

## **180720 180820 Jezelf openstellen voor de dans van het leven**

Voorstel van Marko Pogačnik en het Lebensnetz - Netwerk voor Wederzijdse inspiratie tussen Aarde en Mensheid

Mensen van het rationele tijdperk hebben de neiging om strikte grenzen tussen de innerlijke en 'de buiten-' wereld te trekken. Met de 'buitenwereld' bedoel ik niet de vervreemde wereld van menselijke bezigheden. Ik bedoel de levende en ademende wereld van Gaia, haar planten, dieren, stenen, natuurbewustzijn enz., de tegenwoordigheid van het leven zelf. Het is tijd jezelf open te stellen voor de levensdans in je en buiten je.

Het uitgangspunt voor deze meditatie is het feit dat lichaamsenergieën en onze families van microben in constante uitwisseling staan met de micro-organismen van het omringende landschap en met haar elementaire krachten en wezens.

Maar dit gegeven is niet voldoende in het tijdperk van de nieuwe condities van het leven op de planeet. We gaan een tijdperk binnen dat geleid wordt door het bewustzijns-element (Lucht-element) en als genoemde verandering niet vergezeld gaat van bewustzijn (ik bedoel met name het hart-bewustzijn) heeft deze niet genoeg waarde voor Gaia noch voor de betrokken mens.

De voorgestelde meditatie kan overal en op elk moment beoefend worden, tijdens het wandelen, misschien zittend in de natuur of bewust aanwezig in een stedelijke omgeving. Om te voorkomen dat vreemde energieën binnenkomen, dien je present te zijn in je essentie. De wet van resonantie zal dan enkel die krachten en wezens toestaan om met jou in wisselwerking te gaan die corresponderen met jouw intentie.

### **\* Uitwisseling tussen de twee facetten van de realiteit**

- Stel je voor dat je lichaam geen verdicht object is, maar bestaat uit ontelbare eenheden (fractals) van de organismen van het leven - en hetzelfde geldt voor de omgeving waarin je bent. Sta de deeltjes van je multidimensionale lichaam toe om vrij door de omgeving te bewegen en sta open voor de binnenkomende werelden van Gaia.
- Om de uitwisseling tussen de twee facetten van de realiteit te stimuleren, is het goed je focus op het punt achter je stuitje te houden.
- De uitwisseling kan anders zijn als je focust op het niveau van het elementaire hart dat pulseert achter het onderste einde van het borstbeen - of een stap hoger op het punt achter het kroonchakra - of ook een stap omlaag op het punt tussen je knieën (chakra van het Aarde-element), of het punt onder je voeten.