

Nr. 629 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation fredag den 5. juni 2020

Nøgleord: Når vi er ved at indlære et nyt stof, så kan det være vanskeligt at indlære.

Godmorgen. En lille smule tekniske problemer med at starte i dag igen. I dag er det så fredag den 5. juni 2020, og vi skal have morgenmeditation nummer 629. Hvad skal det handle om i dag Helle Gundestrup?

Se der er mange gange, når vi er ved at indlære et nyt stof, så kan det være vanskeligt at indlære. En af årsagerne det kan være det, at man har modstand på ny indlæring, og så skal man sige til sig selv, hvor kommer mønsteret fra? Er det et mønster, jeg altid har haft? Er det et mønster, mine forældre har haft? Man skal også ind og se på, hvornår føler man sig irttesat, irttesat. Hvordan har man det med at blive sat i rette, hvis nu man synes, det man laver, det er godt nok? Hvordan kan man håndtere den side i sig selv at føle sig irttesat? Ja man kan starte med at lukke sine øjne lidt, og så se på vedkommende der irttesætter en, har vedkommende et problem, eller er det mig, der har problemet?

Vi kan altid se på, om vi har villighed til at holde os neutrale overfor et andet menneske, hvad de siger, eller springer vi direkte ned i følelserne med det samme. Det er altid spændende at iagttage. Iagttage det betyder, jo mere man kan iagttage tingene, jo mindre påvirker det en, hvad et andet menneske siger. Jamen hvis vi gerne vil lytte til nogen fremgang, så kan der være noget inde i mig, der laver modstand. På at lytte på fremgang det kan være, at modstanden ligger i angst og frygt og ligegyldighed.

Det kan være, man siger inde i sig selv, ”nu er jeg ved at tage et større ansvar i mit liv, jeg vil være ansvarlig.” Okay, så begynder man at tage større ansvar, så opdager man lige pludselig, kroppen virker, eller vrikker et eller andet sted der kommer en smerte. Jamen jeg er ved at tage ansvar, hvorfor kommer der sådan nogen smerter så? Det kan være, smerten i sig selv er den indre kommunikationsmiddel, for vores højere bevidsthed siger, ”hov der er lige noget, du skal få øje på her, der er noget, der skal forløses.” Så kan det være, man siger, ”jamen det jeg har problemer med, det er måske tillid, tillid til at ting kan forandre sig.” Se nu på om man kan være åben omkring det, man laver, eller man er lukket. Jo mere åben man er, jo større kan skaberkraften fungere. Ja det ved vi godt det her et eller andet sted, at det er sådan, men vi vil også gerne have eksempler.

Så går vi hen til det, der hedder tilbageblik igen, man kigger tilbage, inden dagen er gået, inden man skal sove, så kigger man tilbage på dagens forløb, hvordan og hvorledes man har reageret i de forskellige situationer, om det har været positivt eller negativt, og så kan man gå ind og tilgive sig selv, hvis man har reageret for hårdt, eller hvis man ikke har lyttet til et andet menneske.

Det kan være, det andet menneske bare har brug for, man lytter, og det er kun det, vedkommende ønsker. Mange gange kan vi have evnen til at skynde sig og sige, hvordan og hvorledes skal det være, men det kan være, det menneske man snakker med, kigger overfor, er selv ved at få evnen til at kommunikere, så kan vi nogle gange komme til at ødelægge det, et andet menneske er ved at lære, fordi vi vil så gerne lære fra os. Der er mange vanskelige situationer. Man kan altid se på situationerne, så træk det ind i hjertet, giv næring til det i kærlighedssituationen. Når man giver kærlighed til situationen, så kan man gå ind og blive en forløser af det, der var fastlåst tidligere. Det kan være et livsmønster, der har været der alle tider, som har udløst meget vrede, had og ligegyldighed. Okay.

Hvad skal vi meditere på i dag? Skal vi meditere på, at vi skal tage større ansvar, ansvarlighed, oprigtighed, kærlighed, det skal vi meditere på i dag. Ansvarlighed, oprigtighed og kærlighed lad os begynde at arbejde med det. Ansvarlighed, oprigtighed og kærlighed. Vi mediterer i dag på ansvarlighed, kærlighed og oprigtighed. Og

så forestille os, at vi kan anvende tilgivelsens lys, når det er svært. Man kan tilgive sig selv, og man kan tilgive andre. Læg tilgivelsen ind, så fjerner man en barriere, der kan ligge mellem to mennesker. Tilgivelsen, ansvarlighed, oprigtighed og kærlighed.

Det er så vigtigt, når man er ved at lære noget nyt, så kan man lytte til fortidens begrænsninger, det er det, der kommer ind i vores hoved, oftest hører vi noget helt andet end det, der bliver sagt. Vi lægger lys og kærlighed ind, der hvor vi tidligere var uvidende. Den her meditation kan virke, ligesom den ikke har stor dybde, men det har den alligevel, fordi det er en selvanskuelse af sig selv og andre, det er, hvordan man forholder sig til det, det man er ved at lære.

Forestil jer jeg lader lys og kærlighed gennemstrømme jeres bevidsthed. Vær åben for kærligheden, lad kærligheden sejre. Jeg overfører velsignet energi til jer og til menneskeheden. Lad nu lys og kraft og kærlighed gennemstrømme jer og videregive det til jeres trængende næste. Der er jo altid nogle mennesker, der har det sværere, end det vi har. Vi kan altid løfte, og vi kan altid inspirere. Vi kan jo altid se på, om andre mennesker er i en situation, hvor det er svært for dem. Vil vi prøve at støtte dem så, eller går vi bare udenom. Nogen gange kan det være meget hensigtsmæssigt at stoppe op, tage et større medansvar, oprigtighed og kærlighed, hvor mennesker bare ønsker støtten, være der, så har de noget at forholde sig til. Nogen mennesker kan være omgivet af mange mennesker og alligevel føle sig ensom, så betyder det at sjælskontakten skal etableres igen, sjælskontakten. Det kan være lige nøjagtig det, man skal hjælpe et andet menneske med. Okay.

Jeg vil gerne sige godmorgen til jer allesammen. Så prøv at se om I kan udvikle endnu mere taknemmelighed på, jamen jeg er ved at lære noget nyt, jeg ønsker det nye velkommen, og jeg glæder mig til, at jeg vil acceptere fremgang. Godmorgen, godmorgen.

Og mit navn det er Peter L. Simonsen, jeg siger tak, fordi I lyttede med, og vi ses igen i morgen klokken seks. Hav nu en fantastisk god dag. Det bestemmer I jo selv lidt om, hvor god den skal være, hvor god den skal være for andre.

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