

Nr. 1202 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation tirsdag den 11. januar 2022

Nøgleord: Kærligheden er forløseren, kærligheden er Gud.

Godmorgen i dag er det tirsdag den 11. jan. 2022, og vi skal have morgenmeditation nr. 1202.

I dag vil jeg lægge en tanke ind på selvkritik, det ødelægger vores fremtid. Når vi siger, at det vi vil, kan vi ikke få til at fungere, så bremser man sin udvikling.

Jeg går væk fra selvkritik og over til noget andet.

Lad os gå over til livsglæde i stedet for, livsglæde. Hvis man tænker på, at man er livsglad hver eneste dag, og man har glæden i sig selv, når vi bekræfter, at ”jeg har glæden i mig selv,” jamen så er det jo sådan, det er.

Hvis man tænker på, man har et godt liv, og alle muligheder er til stede, så er det jo sådan, det er. Det der er vigtigt, det er at leve i sine positive egenskaber, og sige ”ja det er, jeg elsker og værdsætter andre.”

Hvis nu vi mediterer på, at vi elsker og værdsætter andre, jeg elsker mig selv, jeg synes godt om de valg, de tager, jamen så er det jo vældig positivt det hele. Så går vi ind på positivhylden og henter en masse positivitet. Så kan vi tage det igen med kritikken, manglende selvværd. Hvis man ikke tror på sig selv og tror på sine evner og kvaliteter, så kan man jo få depressionstanker, hvor man ikke dur til noget og ingenting kan. Det går jo ikke at have sådan nogle tanker. De sætter os i stå de depressive tanker, og det skaber smerter og lidelser i kroppen. Så det er vigtigt at tænke på, at man elsker sig selv, og man gør gode gerninger hver dag. Gode gerninger dem kan vi gøre hver eneste dag. Vi kan tænke positivt om andre mennesker, man kan tænke positivt om alting. Positiviteten forløser.

Når vi tror på vores sjælskvaliteter og udfører kvaliteterne, så er det det, man er. ”Jeg er de kvaliteter, fordi jeg lever de kvaliteter,” så sker der en stor forskel i ens bevidsthed. ”Jeg lever de positive kvaliteter, jeg tror ikke på begrænsningerne, jeg lever et nyt liv, hvor kærligheden er i centrum, kærligheden til hinanden.”

Vi mediterer i dag på kærligheden både til sig selv og til andre mennesker. Når vi lever i kærligheden, så lever vi i solen, alting kan tåle at blive set på, fordi kærligheden er til stede.

Hvis det er sådan, at der ligger angst, frygt og kritik, så kan man ikke tåle at se på sine egne skyggesider, men er kærligheden til stede, så kan vi tåle at se på alting, fordi så vokser kærligheden. Kun hvis man skal skjule nogle ting, så vokser angsten og frygten. Men hvis vi tror på os selv, tror på vores evner og kvaliteter og videregiver de evner og kvaliteter så vokser de. Det er ligesom om, man forvandler sig selv. Det er som en tryllestav, man har inde i sig selv, hvor man accepterer, at man er i gang med en stor fremgang, og kærligheden flyder. Når kærligheden flyder, så er oprigtigheden til stede. Oprigtigheden det modsatte af angst og frygt, men oprigtigheden og kærligheden.

Som sagt så mediterer vi på kærligheden. Kærligheden til sig selv og kærligheden til andre, lad os se det bedste i andre mennesker, lad os leve og udvikle tingene sammen med andre gennem kærlig forståelse.

Kærligheden er som frugterne på et træ, jo mere man giver det kærlighed, kærlige omstændigheder og vand, jo mere vokser træet. Næringen kan være kærligheden.

Vi mediterer i dag på kærligheden. Kærligheden til andre, kærligheden til os selv. Kærligheden forløser. Kærligheden er rummeligheden. Kærligheden er forståelsen. Kærligheden er villigheden i forandringen.

Kærligheden rummer alt, positivitet og livsglæde. Kærligheden er åbenheden, angst og frygt er lukketheden. Kærligheden lyser, kærligheden forvandler. Kærligheden er lysten, lysten til at skabe noget nyt. Kærligheden er forløseren.

Nøgleordet i dag er kærligheden er forløseren, kærligheden er Gud.

Nu vil jeg ønske jer en fantastisk god dag, fyldt op med kærlighed og tillid, kærlighed til hinanden og kærlighed til os selv. Godmorgen og 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