

Nr. 1122. Godmorgen til alle.

Morgenmeditation mandag den 18. oktober 2021.

Nøgleord: Kærligheden er helbrederen.

Godmorgen i dag er det mandag den 18. okt. 2021, og vi skal have Morgenmeditation nr. 1122.

Jeg kom til at tænke lidt på, at hver dag jo er en ny dag, og man kan vælge noget nyt hver eneste dag. Se det der er godt at vælge, det er et liv i kærlighed og harmoni med sig selv og med andre. Det kan man godt have, at hver eneste dag er kærlig, harmonisk med livsglæde, kærligheden fungerer. Man kan vælge at tage afsæt herfra og sige, at ”det er det, jeg ønsker, og det er det, jeg gerne vil leve.” Kærlighed, tillid og harmoni, harmoni med mine medmennesker, det betyder jo ret og slet, at når man giver kærlighed til andre, giver lys og kærlighed og vil det bedste for andre, så arbejder man i hensigt med sin egen sjæls hensigt, man arbejder på en sammenbyggende kraft, hvor det er kærligheden, der er bestående.

Hvis nu man har levet et liv hidtil, hvor der i det hjem hvor man har været, ikke var harmoni, glæde og kærlighed. Det kan være, der ikke har været det i ens barndom, som man dybest set har ønsket sig, kærlighed, omsorg, tillid og kærlig forståelse, det er jo ikke sikkert, forældrene har været i stand til at give det til os, men det er jo ikke ensbetydende med, at vi kritiserer vores forældre for det, for de havde jo aldrig lært det.

Så skal vi jo tænke på, når vi er født ind i en familie, hvor der er et meget negativt sindbillede, kritiske tanker, angst og frygt, så har vi jo valgt den der familie, fordi vi dybest set er stærke åndelige væsner, som er kommet ind til kloden for at lære forvandlingsprocessen.

Har der nu været meget angst og frygt, man har oplevet, i den familie man har levet i, så kommer det jo til at ligge inde i os, og vi kan så let som ingenting, påtage os de mønstre vores forældre havde, kritisere, skælde ud, være vred på den og den. Det er måske fordi, man er vant til at sige, ”jeg kan ikke rigtig se tingene i mig selv, jeg må hellere lige skubbe det over på andre, så er jeg fri for at se på mig selv.” Som sagt så gjort. Så finder man en eller anden, der er dum eller vred eller en eller anden ting, så smider man sine uforløste problematikker over på vedkommende. Så er det jo den, der får skældud, og den der har problemet. Det er det i virkeligheden slet ikke, det er jo en selv, der er kommet til at leve i mønstrene måske barndoms mønstrene, eller måske et mønster der ligger i et områdes mønster.

Jeg kan huske, man sagde altid oppe på Mors, der hvor jeg kommer fra, man sagde altid, at ”der er ingenting, der kan fungere her på Mors, det er kun udenfor Mors, det kan fungere, her fungerer ingenting, her er dødt, her er der kun pensionister, der sker ingenting.” Det var sådan en overbevisning, man havde, og den havde man i mange, mange år. Så var vi så heldige på Mors, at der kom nogle mennesker udefra, som ikke var isolerede i deres tankegang. De sagde, at her var nogle dejlige byggegrunde, ”her kan vi bygge en ny fabrik, det er da billigt her, hvorfor er det så billigt? Jamen pyt nu med hvorfor det er så billigt, lad os nu købe en byggegrund.” Så byggede og så byggede de nye industriområder, hvor de arbejdede med et andet tiltag. ”Vi kan godt skabe noget her, her er der virkelig grobund for at skabe et nyt fundament, vi kan lægge livsglæde ind, og vi kan skabe vækst i det hele taget.” Så kom der flere og flere udenbys virksomheder ind og dannede et nyt industriområde. Det betød så, at de mennesker der kom til at arbejde der, de blev mere positivt ladede i sig selv, og på den måde begyndte man at ophæve mønstrene, at der ingenting skete på Mors, og at der ingenting var ved tingene end en god natur. Man ændrede fra en trist opfattelse til en positiv opfattelse. Det kan vi også gøre inde i os selv ved at se, at jeg har alle muligheder, jeg har jo livsglæden inde i mig selv, den ligger dybt inde i mig. Lad mig anvende min positive tankegang, fordi sender vi det positive ud, så kommer det positive tilbage igen. Sender man vrede og kritik ud, så vender det også tilbage til en selv. Det man sender ud vender tilbage.

Man kan jo altid se på, jeg har det og det tankesind, det er jeg så villig til at ændre på. Så begynder man at ændre på det, så stritter de gamle mønstre lidt imod, men man bliver ved med at ændre på det, fordi man vil ændre på det, så kærligheden og accepten kan være der, kærlighed og accept og kærlighed til hinanden.

I dag mediterer vi på kærlighed til vores medmennesker. Vi ønsker at se, at de kan bruge deres bedste egenskaber inde i sig selv. Det kan godt være, de selv har glemt, at de har nogle positive egenskaber, men det er jo ikke ensbetydende med, at vi behøver at glemme det, nej vi kan godt fremhæve deres positive egenskaber, og så kan vi begynde at glæde os over at se, de vokser med de evner og kvaliteter, der ligger lige til højrebænet i stedet for at opgive eller have et kritisk tankesind. Ændre det kritiske tankesind til kærlighedsfundamentet.

Vi kan altid se på hvor mønstrene kommer fra og så tænke på, at I er mønsterbrydere, vi ønsker at bryde mønsteret, vi kan se det bedste i alle. Når vi ser det bedste i alle, så bliver man mere altfavnende, man favner verden lidt mere. Men er man vant til at gå ned i angst og kritiksiden, så er man vant til at nedprioritere sine evner, det er det samme, som at man nedgør sig selv. Hvis der så er andre mennesker, der nævner lige nøjagtig den sårede følelse, så føler man sig nedgjort, men det er dybest set fordi, man er vant til at nedgøre sig selv. Det er det mønster, vi skal ændre på. Vi skal ændre mønsteret til at være opløftende og inspirerende, til at give livsglæde fra os fordi den ligger jo side om side med personlighedsopfattelsen. De er faktisk lige store, man ser bare ikke den anden positive side, hvis man går i den negative side, det er umuligt at se den side, fordi den ligger i vores blinde felt. Men som indre iagttagere der kan man se begge sider, og man kan få harmonien og livsglæden til at overtage det, man har mest angst og frygt for. Det kan opløses, og man kan kun opløse det med kærlighed, tillid og kærlig forståelse. Det kan godt lade sig gøre, og vi gør det jo hver dag, vi ændrer jo opfattelsen.

Vi går igen til meditationen, hvor vi tænker på, at der hvor vi synes, der er mest ufred hos nogle mennesker, der lægger vi den fredelige eksistens ind, vi lægger kærligheden ind, kærligheden og medfølelsen. Det betyder også, at det man sender ud vender tilbage til en selv igen, det betyder, at man giver sig selv kærlighed og medfølelse. Det kan endda være, man skal ind og tilgive sig selv, for den måde man har tænkt på tidligere.

Prøv at tænke på hvis man kigger tilbage og siger hov, hvordan var det nu lige, jeg har opdraget mine børn, har man kunnet gøre det bedre, end det man har gjort? Eller hvordan opdrager man hinandens børn, er der noget, man kunne gøre bedre, man kan altid forbedre det. Hvis man nu synes, man har gjort det for dårligt, så kan det give skyldfølelse, men hvad skal vi bruge skyldfølelsen til, den skal vi omdanne til kærlighed. At få skyldfølelse betyder, at man ikke bruger det optimale i en selv, som er kærlighed, medfølelse og tillid. Det er hele tiden det, vi skal arbejde med kærlighed, medfølelse og tillid, tillid i forandringsprocessen.

Så vi mediterer på, at vi giver kærlighed til vores medmennesker, og vi tager nogle eksempler inde i os selv, se her er det nødvendigt med en forandring, så begynder man at give kærlighed i forandringsprocessen, lad os gøre det lige nu.

Vi må huske på, at mange af de børn der kommer ind i verden i dag, er mere vise, end det vi selv var, da vi var børn, så det vil sige, de har en indre styrke. I dag øver vi os på at gå fra et kritisk tankesind til et kærligt tankesind. Hvis vi skal have et liv i samklang med vores indre liv, sjælen, så lever vi nogle af sjæleegenskaberne, som er samklang, medfølelse, kærlighed til hinanden, så oplader man sig selv indefra, og man oplader andre mennesker. Der vil komme til at ligge en udstrålingsaktivitet, som er rund og varm og kærlig og vis. Vi er jo ved at udvikle en visdomsplanet, jeg kan godt smile lidt og glædes over, hvad vi er ved at udvikle, en kærligheds- og visdomsplanet som er åndelig styret.

Åndelig styret betyder også, at man bruger viljens energi til legemliggørelsen af Guds kærlighed, en åndelig viljesenergi, og lever man i den, så er man i sindsroen og i lyksaligheden. Så vi giver kærlighed til vores medmennesker, kærlig forståelse, og vi bygger i det princip, at det man giver ud, det vender tilbage til en selv igen. Så når vi bygger kærligheden videre til vores medmennesker, så vender kærligheden tilbage til os selv igen. Vi kan begynde at leve i samklang med vores medmennesker, ikke i adskillelse, ikke i angst og frygt og kritik, men i samklang fordi man kan forstå hinanden gennem kærlighedslivet. Kærlighedslivet er opløftende, det er friheden og den sunde fornuft. Kærligheden overvinder mørket, det er lyset, og lader vi lyset strømme ind, hvor det var mørkt før, så bliver det hele lyst, vores tankesind bliver lysere, vi helbreder os selv, og vi helbreder vores medmennesker.

Vi kan sige som **nøgleord kærligheden er helbrederen.**

Så vil jeg gerne sige godmorgen til jer og ønske jer en rigtig god mandag med masser af kærlighed, tillid og kærlig forståelse. Husk nu her i efterårsferien hvor mange spændende ting vi kan gøre lige her, fordi vi er unikke, og vi kan o leve i kærligheden, kærlighed til hinanden, kærlig forståelse.

Godmorgen, hav 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