

## **150120 150220 Op weg naar integraal menselijk bewustzijn**

Mensen die zich strikt tot het bereik van het rationele bewustzijn inperken zijn de fundamentele bedreiging voor het leven op Aarde. Het rationele bewustzijn moet weer in de holistische bewustzijnssfeer geïntegreerd worden – de alomvattende noösfeer.

De meditatie heeft twee delen. Het doel van het eerste deel is een impuls te geven ter bevrijding van de menselijke cultuur van het zelfinperkende net van gefragmenteerd hoofdgecentreerd bewustzijn.

Het tweede deel moet het integrale bewustzijn dat gelijkmatig over het gehele lichaam verdeeld is weer herstellen.

### **\* Bevrijden van het zelfinperkende net**

- Stel je voor dat je in een nauwe stekelige doornenkroon staat.
- Hef de doornenkroon langzaam van de grond langs je lichaam omhoog. De kroon is zo nauw dat de doornen bijna je lichaam aanraken. Neem deze bedreiging waar.
- Stel je voor dat de sterren van de nachtelijke hemel violet zijn, de kleur van de verandering. Hef de kroon omhoog naar een van de sterren. Terwijl de kroon steeds hoger stijgt, wordt ze steeds kleiner, totdat ze door de ster heen kan glijden om tot sterrenstof veranderd te worden.
- Stel je voor dat gelijktijdig met jou vele andere mensen op de wereld hetzelfde proces als jij doorlopen.

### **\* Herstel van het integrale bewustzijn over het gehele lichaam**

- Stel je voor dat je hoofd een lichtbol is. Neem deze in je handen en breng haar naar beneden om haar in je hartruimte te positioneren. Laat de bol daar een tijdje opdat het logisch denken zich weer met het hartsbewustzijn kan verbinden.
- Laat de bol dan achter in het gebied van je rug rollen en tot op de hoogte van de solar plexus naar beneden glijden. Houd haar nu in het gebied van de solar plexus. Zo wordt je bewustzijn weer met de noösfeer verbonden, welke sfeer alle zichtbare en onzichtbare wezens van de Aardeontwikkeling delen.
- Neem de bol van je hoofd dan opnieuw in je armen en breng haar langs de voorkant van je lichaam nog verder naar beneden in je bekkenbodem. Daar dient ze een tijd te verblijven om zich weer met het oorspronkelijke bewustzijn van Gaia te verbinden.
- Laat tot slot de lichtbol loodrecht door je lichaam omhoogstijgen opdat zij zich weer met het fysieke hoofd verbindt. Het rationele bewustzijn is nu weer in de integrale noösfeer van je wezen geïntegreerd. Wees blij en zeg dank.