

Nr. 565 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation torsdag den 2. april 2020

Nøgleord: Indre stilhed, glæde, kærlighed og lyksalighed.

Godmorgen i dag er det torsdag den 2. april 2020, og vi skal have morgenmeditation nr. 565.

Se i dag har jeg tænkt på, at vi skulle se, om vi kunne meditere lidt længere tid, end vi plejer at gøre. Der er nok mange, der siger, det ville være dejligt, Peter så snakker du ikke så meget. Ja, det var også det, jeg kom til at tænke på, jeg må sige noget mindre og lade jer meditere lidt længere tid.

Jeg kunne jo tænke mig, når I sådan går i gang med at meditere om morgenen, om I er i stand til at være helt stille inde i jer selv, uden at give opmærksomhed til tanker og følelser, bare være stille inde i jer selv.

Prøv at lægge opmærksomheden ind på hjertet, ind på jeres hjertecenter, prøv at være bevidste herinde og så gøre det virkelig bevidst, at vi alle har hjerter, som banker for hinanden og for en selv.

Hvis nu vi lægger opmærksomheden på hjertecenteret så prøv at gå ind i en indre stilhed og en indre fred. Indre stilhed og indre fred, fred med os selv, fred med andre i en indre stilhed. Prøv at være bevidste i den indre stilhed og glæde.

Medens I laver det, så overfører jeg velsignet energi til jer og ydmyghed og kærlighed til jer alle.

Vi mediterer i hjertet går ind i en stilheds væren, stilhed og glæde. En indre stilhed og glæde. Når vi har stilheden og glæden som grundtone, så udløser det kærlighed og lyksalighed, kærlighed og lyksalighed.

Se den her indre stilhed og glæde, kærlighed, lyksalighed. Kan vi være i de her ting, så kan vi bruge kærlighedens vinger, kærligheden til at udviske sorg, smerte og lidelse med. Kærligheden kan udviske sorg, smerte, ensomhed, når vi lader kærligheden strømme gennem alting.

Hvis vi nu begynder at tænke lidt i den her Coronakrise, der måske bliver erstattet af en større krise endnu, der hedder økonomikrise, men i hvert fald i den første del af krisen her der tænker jeg meget på de ældre mennesker, som skal stå for, som statsministeren siger, alle de ensomme gamle mennesker i alle deres hjem, på plejehjemmene prøv at tænke på at de har brug for kærlighed, tillid og forståelse. De har brug for vores medfølelse. Der er også alle mulige mennesker i samfundet, som har meget brug for det, ensomme, triste, sorgfulde. Der er mange, der har mistet kontakten til sjælen, og som lever i sorg og lidelser. Vi må prøve at se, om vi kan lægge ydmygheden ind i vores hjerter, også ydmygheden, medfølelsen, kærligheden, tilliden, lad os sende det ud til alle de mennesker vi ved, der har virkelig brug for hjælp. Også til de mennesker som lider meget af denne her sygdom, en virustilstand. Den er her, for at vi kan arbejde dybere med ydmyghed, kærlighed, livsglæde og tillid. Det ville gavne rigtig meget, hvis man tænker meget på dem, der lider meget. Vi kan tage nogle af deres lidelser ved at være der for dem, enten bevidst være der selvfølgelig i passende afstand, men vi kan være der inde i hjerterne hos hinanden. Det er kun kærligheden, der har en positiv afsmittende virkning, kærligheden, tillid og forståelse.

Når man lægger bevidstheden inde i hjertet, inde i den indre glæde, stilheden, anvender ydmyghedens ånd, så går vi dybere ind og støtter hinanden.

I den her forbindelse vil jeg gerne sige tak til jer alle sammen, der har sendt blomster til mig og chokolade og har tænkt på, at jeg har haft 25-års jubilæum i går. Jeg siger tak for jeres hilsener gennem blomsterne, det var smukt af jer.

Men prøv nu at lægge bevidstheden over til alle de mennesker der har det enormt svært. Det kan være, I har lige de der trøstende ord, der skal til. Det har I jo, som kan give den der livsglæde, den kærlige forståelse. Der skal bare nogle få ord, nogle tanker til, som har en stor opløftende virkning. Jeg ved, det er sådan, vi kan give det, og vi skal række vores bevidsthed længere ud end lige for os selv og en mindre gruppe men til større grupper

på kloden, som virkelig har brug for nyt håb, trøstende ord, tillid, kærlighed. Tænk på hvor mange af jer der er sorgbærere, som vender sorgen til glæde, til livsenergi. Vi kan gøre det, vi vil gerne gøre det. Vi vil gerne gå den her vej, den oplyste vej. Det er altid den rigtige vej at gå den oplyste vej, det er rigtigt til at få kærligheden til at fungere, kærlighed, tillid og forståelse. Lad os tænke på alle de mennesker vi ser i fjernsynet, der virkelig mangler hjælp. Lad os sende dem energi, nogle tanker med opløftethed og ny forståelse.

Nøgleordene er indre stilhed, glæde, kærlighed og lyksalighed, som vi bringer videre i ydmyghedens ånd. Begynd allerede nu at glæde jer over at vi kan støtte andre.

Godmorgen til jer allesammen, jeg ønsker jer en fantastisk god dag. Det var Peter L. Simonsen fra Healerskolen i Sønderjylland. Hav det rigtig godt, godmorgen.

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