

Nr. 563 Godmorgen til alle.

Morgenmeditation tirsdag den 31. marts 2020

Nøgleord: Mediter på kærlighed, medfølelse, kærlig forståelse og tillid.

Godmorgen og velopstået. Tak for hilsen Bente det var smukt, tak. I dag er det tirsdag den 31. marts 2020, nummer 563. Har I tænkt på, tænk på nu er der gået snart et kvartal her i år, en fjerdedel af året, det er godt nok hurtigt tiden går. Det var en lille smule frost her i dag til morgen, ja frost. Det er dejligt, så kommer der nok dejligt solskinsvejr, solskinsdag i dag håber jeg. Okay. Nå, hvad skal dagen handle om. Det ser ud til, det går lidt fremad med Coronakrisen, det er kun dejligt.

Men vi kan fjerne en hel masse ting inde i os selv, hvor smitten kan ligge på. Vi ved jo, at angst og frygt er indgangsport til en sygdom. Vi ved også, at når man er kritisk, man udsender kritik, så skader det helt utroligt meget. Kritik er en giftsygdom, den ødelægger de mennesker, den bliver sendt imod, og til sidst ødelægger man sig selv. Så kritik skal vi af med, så vi skal til at starte med og holde op med at kritisere hinanden, uanset hvad motivet er. Vi skal lægge medfølelse ind i stedet for, medfølelse, kærlighed og tillid. Prøv at lægge mærke til hvor mange I kritiserer, og mærk hvad kritikken gør ved jer selv. Når kritikken er tilstede, så fjerner man livslysten, livsglæden, kærligheden og tilliden. Kritik er en ondartet gift, som ligger her, som nedbryder alle legemer. Så er man modtagelig for smitte og andre sygdomme, fordi man har selv skabt problemet i sit eget legeme og i andres legemer, så det skal vi lige huske på, at det her det skal vi ændre, det skal vi ændre på, kritik, irritation, vrede, det skal vi af med. Jeg ved ikke, om der er nogen der helt kan sige sig fri for at kritisere.

Hvis nogle mennesker er fyldt fuldstændig op med afmagt, vrede, frustration, og de kommer med kritisk tale, så slår det som en bombe ind i legemerne, på de mennesker det bliver rettet imod, og det er meget uheldigt, så det er vigtigt at fjerne kritik i sin tænkning. Kritik er en giftsygdom. Den er ligeså farlig som virussen her, hvis den ikke er mere farlig, så få, lad os få lagt noget livsglæde ind, tillid og medfølelse. Hvis nu I kigger lidt omkring jer, og så tænker på, hvor meget kritiserer jeg selv, kritiserer jeg, fordi jeg er uvidende, eller er der en begrundelse til kritikken?

Vi ved jo kritik er meget smitsom, utrolig smitsom, det er angst og frygt også, og det nedsætter legemerne, de går i stagnation, og det gør det, at tingene ikke kan fungere længere, livsglæden er ikke tilstede. Der er ingen respons fra sjælen af, den indre tænding er ikke tilstede, så frygt og angst eliminerer det hele, livsglæden bliver tappet med kritik, så lad os komme af med den allerførst. Okay.

Vi mediterer i dag her på medfølelse, tillid, kærlig forståelse. Lad os meditere på medfølelse, kærlighed, tillid og forståelse lad os gøre det. Lad os lægge bevidstheden ind omkring hjertet og så ønske vi har kærlighedsenergien med i det, vi foretager os. Kærlighed, tillid, medfølelse og forståelse, det er det, vi bygger på her i dag. Kærlighed, tillid, medfølelse og forståelse.

Det betyder også, at når vi bygger det ind i vores legemer, så får vi nogle legemer, der er lidt svingende på alle mulige måder, de er blevet fleksible, og vi er blevet fleksible i vores tankemønstre, følelsesliv, fleksible. Er man fleksibel, så er det ikke enten eller, så er der både og.

Meditér på kærlighed, medfølelse, kærlig forståelse og tillid. Forestil jer, når vi mediterer på det, så er det ligesom en ny dag, det er ligesom, det er morgengry inde i en selv.

Vi ved, der kan komme enorm glæde igennem vores legemer i løbet af dagen. Vi er som små sole, der lyser med kærlighed, tillid og forståelse, det er det, vi mediterer på, og det er det, vi gør. Mediter på kærlighed, tillid,

medfølelse og forståelse, og vi har bevidstheden omkring hjertet, og vi kan samtidig synke dybere ind i hjertet. Forestil jer I bygger hjertet op med kærlighed, tillid, medfølelse og forståelse, så bliver det et sundt hjerte, sund energi og en sund forståelse, og man begynder at blive immun overfor sygdomme.

Det er ligesom en ny dag i morgengry, og det kan vi se her i horisonten også, at solen er ved at stå op. Så lad solen skinne inde i os og nedbryde alle giftstoffer, så som kritik, irritation og frygt, lad os nedbryde det med kærlighed. Lad os bygge sunde legemer op og sund forståelse.

Uha, hvad var det, jeg kom til at lave her, uha hvad var det?

Vi lader lys og kærlighed gennemstrømme vores legemer. Vi lader lys og kærlighed gennemstrømme vores legemer. Prøv at se hvordan I bygger jeres legemer op, hjertet, kroppen, immunforsvaret, byg det op med kærlighed, tillid og forståelse, medfølelse, byg med det. Lad kærlighed gennemstrømme jeres bevidsthed.

Forestil jer I flyver på kærlighedens vinger, sjælens vinger, og flyv ud til hele verden, giv det bedste I har i jer til jeres medmennesker, giv det bedste I har i jer. Jo mere I giver, jo mere får I. Mens I arbejder med det, så overfører jeg lys og kærlighed og visdom til jer. Kærlighed og lys og visdom. Lad lys og kærlighed, tillid gennemstrømme vores legemer. Og vi rejser fra kærlighedens vinger ud over, omkring kloden, giv lys og kærlighed alle de steder hvor vi kommer hen. Måske opdager I, at der er mange, der råber på hjælp, og vi er i stand til at give den hjælp, der skal til.

Kærlighed fornyer, kærlighed løfter, kærlighed er en guddommelig væren, bliv i kærligheden. Forestil jer vi lever i den altfavnende kærlighed hver eneste dag, og vi er små celler i Guds liv, vi er gnisten i sjælen, vi tror på evigheden, og vi tror på det guddommelige. Læg tro og tillid ind i os, vi er tillidsskaberer og kærlighedsbebuderer. Jo mere kærlighed og tillid vi har, jo større medfølelse er der også.

Jeg vil gerne sige godmorgen til jer allesammen, og ønske jer en fantastisk god dag, til en solskinsdag i dag, det bliver en dejlig dag. Godt nok, fortsat god dag til jer allesammen.

Og det var Peter L. Simonsen fra Healerskolen i Sønderjylland. Godmorgen, godmorgen.

>Huset i Centrum< Healerskolen i Sønderjylland Peter L. Simonsen tlf. 2365 9701 & 2985 1763 mail@healerskolen-sdj.dk