

## **Nr. 776 Godmorgen til alle:**

Morgenmeditation torsdag den 29. oktober 2020

**Nøgleord: Vi mediterer på fleksibilitet og positivitet.**

Godmorgen er I friske og oplagte, dejligt at høre. I dag er det torsdag den 29. oktober 2020, og vi skal have morgenmeditation nr. 779.

Jeg var lige ved at spekulere lidt på drømme, ser på om jeg skulle tage det emne op, drømme, drømme for gennemsnitsmennesker, drømme for disciple, drømme for indviede. Tredimensionel bevidsthed fire, fem. Det er vist for stort et emne at tage med i morgenmeditationen, det kunne være spændende alligevel at kigge på de forskellige opfattelsesgrader, ligesom se fremtidens visioner og samtidig se på fortid og nutid. Mange mennesker kunne nok have brug for at vide lidt om det, men jeg må nok hellere tage det i undervisningen i stedet for, så det tror jeg, jeg gør.

I dag skal vi meditere på spontanitet og livsglæde. Når vi mediterer på spontanitet og livsglæde, så arbejder vi med vores haracenteret, vores skaberkraft og med hjerteenergien, kærlighedsenergien. Når vi nu arbejder med kærlighedsenergien og spontaniteten og livsglæden, så bliver man jo også fleksibel. Hvis nu man bliver fleksibel, så betyder det også, at leddene i kroppen bliver fleksible. Vi har noget, der hedder fodled, knæled, hoftelid, nakken, ryggen, der er mange forskellige ting, der kan bevæge sig, men hvis nu vi er fleksible og ikke alt for stolte, hvis nu man er fleksibel i sin væren, ikke stivsinnet men fleksibel, så vil vi med lethed kunne bøje anklerne. Det vil også være let at bevæge knæene. Knæene står for stivhed i tankesindet, hvor man kan være ufleksibel, og hvor det kan være svært at bøje af, så har man ofte ondt i knæene.

Hofterne hænger meget sammen med ja eller nej, skal, skal ikke. Noget af det er bevidst. Men det drejer sig om, er fleksibilitet i sin opfattelsesevne. Flexibilitet og positivitet det skal vi arbejde med i dag, flexibilitet og positivitet.

Hvis nu man lige kigger på sig selv, kan man bevare positiviteten i det, man foretager sig, eller er man stivsinnet? Der hvor man er stivsinnet, det kan være i sine overbevisninger. Stivsinthed kan også ligge i nakken. Det er lidt sjovt at tænke på, at positivitet og flexibilitet det er to frigørende energier. Så kan vi se på, hvor mange steder vi skal have to frigørende energier ind, flexibilitet og positivitet, og hvordan kan vi anvende kærlighedsenergien? Først skal vi være kærlige over for os selv ved at sige, at ”nu vil jeg prøve at være fleksibel i dag.” Flexibel det betyder også tilpasning, man kan tilpasse sig til forskellige situationer, og man kan bevare den indre glæde i sig selv. Er glæden tilstede inde i os, så er vi altid fleksible. Føler man sig såret eller andre ting eller forholder sig meget til følelserne, så bliver man ufleksibel.

Vi mediterer på flexibilitet og positivitet. Prøv at se når vi ser på de to ting her, hvad der kan komme frem i vores bevidsthed, hvor vi vil være fleksible og samtidig positiv. Lad os lige prøve at meditere lidt på det, så kommer næste dimension umiddelbart efter. Flexibilitet og positivitet. Vi kan gå til alle mulige behandlinger, men hvis tankesindet ikke fungerer, som det skal, så vil der altid være skavanker i kroppen.

Vi skal prøve at lægge en lille smule opmærksomhed op til hjertechakraet, her foran hjertets energi, og så lige være bevidst om kærligheden i sig selv, den altfavnende kærlighed og så prøve at lade flexibiliteten og positiviteten synke ind i jeres hjerter. Lad kærligheden modtage dem flexibilitet og positivitet, synke ind i jeres hjerter, ind i en indre væren, stilhed, fred og ubetinget kærlighed. Når vi lader det synke ind i hjertet, og man hviler i sig selv, så udspringer der tillid og kærlig forståelse.

Samtidig som indre iagttagelse når man ser, hvordan flexibiliteten og positiviteten synker ind i vores hjerteenergi, og der kommer kærlig forståelse og tillid ud af det, så vil man med udvidet bevidsthed samtidig kunne se, hvor

vi har været ufleksible, stivsindede, kritiske, tvivlende. Så vil man faktisk kunne se det som reaktion i sin fysiske krop, hvis man tillader sig selv at se to sider på en gang. Men vi er stadigvæk kun i en tredimensionel bevidsthed. Men tingene ville se anderledes ud i en firedimensional bevidsthed.

Vi tager udspring i det positive, positivitet og fleksibilitet, men hjertets kærlighedsenergi kan vise vores ubalancer. Det er ubalancen, der skal heales op igen, så vi kan blive sunde på alle planer. Vi kan blive til sundhedssystemet inde i sig selv, og man kan få ny bevidsthedsforståelse ved at se flere dimensioner på en gang i samspil og i uafhængighed af hinanden. Efterhånden som I bliver trænedede, så kan vi se enhedsfølelsen og det modsatte af enhedsfølelsen på en gang, enhedsforståelsen.

Jeg ved godt, denne morgenmeditation kan være lidt svær, det er den nok, men hvad gør det, ingenting. Prøv at tænke på hvis vi har længsel efter frigørelse, frigørelsen ligger i friheden, ligger i kærligheden. I kærlig forståelse er alting rigtigt. I forkert forståelse er der, hvor man forholder sig til følelseslivet istedet for sjælslivet. Vi sender lys og kærlighed ud til verden, send jeres kraftords energi ud til den verden vi lever i og til vores indre legemer samtidig, vi laver bevidst en dobbeltfunktion.

Godmorgen og tak fordi I lyttede med, prøv at arbejde med det nogle gange hvis I ønsker det.  
Jeg ønsker jer en fantastisk god dag, Mit navn er 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](mailto:mail@healerskolen-sdj.dk)