

## **Nr. 905 Godmorgen til alle.**

Morgenmeditation søndag den 7. marts 2021

**Nøgleord: Vi mediterer i dag på medfølelse, omsorg og tillid både til sig selv og til andre.**

Godmorgen til alle og velopstået. I dag er det søndag den 7.3.2021, og vi skal have morgenmeditation nr. 905.

I går snakkede jeg lidt om parforhold, hvordan man fornyer parforhold og holder liv i sit parforhold, og bygger kærligheden ind i forholdet, det var det der med åbenhed og fortrolighed til hinanden. Det er der, hvor jeg snakker om, at når to mennesker møder hinanden og bliver til et par, så snakker man om alt muligt, der er sket i ens liv for at give den anden et indtryk af, hvem man selv er. Man er åben, man er ærlig, man er oprigtig, man snakker om alting, det er rigtig godt, og det nærer et forhold, så man bedre kan lære hinanden at kende.

Efterhånden som et forhold, hvor man er nyforelsket og kan det hele, det er bare dejligt, sikke et godt liv jeg har fået, nu sker det noget fremgang. Så går der altid et stykke tid, fra forelskelsen går over til kærligheden. Det er ikke sikker, det går over til kærligheden, det kan være, det går over til bare en vane. Hvis det går over til, at det er en vane, at man er sammen, hvor forelskelsen ikke er tilstede mere, ikke i det omfang den var før, det vil sige, forelskelse og seksualitet hvis nu det begynder at falme, så bliver det til en vane i stedet for, en tilpasningsvane, hvor man tilpasser sig hinanden, men hvor kommunikationen med fortroligheden forsvinder, så er det vigtigt at sige, at mit forhold må ikke være en vane, der skal lægges nytænkning ind konstant, vi skal nytænke sammen, vi skal lytte til hinandens budskaber, vi skal lytte til hinandens signaler.

Hvad for nogle signaler snakker du så om Peter? Signalerne på at tingene kan være kørt lidt af sporet, fordi der er kommet vanetænkning ind. Når der begynder at komme vanetænkning ind, så går de gamle mønstre i gang, de mønstre de havde tidligere i måske uafsluttede forhold til andre end sin partner. Man får hele tiden nogle budskaber, man får faktisk også budskaber fra sin højere bevidsthed.

Nogen gange i en forelskelse kan man lukke af for et budskab, som siger, at dette her forhold er ikke gangbar på sigt, der kommer du ind i for mange konflikter. Hvis man så i tide begynder at se, at de konflikter kommer ind nu, har jeg villigheden til at løse dem, inden de begynder at vokse mig over hovedet? Eller lægger jeg dem bare til side og siger, det går nok? Det er vigtigt at blive ved at bibeholde fortroligheden til hinanden, til at sige "ok, jeg er på skæv kurs nu, jeg skal noget andet, jeg er nødt til at ændre på det."

Hvis nu man siger, at man lever et liv, hvor for nogle mennesker kører det som smurt, at man har udstukket en kurs med sin sjæl, hvor der er sjælelig tilsykomst, så går det jo fremad, fordi vores sjæl løfter os op til at køre i sjælsbevidstheden. Men er man vant til at sige, at jeg ikke vil lytte til det, der hedder den sunde fornuft, jeg vil selv bestemme, så er det personlighedsopfattelsen, der bestemmer.

Så kommer de her små signaler igen, der hedder, "du skal nok ændre opfattelse, din kurs skal ændres." Men hvis man synes, man har skullet ændre kurs så mange gange, fordi ens forældre har bestemt det, så kan det være, man siger, at nu er jeg blevet trodsig, nu vil jeg selv bestemme. Det er også naturligt at komme dertil, at man selv vil bestemme, men nogen gange kan det være trodsalderen, man møder i sig selv, der er man ikke ret gammel, fordi der vil man selv bestemme. Hvis den selvbestemmelsesret er blevet for stor, og det er den, der ligger lige under overfladen, så begynder man at køre på skæv kurs. Skævkurs er det, der oprindeligt var planlagt med ens liv. Skævkurs, det vil sige, at personlighedsopfattelsen går imod sjælsopfattelsen, så begynder der at komme små signaler, der siger, hej du skal ændre lidt på din opfattelse. Så siger man, at nu går det lige så godt, jeg vil ikke ændre på min kurs, jeg vil ikke ændre på min opfattelse, jeg vil selv bestemme, sådan har vi haft mange mennesker.

Jeg kan huske, for mange år siden vi var i Indien, og der havde vi en af kursisterne med, han havde endelig fået lov til selv at begynde at bestemme, ellers havde han været underlagt konen hele tiden. Nu ville han frigøre sig fra det mønster. Så begyndte han at blive lidt uvirkelig i alting. Han havde fået tildelt et enkeltværelse, fordi han var enkeltperson, han var fejlagtig blevet puttet ind på et dobbeltværelse. Så beder jeg ham flytte ned på det andet enkeltværelse, ”nej” sagde han, ”det vil jeg ikke, for nu har jeg lige lært selv at bestemme.” Så siger jeg, ”du er jo snart 50 prøv nu lige at lytte til den sunde fornuft.” ”Men det her er også sund fornuft, at jeg selv må bestemme.” Så begynder man at gå lidt i konflikter. Dette her er et tydeligt eksempel.

Andre gange går man også i konflikter med sin indre ledelse, så begynder der at komme småproblemer. Der kommer lidt med fødderne, måske der kommer lidt med benene, ja det er også til at løse. Så kommer der lidt mere med hoftepartiet, så er problemet lidt større. Så går det ind og tager lidt i organerne, så er problemet større. Så går det ind og tager lidt mere i lungerne og hjerteområdet, jamen så er problemet større igen, og til sidst kan det fylde det hele, den kurs man kører, at der er smerter i hele kroppen, sygdom, andre ting. Så er det sørme på tide at sige, at ”jeg skal ændre min kurs, er jeg for stædig?” ”Er jeg ditten og datten, kan jeg kigge på mig selv,” eller skal man have hjælp til at kigge på sig selv?

Det er vigtigt at sige, ”jeg skal have livsglæden lukket ind igen.” Livsglæden, kærligheden og tilliden de skal ind igen og fungere, fordi det er det, universet beder om. Prøv at sige at der er problemer med lungerne og hjertet, så er det en discipelskabs sygdom, der ligger til grund for det. De forskellige stadier hænger sammen med de forskellige områder i kroppen. Det er udviklingsgrader, hvor man er ved at tage udvikling i sit indre liv, og som man har sagt ja tak til.

Jeg skal have villigheden til at være opmærksom på signalerne, jeg skal have villigheden til at forandre mit liv, så personligheden ikke bestemmer.

Man skal lægge meget mere bevidsthed over i gruppebevidstheden, gruppefusionen. Der er ligesom det, man siger, når man lukker af i parforholdene, så kommer der hemmeligheder, man lukker selv af. Så kommer mistænksomheden, vreden, hadet og ligegyldigheden, alle de der ting de kommer jalousi, de kommer alle de der sider. Men hvis man forbliver åben og kan snakke om det væsentlige, også når man går på udvikling og kan sige det væsentlige er nok det og det, tør jeg lytte til min indre vejledning? Eller vil jeg overhøre min indre stemme? Idet man overhører sin egen indre stemme, sjælens stemme eller Guds stemme, når man overhører det, har man dårlig samvittighed. Dårlig samvittighed betyder, at man kører mod den strøm, man er gearret til.

Mange siger til mig, ”jeg vil ikke lige lytte til dig, Peter, for jeg vil selv bestemme.” Så siger jeg, at ”det kunne jo godt være, at det var positivt at ændre din opfattelse, så kan det være, du får det meget bedre.” ”Jamen nu vil jeg selv bestemme.” Den er altid lidt svær at komme op imod. Så siger jeg, ”okay så bestemmer du selv, får du det bedre så?” ”Nej,” bliver det sagt, ”jeg er lige vred, jeg er lige irriteret.” ”Jamen nu bestemmer du jo selv, hjælper det så?” ”Nej” bliver der sagt. Så siger jeg, ”jo det gør så, jo nu går det rigtig godt, for nu bestemmer du selv.” Så går der lidt tid igen. ”Har du ændret nogle mønstre?” ”Nej og det vil jeg heller ikke.” Nogle siger til mig, ”jeg rykker mig ikke en meter, jeg bliver ved med at stå samme sted.” Okay så må man jo gøre det, indtil tingene bliver sværere for en. Jeg synes, det er nemmere at sige, ”lad os nu løse problemerne medens de er små.”

Småproblemer er nemmere at løse, store problemer er sværere at løse. Jeg plejer altid at sige, ”hvorfors få det bedre, når man kan blive ved med at være dårlig.” Så lad os nu leve et liv i fortrolighed med hinanden og tillid til hinanden, kærlig forståelse. Det er ikke sikkert, at vores forældre har lært det, men vi kan jo godt lære det, vi kan jo godt lære at være oprigtige, kærlige, tage hensyn til hinanden uden at skælde ud, uden at brokke sig og sige ”jeg lægger medfølelse ind, omsorg og tillid.”

Vi mediterer i dag på medfølelse, omsorg og tillid både til sig selv og til andre, det vil give en god fremdrift, medfølelse og omsorg og tillid, lad os gøre det i kærlighedsnavnet, leve sit liv der og så se hvordan problemerne bliver til små problemer og efterhånden forsvinder ud af vores bevidsthed. Gå fra selvisolation til gruppeforståelse, medfølelse og kærlighed. Det mediterer vi på, det er godt til sådan en søndag.

Man kan jo altid starte med nogle dybe vejrtrækninger, og på hver udånding der slipper man endnu en begrænsning. Man ånder livet ind og puster begrænsningen ud. Lad os forny os selv. Lad os forny den verden vi lever i, vi må holde op med at forpuste den verden, vi lever i og også sin egen krop. Når man forpester sig selv og andre, kommer der store problemer i kroppen, kræftsygdommen er den sidste udvej.

Vi mediterer på medfølelse, kærlighed og tillid, lad os leve i samarbejdets ånd, samarbejde med sin sjæl. Lad os gå fra vanetænkning til skabende intelligens.

Så er vi kommet så langt, at jeg vil ønske jer en fantastisk god dag. Tænk lidt over morgenmeditationen, skab mulighederne, lad os arbejde i gruppefusion i ren kærlighed og ren tillid, medfølelse og omsorg.

God morgen, hav en fantastisk god dag. 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](mailto:mail@healerskolen-sdj.dk)