller andet sted har de været et fejlskud, de har været uønskede. Men så ved de jo godt, at når de bliver født, og der går et lille stykke tid, så er det jo det, man ønsker sig alligevel. Men den der fornemmelse af, at man er uønsket eller uelsket, den er barnet jo ikke bevidst om, men det kan være, den ligger som en grundfølelse nedenunder det hele, men hvor man ikke rigtig kan få fat i den side. Det der kan være en god ide for os, det er, når vi ser på vores medmennesker. Vi kan jo altid se, når de bliver voksne, så kan de måske have en følelse af, at de ikke kan løse tingene, der mangler nogle brikker, der mangler nogle forståelsesniveauer, og det kan være den der grundfølelse, hvor forældrene måske ikke har elsket hinanden, men de har bare været sammen af pligt eller andre ting, hvor det ikke var helhjertet samliv. Så kan man få nogle børn, der føler sig uligevægtige eller føler sig underlegne. Det der kan være vigtigt allerede nu, det er at se på, om det har været sådan i ens eget tilfælde. Man kan lave en programmering. Vi kan give os selv muligheder for at elske andre folks børn ved at give dem medfølelse og kærlig forståelse. Vi kan tage andre folks børn til os som vores børn og give dem medfølelse og forståelse, så vil de få det meget, meget bedre. Det vil sige, når jeg kigger på mine elever og siger, ”nå hov der mangler den der forståelse og den der kærlighed,” så tag dem ind og se dem som små børn, helt små børn, måske helt ned til et halvt år, eller måske tre måneder. Så begynd at tage dem ind til jeres hjerte og bære dem i jeres tanker, fyld dem op med kærlighed, tillid og medfølelse forståelse. Det betyder, at I begynder at nærme deres sjæle, selv om sjælen ikke har indflydelse på noget som helst endnu, men vi kan skabe trygge omgivelser, det kunne være en rigtig god ide. Skaber vi trygge omgivelser der, hvor der er mange, der har børn i forvejen, se de voksne som helt små børn og begynde at give dem næring og kærlighed, lade dem vokse gennem kærligheden. Hvis vi begynder på sådan en proces nu, så vil det ændre sig i de voksnes liv lige nu, hvor de tør åbne sig for kærligheden, kærligheden og tilliden i medfølelse forståelse. Det betyder, man kan begynde at dele med hinanden, man deler hinandens indre oplevelser, og det betyder også, at man udvikler udholdenhed, og det betyder, at den ensomhed der vil komme senere, den er blevet erstattet af rummelighed og kærlighed. Når så ensomheden kommer senere, så har man en grundenergi, der hedder kærlighed. Så ved man jo at lige her, der kan man forbinde sig dybere med sin højere bevidsthed, fordi man har en grundenergi, der hedder kærlighed.

Det betyder, at det I skal arbejde med i dag, det er medfølelse forståelse. Så man ser bare de andre, man har, de elever man omgiver sig med, man kan høre deres opdragelsesmønstre, man kan høre, hvad der kommer ud af munden på dem, man reagerer, er der meget vrede og kritik i dem, jamen så skal det omdannes. Man går tilbage og løser det helt forfra.

Hvis nu man kan lægge sådan en altfavnende kærlighed ind til et spædbarn, så de lever i totalt trygge omgivelser ikke så meget påvirkede af forældrenes mønstre, men vi kan begynde at give de børn en ny kærlig forståelse. Se de bindinger man laver, som ligger i begrænsningerne, dem begynder man jo at give slip på, fordi man kan give dem kærlighed. Når vi giver børnene kærlighed, så giver man dem også frihed. Frihed er det modsatte af bundethed. Når der er frihed og kærlighed, så er der også tillid, der er masser af tillid, fordi de lever i trygheden og kærligheden.

Så vil jeg gerne igen opfordre jer til at lave det her brev til jeres kære. Jeg så et, der kom i aftes, et brev, et fantastisk smukt brev der var lavet, et kærlighedsbrev til ens partner, det var meget smukt at se, det var rørende. Jeg kunne se i det brev, hvordan kærligheden voksede, hvordan tilliden voksede, tilliden til sine egne evner, tilliden og rummeligheden. Så hvis vi mediterer på medfølelse, kærlighed og tillid, så vil der måske begynde at dukke situationer op, hvor I kan se, hvad I kan videregive det igennem. Når I videregiver kærlighed, tillid, medfølelse, så styrker I jer selv indefra. I får udholdenhedens lys i jeres aurafelt, og I kan holde ud, hvor andre opgiver. Den mulighed har vi nu her i dag, selvom de elementer I arbejder med/skal arbejde med er voksne, så kan I bygge nyt fundament op i dem lige nu, byg jeres partner op med et nyt fundament, gør det i dag. Vi kan også sige, at det her var en ny ide, men med det samme I realiserer den uden forbehold, så virker det med det samme, fordi energi følger tanken, og øjet styrer energien, og kærligheden er forløseren og den opbyggende kraft.

Lad os meditere på kærlighed, tillid, medfølelse og forståelse, og så ret bevidstheden ind på en af jeres gruppe-medlemmer eller jeres partner, der er brug for den her energi. Gå ind hvor de er babyer, helt små, tag dem til jer som jeres børn, giv dem en mulighed til et andet liv. Når man føler sig elsket som barn, så har man uovervindelig styrke i sig. Man kan overvinde alting, når kærligheden er tilstede. Al modgang kan man gå igennem og drage udvikling igennem det, og man ved jo, at de situationer man er sat i, det er for at give os nye evner og nye muligheder.

Vi mediterer på tillid, kærlighed og medfølelse, og så begynd at se på de muligheder der kan træde ind i jeres bevidsthed, og så begynd at anvende energien der. Værsgod det er en passende opgave til jer her i dag, og I må gerne begynde nu med jeres partner eller jeres kæreste, jeres nuværende kæreste, nuværende mand, nuværende kvinde. Prøv at tænke på hvor lykkelige I kan blive, når I arbejder med kærlighed, tillid og medfølelse. I vil være i et andet gear. Når I så bliver ældre, og det virkelig begynder at gælde nogen ting i jeres liv, så mærker I, at I kan gennemføre det. I har fået overlevelsesenergien til at køre igennem med og bevare kærligheden og tilliden og den medfølelse. I lærer at arbejde med andre byggesten, end det I er vant til. I begynder at kan sætte alting sammen på en ny måde, I begynder at anvende abstraktionstænkning. **Kærlighed, tillid, medfølelse, det kan også være vores nøgleord i dag.**

Når vi bygger vores morgenmeditation op på den her måde, vi praktiserer dagligdagen, så vil man fjerne mange af de fremtidige fjendskaber og negative tanker. I fremtiden så vil de ikke være tilstede, det vil sige, I går lettere gennem livet med større engagement. Medfølelse, store problemer bliver til meget små problemer.

Jeg vil gerne sige godmorgen til jer allesammen og ønske jer en rigtig god dag, en meget speciel dag. I dag kan I gøre den til fyldt op med medfølelse, tillid og kærlighed og forståelse, medfølelse. Godmorgen til jer, hav en god dag. Det var Peter L. Simonsen fra Healerskolen i Sønderjylland.

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