

Nr. 853 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation torsdag den 14. januar 2021

Nøgleord: Den indre iagttager.

Godmorgen. I dag er det jo torsdag den 14. januar 2021, og vi skal have Morgenmeditation nummer 853 i dag, okay.

Som I ser, har jeg en lille smule problemer med min telefon, det kan I jo se her, så der kommer ingen skærbillede på.

Se når I sådan fungerer i dagligdagen, vi er selv meget ansvarlige for, hvordan vores dag skal være. Hvorfor er vi så det? Det er fordi, vi kan selv bestemme over vores tanker, vores følelser, man kan iagttage, hvad man tænker, og man kan iagttage sine følelser både de positive følelser og de negative, vi kan være iagttager til dem. Som jeg plejer at sige, det er en god ide at tænke lige før man taler, tænk før du taler i stedet for bare at tale uden at tænke. Tænker vi før vi taler, så kan vi begynde at blive mere bevidste om vores tanker. Det er sådan set dejligt, det er da en god ide. Det er lige at køre en tankeproces i gang, inden man begynder at tale, det er man faktisk i stand til at kan gøre, afprøve tankens virkning, prøve det man er ved at tænke på. Det vil sige, det man tænker, er det positive tanker, man har, når man sidder og snakker med et andet menneske, eller er det negative tanker?

Hvis man er lav i energien, så er det oftest negative tanker, man tænker, og de tanker man tænker, de kan lædere andre, de kan skabe problemer for andre. Når det skaber problemer for andre, så bygger det en karmisk proces op, en karmisk proces. Det vil sige, på et andet tidspunkt kommer vi selv til at lide under den samme proces, som vi selv har sendt ud tidligere. Så det der er en god ide, det er at prøve og bygge venlige og kærlige tanker op hver eneste dag, venlige og kærlige tanker, prøv at være helt opmærksomme på det, byg venlige tanker ind. Venlige tanker kan også nogle gange være svære at give videre til andre, for hvis man giver venlige tanker videre, til en der er negativ, så bliver den der er negativ vred, fordi de kan ikke have positive tanker i deres liv, fordi de vil beholde deres begrænsningstanker. Det er noget mærkeligt noget, at det er sådan.

Men lægger vi ydmyghed og kærlighed ind i vores tanker, så vil det på et tidspunkt vende billedet, på den man tænker på. Så når vi skal lave nogle ting i dag, så kan vi lige så godt lægge nogle venlige tanker ind. Prøv at tænke venligt også omkring os selv, lad være med og kritisere sig selv, kritisere andre, men byg tillidstanker ind, byg omsorgstanker ind, kærlige tanker, kærlig forståelse, Man kan bygge mildhed ind, man kan bygge venlighed ind i vores tanker. Så sig, ”vores tanker kan helbrede, kærlige tanker kan helbrede.” Hvorfor så ikke bruge kærlige tanker hver dag? Ja det er det gode spørgsmål, hvorfor gør vi ikke det? Vi kan lige så godt gøre det i stedet for at gøre noget andet. Vi kan også iagttage de forskellige følelser, vi kan være fuldt bevidste på at adskille tanker og følelser.

De følelser som vi har inde i os selv, er direkte forbindelse med den fysiske krop, det har tankerne også. Så man kan forstærke begrænsningstanker og begrænsningsfølelser, dem kan man få til at vokse, ved man tænker en begrænsningstanke, så bliver problemet større, og så kan man mærke det nøjagtigt i kroppen. Så kommer der en ubalance et eller andet sted i kroppen en smerte eller lidelse, fordi vi skal have vores tanker ændret, det vil sige, sin opfattelse i vores tanker skal ændres. Vi kan godt have nogle følelser, der er meget positive, kærlighedsfølelser, de kan så blive bygget sammen med kærlighedstanker. Men det er vigtigt at vide, at man er både den, der tænker i sin tankeverden, men man kan også se på sine tanker, man kan være indre iagttager, man kan være neutral, og se på de forskellige tankeprocesser man har. Men det er vigtigt for os, at bygge de positive tanker ind i det man foretager sig. Mange bliver ved med at putte begrænsningstanker ind.

Hvis nu jeg siger, det er en god ide at komme og få en energioverførsel, så kan man højne sin energi, det kan man godt forstå i sine tanker, men man kan have nogle følelser, der spænder imod. Mange mennesker synes ikke, de fortjener et godt liv. ”Jeg fortjener jo ikke et godt liv, fordi så føler jeg mig ikke værdig og klar til et godt liv, måske om i morgen, eller om en uge eller om 14 dage kan jeg måske blive klar til at få et bedre liv. Så det vil sige, at sine følelser bestemmer over vores fremtid, og følelserne påvirker tankerne, så det man tænker, det bliver man jo.

Men det er vigtigt at være adskillende, kan se tankeprocesserne, de følelsesmæssige sider, se det fra nogle forskellige dele så man kan bygge det sammen, man kan også adskille det.

Det der er så vigtigt, det er at lægge glæde ind i vores tanker, kærlighedsfølelserne, sjælsbevidstheden. Når man bygger det ind sammen med vores tanker, så er det opløftende tanker, man har, opløftende følelser, det er kærlighedsfølelser, vi har. Det er noget, der virker, og det er noget, der giver livsglæde og livsinspiration. Så når man tænker med hjerteenergien og kærlighedsenergien, så er det opløftende tanker. Lad os nu blive meget mere bevidste om det at energien følger tankerne, og øjet styrer energien. Prøv at tænke på hvordan vi kan forandre den verden man lever i med opbyggende tankeprocesser.

Når vi kører med opbyggende tankeprocesser, så kan man have noget, der kommer til at drille en. Det er sin hukommelse, fordi meget af det man har lagret i sin hukommelse, det er sine negative overbevisninger. Så vil det sige de negative overbevisninger, en overbevisning kan styre ens tanker og forstærke vores følelser, overbevisninger, modstande. Mange mennesker har virkelig modstande på forandringer.

I går snakkede jeg om villighed, og i dag snakker jeg om modstand på forandringer, det hænger sammen, det er bare forskellige dele af os selv.

Så det er tydeligt at se, hvad et menneske består af, det kan man høre på deres tanker, man kan faktisk høre, hvad andre mennesker tænker. Hvis nu vi er bevidste om, hvad andre tænker, så vil det være, så sker der faktisk det, at masser af deres tanker det er jo energier, og mange af de energityper kender vi i forvejen. Hvis nu vi er åbne og opmærksomme på tanker og følelser, så kan vi blive bevidste om, hvad andre tænker.

Hvis nu man så mærker, at andre tænker begrænsningstanke, så kan vi gøre det, inden de får tanken sendt ud i følelserne, så kan vi bygge positive tanker ind. Så det vil sige, den der sender negative tanker ud kommer til at prelle af på os, fordi vi har bygget de positive tanker ind. Når vi er fyldt op med positive tanker, glæde og kærlighed og tillid, så betyder det, at andre menneskers negative tanker så preller det af på os, og det betyder, de tanker et andet menneske sender ind til en, som er negative, de vender tilbage til den, der har sendt det ud igen.

Det forstås sådan, at hvis man bevarer den indre ro og kærlighed og tillid og hviler i det, og den man har overfor sig sender negative tanker ud til en, og man ligger og hviler i sin indre kærlighedsnatur, så vender de tanker tilbage, til den der har sendt det ud igen, så kommer de til at lide i sine egne tankestrømninger og forstærker sit eget negative følelsesliv. Ja det er lidt spændende.

Vi kan vælge at være skaberen i vores eget liv og i andres liv. Lad os sige at vi er skaberen, vi kan skabe velstand på alle planer. Det vi være godt, at få et andet fundament inde i sig selv man kan huske tilbage på, og sige, ”ja her bygger jeg en velstandserklæring ind.” Prøv at iagttage jeres tanker, jeres følelser, forestil jer I er den indre iagttager.

Lad os meditere på vi er den indre iagttager, den indre iagttager der er fyldt op med visdom, kærlighed og tillid. Forestil jer det er jeres grundfølelse, grundbevidsthed.

Vi mediterer på i dag, at vi er den indre iagttager, **den indre iagttager er nøgleordene** i dag.

Se nogen gange der kan man jo høre et musikstykke dagen før eller tidligere på dagen, så betyder det, at sådan et stykke musikstykke kan gentage sig selv inde i os. Hvis nu det har været et musikstykke, der har virkelig opbyggende kræfter i sig, så bliver den grundenergien inde i os, som bliver ved med at kan stimulere os.

Hvis jeres opbyggende tanker bliver grundtonen inde i jer, det kan den blive, så bliver den ved med at inspirere os, til at gøre det bedste vi kan. Vi har masser af værktøjer inde i os, som kan løfte, inspirere os og løfte os og løfte andre. Jo højere kvaliteten er i sin grundbevidsthed, i sin grundopfattelse, jo mere fremgang er der i os.

Så er vi kommet dertil, hvor jeg siger godmorgen til jer, ønsker jer en fantastisk god dag. Det er en god ide, når I har hørt morgenmeditationen her, hør den igen næsten med det samme men udvid meditationssekvensen og bagefter lave en rapport på den. Send rapporterne til mig igennem jeres opfattelse, igennem jeres hjemmeopgave, så vil I kunne højne jeres bevidsthed. Når I sender opgaven til mig som tillid, så vil I modtage tillid tilbage igen, fordi kærligheden begrænser ikke, kærligheden udvider ens opfattelse.

Godmorgen, godmorgen hav en fantastisk god dag. Tak fordi I lyttede med.

Mit navn er Peter L. Simonsen fra Healerskolen i Sønderjylland. Godmorgen og tak.

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