

Nr. 1213 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation lørdag den 22. januar 2022

Nøgleord: Mildhed, kærlighed, tillid og kærlig forståelse.

Godmorgen i dag er det lørdag, en dejlig lørdag vi skal have, lørdag den 22. januar 2022, og vi skal have morgenmeditation nr. 1213. Det går jo fremad så.

Jeg kom til at tænke lidt på, at nogle gange har vi brug for at arbejde med en indre styrke inde i os, en styrke der er fyldt op med kærlighed og tillid. Det der er vigtigt at tænke på, det er, hvis man f.eks. er en kvinde, så har vi en mandlig modpol inde i os selv, der hedder den maskuline kraft. Den maskuline kraft kan man lære at anvende, det er styrken i os selv. Vi kan lære at bruge den til at gå fremad i livet, så man tør stole på sig selv, fordi vi har både en maskulin og en feminin side. Den feminine side er den indfølelse side. Det er indfølelsen og medfølelsen der ligger i den feminine side. I den maskuline side der ligger styrken og udholdenheden. Man bestemmer sig til, at man har et mål i sin feminine side for ligesom at lukke op for medfølelsen, tilliden og kærligheden. Så kan man godt nogle gange, føle sig sårbar i de situationer man er inde i. Det kan være, modpolen i ens barndom har været for meget maskulin, det vil sige for meget styrende, for meget kontrollerende.

Men vi skal jo tænke på, når vi kigger tilbage i vores liv og ser på, hvordan og hvorledes vi har opdraget vores børn, har det været en heldig måde vi har gjort det på, eller hvordan har vi gjort det? Vi kan også se på os selv, hvordan er vi blevet opdraget. Vi skal huske, at vores forældre opdrager for det meste, med de bedste egenskaber de har. Men mange gange kan de ting en forælder har afspejles i barnet, fordi en forælder kan komme til at skælde ud på de ting, de ikke selv magter, og så kan de give skylden til børnene, og så give dem en undertone hvor de ikke vil snakke eller noget. Så får barnet skyldfølelse, børnene tror, der er noget i vejen med dem.

Alle sådanne ting kan ligge og spænde ben i vores udvikling, men alligevel er det udvikling, for det vi skal tænke på er, at vi er jo ikke vores sårede følelser. De sårede følelser er der som et redskab til at forvandle sig til kærlighedsfølelser. Kærligheden er jo inde i os, den kærlige, den milde, den venlige og imødekommende.

Vi skal meditere på, at vi har en mild side inde i os. Vi kan være milde, vi kan have medfølelse, og vi kan være overbærende. Vi kan være mild og venlig i vores udtryksform, og i den måde man modtager ny viden på. Hvis man er mild og venlig overfor alle mennesker, er det ikke det samme, som at man er gået i stykker, det betyder bare, at man kan beherske sin angst og frygt inde i os selv. Fordi i angst og frygt er det, at man skælder ud og lukker af, forsvinder, men i mildheden og kærligheden der ligger venligheden og imødekommenheden.

Vi mediterer i dag på mildhed, kærlighed og imødekommenhed. Vi kigger på sjælens hensigt og ser, om vi kan få øje på den, sjælens hensigt. Tænk på at der er læringsprocesser, i alt det vi foretager os.

Mildhed, kærlighed, tillid, kærlig forståelse er også nøgleordene i dag.

Vi mediterer på mildhed, kærlighed, tillid og kærlig forståelse. Prøv at have bevidstheden en lille smule foran hjertechakraet og samtidig have en bevidsthed her også. Hvordan føles det at være her foran hjertechakraet, hvordan er energien her?

Prøv at forestille jer at jeres hjertekvalitet kan modtage jer igennem mildhed, tillid, kærlighed og kærlig forståelse. Prøv at synke ind med den bevidsthed i jeres hjerte og give det accept.

Mildhed, tillid, kærlighed, kærlig forståelse lad det ligesom være inde i hjertet med den energi og bevidsthed der er i det, giv det accept og lad hjerteenergien modtage jer til en helliggørelse af jeres tankeenergi, gå ind i en dybere værens tilstand, lad hårdheden forlade jer og lad kærligheden og tilliden vokse.

Så skal vi glæde os til, at vi får en god weekend her på skolen i dag og i morgen. Godmorgen til alle jeg ønsker jer 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