

130920 131020 Jezelf bevrijden van angst

Marko Pogačnik & het Levensnet

Er zijn veel verschillende soorten angst, maar de gevaarlijkste is tegenwoordig de angst voor de ware realiteit. Miljarden mensen zitten vastgeklonken aan de angst voor die dimensies van de realiteit die niet door het rationele denken gecontroleerd kunnen worden. Zo komt het, dat bepaalde dimensies en wezens, die de mensheid en de aarde in de komende turbulenties kunnen helpen, ons niet op de goede manier naderbij kunnen komen om ons te ondersteunen.

Ik denk hierbij zowel aan de persoonlijke alsook aan de collectieve angst, die als code in onze matrix is ingestanst. Het is niet zinvol meer dat we ons daarmee nog langer bezighouden. Het doel van deze maandmeditatie is wegen te vinden om ons van de basale angst en van onze eigen onzekerheid te bevrijden. Verder zou ze impulsen moeten geven die ook anderen raken. De voorgestelde meditatie opent verschillende wegen om ons allemaal te bemoedigen die voortgang te ontwikkelen die nu het beste bij ons past.

*** De eerste oefening om ons van de angst los te koppelen berust op samenwerking met het wezen van het waterelement.**

- 1 Stel je voor, je zit aan de oever van een oceaan, een rivier of een meer en je nodigt een golf water uit naderbij te komen en door je lichaam de ruimte achter je rug te bereiken. Deze fase is met je inademing te synchroniseren.
- 2 Verzamel nu een grote hoeveelheid water achter je rug. Zorg ervoor dat het water in de hele ruimte achter je rug, van je stuitbeen tot boven je hoofd, aanwezig is. Deze fase markeert de pauze tussen de in- en uitademing.
- 3 Nu volgt de uitademing. Het water druppelt door je lichaam naar voren en spoelt daarbij de grauwe substantie van de angst uit je cellen. Volg en ondersteun het proces van de transformatie oplettend. Het is een geschenk van de liefdevolle wezens van het universum van het water. Probeer zo langzaam als mogelijk is uit te ademen, zodat alle cellen door het transformatieproces geraakt worden.
- 4 In de nu volgende pauze tussen de uit- en inademing, stel je je voor dat je de kracht van het reinigende water deelt met je omgeving, en de zich daarin bevindende wezens, doordat er stralen water van jouw lichaam uitgaan.
- 5 Herhaal deze oefening enkele keren en volg daarbij het langzame ritme van je ademhaling.

*** De andere mogelijkheid houdt in dat je samenwerkt met de machtige elementaire wezens van de Aarde en het Universum, die de levenswil belichamen.**

- 1 Stel je voor hoe de windvlaag van de engelen, die het leven in het hele Universum ondersteunt, van voor naar achteren door je lichaam waait.
- 2 Haar levenbevattende kracht duwt je diep terug in het gebied van je causale lichaam achter je rug om je te doordringen met het vertrouwen, dat je goddelijk erfdeel is.
- 3 Neem tegelijkertijd voor je een violet punt waar (een microportaal van transformatie) dat de angstgegevens, die in je fijnstoffelijk lichaam zijn ingestanst, opzuigt.
- 4 Wees je, terwijl je jezelf in deze tegengestelde bewegingen bevindt, bewust van het archetype van de perfecte mens, dat zich verder voor je aan de andere kant van het violette portaal bevindt. Het is het archetype waarnaar wij ons ontwikkelen en dat wij proberen te belichamen.

* **De derde optie**

- 1 Angst is in werkelijkheid een verwrongen vorm van de energie van de levenswil. De verstoring leidt ertoe dat mensen angst hebben voor de volle potentie van de levenskracht.
- 2 Stel jezelf aan het ondereinde van je lijf een kleine maar zeer geconcentreerde rode bol voor die bestaat uit de oerkrachten van het leven. Boven je hoofd bevindt zich de blauwe bol van de spirituele bestaanswens en van de co-creatie-wens van het universele levensorganisme.
- 3 Beide sferen zijn door een dubbele helix van een rode en een blauwe stroom met elkaar verbonden. Door het centrum van deze werveling loopt een gouden snoer dat beide sferen verbindt.
- 4 Het snoer vibreert. De vibratie slingert de angstinformatie uit je die op hetzelfde moment door violette transformatiesterren, die zich overal om jou heen bevinden, opgezogen wordt.