

Nr. 416 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation tirsdag den 5. november 2019

Nøgleord: Vi skal meditere på en meget positiv fremtid, nutid og fremtid.

Godmorgen, i dag er det tirsdag den 5. november 2019, og vi skal have morgenmeditation nr. 416, og hvad skal 416 så indeholde? Det er det gode spørgsmål, har I et gæt på det? Jeg har ikke endnu, men det får jeg lige om et øjeblik, jeg skal bare sige noget mere.

Jeg kom lige til at tænke en lille smule på det indre barn, vi har inde i os selv. Har vi lært at kommunikere med vores indre barn? Vi ved jo, at vores indre barn har mange forskellige væremåder, og de væremåder har vi stadigvæk også som voksne. Vi kan mange gange se på, er vi glade og afstemte, så er det indre barn også glad og afstemt. Er vi kede af det eller frustreret, eller hvad er vi, det er det indre barn så også. Føler vi ensomhed, mangler vi tillid, er vi frustreret og de her ting, så er vi det også som voksne. Lad os nu kigge på det indre sårede barn vi har inde i os selv. Hvis det er det indre sårede barn, vi tager, så prøv at tænke på at det barn lever inde i os, det er en del af vores fortid. Vi har før snakket om, hvor det indre barn fik trøst henne, eller fik det ikke trøst, eller kom det til at gå alene med sig selv. Hvis nu det har gået alene med sig selv og ikke har kunnet finde trøst og kærlighed, så vil der komme en ensomhedsfølelse frem. Hvis nu forældrene også har følt sig ensomme, så vil man overføre det automatisk til barnet. Men så er det vigtigt at tænke på, er det mit eget indre barns liv, jeg lever nu som voksen, eller er det mine forældres, jeg lever? Det er altid nemmere at give slip på, hvis det er forældrenes mønster, man lever, Vi skal se på hvilken påvirkningsgrad, har det været som barn indeni os. Hvor mange gange er det forældrenes forældre, altså vores bedsteforældres mønster vi lever. Hvis nu vi kigger på, hvordan det var at leve for mange, mange mange år siden, måske helt tilbage til 1850, se på hvordan det var at være barn der. Det var ikke lige nemt dengang, for da skulle man virkelig kæmpe for at overleve. I dag skal vi ikke kæmpe så meget for at overleve, der får vi jo tingene faktisk foræret mere eller mindre, der er jo ingen, der skal sulte her i Danmark.

Det er jo altid godt at tænke på, hvad for noget legetøj man havde som barn, hvis man havde legetøj i det hele taget. Prøv at se glæden i det indre barn. Hvornår fik det indre barn glæde, hvad kunne glæde barnet inde i os? Jeg kan huske, jeg havde en lille tøjbamse, min mormor havde strikket til mig, den var jeg rigtig glad ved, og så fik jeg en lille bil også, som var lavet af træ, den var også hjemmelavet, den blev malet rød, og der var gule hjul på, og den var helt firkantet. For og bagende var ens, men den var god at køre med ude i sanddyngen. Så lavede vi nye veje, jeg lavede alting derude i sandet, og jeg kunne bruge min forestillingsevne. Så når man ikke havde andet end de her ting, så regnede man med, at det var alt, man kunne få, så skulle man jo glæde sig over, hvad man havde. Det kunne man jo også. Kunne man så få lov at sidde og lege i sandet, der hvor solen skinnede, så var det ekstra godt. Men det var ikke så godt, hvis katten havde været forbi først, så var der jo noget, man skulle have flyttet. Nå men der var jo mange ting, det der er vigtigt, det er ligesom at sige, hvordan fik vi glæden ind, hvis nu barnet inde i os fik alt for lidt glæde og tillid.

I går der arbejdede vi som tillidsskabere, lad os nu sige at vi er tillidsskabere til det indre barn, vi har inde i os selv, spørger barnet hvad det ønsker allermost. Hvis nu det er i 4 til 5 årsalderen måske længere ned endnu, eller helt op til 8 til 9 år prøv at spørge hvad barnet ønsker sig allermost. Mange børn har virkelig brug for kærlighed, kærlighed, tillid og forståelse. Nogen mennesker vil sige, at jeg kan slet ikke få fat i den alder mere, det er så lang tid siden. Det betyder, at det er alt for lang tid siden, de har prøvet at kontakte det. Det kan være, I kan prøve at finde nogle billeder frem af jer selv i barndommen, måske kigge lidt på billederne og se om I kan huske omgivelserne, hvor I var, stemningerne. Måske tog I del i jeres forældres bekymringer alt, alt for tidligt. Hvis nu I havde en beskyttertrang inde i jer som barn, og I kunne se, at forældrene havde det skidt, og I prøvede alligevel at beskytte forældrene og nogle gange, så synes I det hjalp, og nogen gange så var I magtesløse, fordi opgaven var for stor. Så hvis nu man ikke var magtesløs, og man siger, nu er der nogen ting, der løses, der blev

løst som barn, så får man et forøget selvværd. Hvis nu det kniber at løse de store opgaver, så kan der komme en følelse af mindreværd. Men hvis nu opgaven var alt for stor, så var der jo ingen grund til mindreværd fordi, som barn skal vi jo ikke løse forældrenes problemer. Vi skal bare være børn, og vi skal have lov at lege og prøve kræfter med dem, der er ligestillet. Det kan være, I kan huske nogle fødselsdage, I har haft, stemninger i dem hvordan var det nu, det var. Fik I nu lige de gaver, I ønskede jer, eller fik I praktiske gaver. Man mærkede altid efter, om det var en blød gave eller en hård gave. Men fik vi nu kærligheden, fik vi forældrenes positive blikke, og var vores forældre positive over for os. Det har de nok været i stor udstrækning.

Det sker jo mange gange som barn, at forældrene flytter opmærksomheden fra os. Det kan mærkes som et tab, men hvis nu de havde travlt med, at de skulle arbejde også. Da jeg var barn, blev jeg overladt til mig selv i stor udstrækning, fordi begge mine forældre arbejdede. Der var altid nogen, der kiggede lidt til os en gang imellem, det kan være, det var naboen, der kom ind nogle gange i løbet af aftenen, hvis de ikke var hjemme, men ellers fik jeg meget tidligt ansvar for at passe min lillebror, i 5 årsalderen skulle jeg passe ham, da var jeg stor nok. Hvordan var det så? Og hvordan var jeres liv?

Hvis nu man var stor nok som barn, så skulle man jo også kunne gå igennem problemerne, man blev faktisk trænet i at kunne gå igennem, men derfor kan man godt mærke omsorgssvigt. Der er mange ting, man kan opleve, men det skal vi ikke laste forældrene for, de var jo i gang med at skaffe mad på bordet skulle betale husleje og andre ting, som vi ingenting kendte til som børn.

Lad os nu glæde os over det liv vi fik, lad os glæde os hver dag og så sige, ”vi havde da alligevel muligheden for at komme til verden. Jeg kan huske, da jeg var barn, der fokuserede jeg altid på lysudtryk, lyset omkring huset, omkring bygningerne, omkring mennesker, jeg så altid noget, som jeg ved senere var deres aurafelt, så lysudstrålingen når der kom nye mennesker ind. Jeg synes det var interessant, det var en spændende verden, synes jeg, man levede i, og jeg kunne høre, når folk talte, så talte de med to stemmer. Jeg kunne høre deres tanker og jeg kunne høre deres stemmer, de var ikke ens, det forvirrede mig meget i min barndom. Folk siger en ting og tænker noget andet oftest modsætninger, og det kan skabe forvirring, og det kan skabe afmagt i det lille barn. Men senere hen så blev det til et gode, at man har haft sådan en mulighed.

Vi skal meditere på en meget positiv fremtid, nutid og fremtid, lad os meditere på det, en positiv nutid og en positiv fremtid, og samtidig giver man næring til sig selv. Så kan vi sige, vi er heldige hver eneste dag, vi kan helliggøre det indre liv. Jeg kommer til at tænke på tillidsskaber, den er jo inde i os, det er sjælen. Når vi mediterer på Gud, så er Gud inde i os. Gud er det indre liv inde i os, så vi er alle forbundne i den inderste kerne. Vi skal til at rette bevidstheden indad ind mod vores højere selv og så lade barnet være badet i det højere selvs lys, kærlighed og tillid, forståelse. Det er den måde, man bliver helstøbt på på alle plan. Stå badet i lys fra jeres højere selv og jeres guddommelighed som er inde i jer. Lad lyset strømme ud til alle dele inde i jer i alle tidsaldre, i alle jeres aldre og så se hvordan I bliver fornyet og får en ny forståelse. Lad kærligheden gennemstrømme jer.

Nu er der mange niveauer i de her ting. I kan tage dele ud af det. Jeg vil ønske jer en fantastisk god dag, og så vil jeg glæde mig over jeres fremtid, nutid og fremtid.

Godmorgen til jer alle sammen, mit navn det 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