

## **Nr. 84 Morgenmeditation.**

**Lørdag den 8. december 2018**

**Nøgleord: Jeg lader kærlighedslyset strømme ud igennem min kommunikation.**

Godmorgen Lisbeth. Irene. Godmorgen til alle. Godmorgen til alle her. Alle dem der er på høj lige nu. Godmorgen til alle. I dag er det lørdag den 8. december 2018, og det er morgenmeditation nummer 84, vi skal have i dag.

Jeg sad lige og filosoferede på min vejrtrækning, og så tænkte jeg på, hvor meget styrke der er i en vejrtrækning. Det er helt utroligt. Når man nu sidder der og ånder livet ind og ånder ud igen. Så tænkte jeg på, kan vi gøre det lidt mere bevidst, end vi plejer at gøre. Det kan vi selvfølgelig godt. Det kom jeg til at tænke på, og det vil jeg sådan set vise jer en lille øvelse i, hvordan man gør.

Så er det, man siger, "Du kan ikke lære mig at trække vejret, det er noget jeg gør per automatik". Nej men jeg kan putte et par indskydelser ind. Hvis nu vi siger, vi bestemmer os til, vi ved godt, at når vi omer syv gange, så er det et åndeligt åndedrag. Det er mærkeligt, at syv indåndinger og udåndinger er en åndelig vejrtrækning.

Okay, hvis nu vi forestiller os, at vi bevidst skal tage syv dybe ind og udåndinger lige om et øjeblik, og vi så gør det, inden vi ånder ind, så siger vi, "Jeg er vilje og magt. Jeg er vilje og magt", så ånder vi ind.

Idet vi har indåndingen her, og vi ikke puster ud endnu, så forestiller vi os en gylden/orange farve, og der bruger vi så vores viljesenergi til at sende ud igennem vores strubecenter på bagsiden af halschakraet. Så tager vi en dyb indånding igen, idet vi indånder, siger vi "Jeg er vilje og magt. Jeg er vilje og magt".

Vi visualiserer en gylden/orange farve, som vi lader strømme ud igennem halschakraet på bagsiden af nakken. Nu skal vi ånde ind igen, vi siger igen, "Jeg er vilje, magt. Jeg er vilje, magt". Vi får et mellemstadie, inden vi ånder ud igen. Vi siger inde i os selv "Jeg lader kærlighedslyset strømme ud igennem min kommunikation, og så ånder vi samtidig med den gyldne/orange farve ud.

"Jeg er vilje, magt". Vi suger ind igen. Vi har et mellemstadie her, der visualiserer vi den gyldne, orange farve, og idet vi ånder den ud, så ser vi, at den kommer ud på bagsiden af nakken, og så siger vi, "Jeg lader kærlighedslyset gennemstrømme min bevidsthed".

Vi tager igen en dyb vejrtrækning, og inden vi tager den, siger vi, "Jeg er vilje og magt". Så får vi det her mellemstadie her, hvor vi visualiserer den gyldne/orange farve, som strømmer ud gennem halschakraet, på bagsiden af nakken, og samtidig med siger vi, "Jeg lader lys og kærlighed gennemstrømme min udtryksform. Jeg lader kærlighed, lys og visdom gennemstrømme min udtryksform". Så ånder man ud igen.

Nå, det lyder lidt besværlig det her, men det er det sådan set ikke, når man har øvet sig lidt.

Indånding, "Jeg er vilje, magt". Mellemstadiet gylden, orange, gul farve, som vi lader strømme igennem halschakraet på bagsiden. Så siger vi, "Lad lys og kærlighed gennemstrømme min udtryksform". Ånd ud. Så laver vi nogle bevidste vejrtrækninger. Dem laver I et stykke tid. Hvis I oplever, I bliver svimmel, så træk vejret ganske normalt. Ganske normalt. Vær bevidst om I har vilje, kraft i jer, og vi har kærlighedslyset og livsenergien i vores udtryksform, som andre kan få næring igennem.

Jeg lader lys, kærlighed sammen med den gyldne/rosa farve, den bruger vi på udånding, og vi er bevidst om, at det strømmer ud gennem vores halschakra på bagsiden af nakken. På indånding er vilje, magt, mellemstadie visualiserer vi den gyldne rosa farve og siger "Lad lys og kærlighed gennemstrømme min udtryksform".

Det betyder, I sidder og laver en opladning inde i jer selv. Når I sidder og laver det, vi har jo lavet det minimum 7 gange, så slipper vi det bare lidt.

Vi går hen igen og arbejder lidt med det, vi arbejdede med i går, hvor vi er iagttagere. Vi tænker på, ”Jeg er den, der iagttagere mit følelsesliv, mit tankeliv og min fysiske bevidsthed”. Jeg iagttagere. Idet I iagttagere tingene, så iagttagere I med sjælsbevidstheden. Det er meningen, at vores iagttagere skal have stor styrke og stor visdom.

Vi lader kærlighedslyset gennemstrømme vores halschakra, hele vores bevidsthed på udånding, og vi opøver viljesenergien i os selv til, at vi kan udtrykke den guddommelige hensigt.

Vi skal tænke på, vi arbejder på at blive et forbillede for andre forbilleder, hvor andre kan hvile sig op imod. De ved, vi har overbærenheds lys i vores hjerter. vi har udholdenheden, vi har viljen, vi har kærligheden. Tænk på når kærlighed og lys er vores udtryksform, og efterhånden bliver vores grundenergi kærlighed og lys, tillid. Det bliver grundenergien, grundbevidstheden. Hvis nu vi laver sådan en meditatív proces her, så kan vi være bevidste om, at vi er iagttagere til vores eget liv, men der er også noget, der iagttagere os, hvordan vi udfylder, udbygger processen. Det gør bl.a. vores indre vejleder.

Vores indre vejleder er ikke følelsesmæssigt styret, for det er sjælen. Den er fri for alle begrænsninger, men den rummer ubetinget kærlighed, accept, tolerance, medfølelse, tillid, abstraktionstænkning, healerkræfterne. Vi skal huske, det er sjæle, der healer, det er sjæle, der helbreder. Helbredelsen kommer altid indefra. Det vil sige, den modstand der kan ligge i formnaturen, eller følelsesnaturen i vores tanker eller i vores fysiske krop. Den modstand som er der, på forvandling i fysiske smerter, følelsesmæssig ustabilitet, men vi kan mærke, vi er ved at blive stærkere.

Vi har lyset, kærligheden, viljesenergien inde i os, og det er ved at blive vores udtryksform. Jeg glæder mig rigtig meget til at se jeres forvandling. I er alle sammen godt i gang, og det har I været længe.

Jeg overfører lys og kærlighed til jer alle. Jeg ved, I rummer så meget kærlighed, så meget visdom. Vi ved også, vi er sårbare i opbyggelsesprocessen, men der lægger vi tillid ind og siger, ”Der er noget, der beskytter os, og der er noget, der hjælper os”. Min kærlighed til jer vil altid støtte og altid hjælpe jer. Kærlighed kan også være en fast hensigt i at gå videre i sit liv på det sted, man står til et nyt sted.

Hvis I kigger lige her i det område her midt i panden, så sender jeg lys og kærlighed ud igennem det til jer alle sammen. Lys, kærlighed, tillid.

Tænk på I er ved at blive den skabende intelligens. I er ved at blive den skabende intelligens. Det er det, vi lægger energi på, det er det, der kommer til udfoldelse.

Jeg Peter L. Simonsen, jeg er den magiske himmelåbner, der ser den guddommelige manifestation på vores klode og på andre kloder.

Jeg giver lys, kærlighed og tillid, og jeg vil være hos jer alle tider. Støtte jer indefra, hjælpe jer til at blive meget stabiliseret i jer selv. Det er en grundbevidsthed med kærlighed, lys og tillid, med viljen til at realisere det i.

Jeg overfører energi til alle på Healerskolen, alle deres venner og bekendte. Jeg overfører lys og kærlighed til verden, til de forskellige brændpunkter på kloden, der har brug for lys, kærlighed, nytænkning, forståelse og tillid.

Jeg lader også energi strømme direkte til Lene. Til Lilian. Til Lilly. Til Lydia. Til Lisbeth. Til Jesper. Tina. De tre Tina. Til Berit x 2. Berit. Claus. Dan og Helle. Leon og Lica. Til Licas flotte arbejde. Inga og Jan. Horst og Mette. Johanne. Anette P. Anette B. Karina. Susanne. Helle og Dan. Yvonna og Poul Erik. Gurli og Carsten. Ida. Rigmor.

Rigmor nu er det snart et år siden, vi så dig sidst. Den 28. her har vi en nytårsmeditation, der er I alle velkomne også dig Rigmor.

Jeg giver lys og kærlighed til alle. Til Rita. Irene. Bente. Gurli og Carsten, tror nok jeg har nævnt dem en gang. Til mange, mange flere.

Husk I kører på en opfyldelse, en hævnning af bevidstheden, en udvidelse af jeres rækkevidde. Jeg arbejder på den oplyste vej.

Til Marlene. Dan og Helle. Yvonne og Christian. Lotte, gode.

Det var så vores morgenmeditation her i dag. Også til Michael og Camilla. Vores morgenmeditation her i dag den 8. december 2018 udført af Healerskolen i Sønderjylland. Det var vores morgenmeditation nummer 84.

Godmorgen og en velsignet god dag.