



LIFENET-nätverk för ömsesidig inspiration mellan jorden och mänskligheten

Meditation 20 december 2018 - 20 januari 2019 - Förslag från Marko
Pogačnik och LIFENET

VÄLSIGNELSE AV DET NYA ÅRET

För att bli medskapare av vår världs öde behöver vi arbeta för att återkoppla oss till kausaldimensionerna i oss själva, där ursprunget till den manifesterade verkligheten pulserar. För detta ändamål använder följande meditation vår kropps bipolära konstitution. Den främre delen av kroppen med sina fem sinnen är öppen mot den förkroppsligade världen medan dess ryggsida, omöjlig att uppfatta med våra ögon, står för den kausala halvan av verkligheten.

- Sittande eller stående föreställer du dig att du rör dig baklänges. Ta det första imaginära steget bakåt med vänster fot och gör sedan en kort paus.
- Ta därefter ett andra steg bakåt på samma sätt och även ett tredje, alltid med vänster fot. Övningen är effektivare om du tar stegen i fantasin, eftersom du i själva verket rör dig genom flera dimensioner av ditt medvetande - men om du så önskar, kan du samtidigt också röra dig fysiskt.
- När du har tagit de tre stegen bakåt, ska du skicka en horisontell stråle av ljus och kärlek från ditt hjärtcentrum bakåt mot oändligheten för att ansluta till det gudomliga ursprunget till allt och alla.
- Gör en kort paus igen och börja därefter röra dig framåt. De tre stegen framåt ska alltid tas med den högra foten.
- Slutligen har du kommit tillbaka till din kropp - förhoppningsvis som en något annorlunda person. Ta dig tid att känna in den nya kvaliteten på ditt varande nu återkopplat till källan till verkligheten. Du kan behöva upprepa övningen under en viss tid för att överskrida sprickan som det moderna sinnet har skapat för att avskärma oss från de osynliga världarna "bakom ryggen".