

Čarobno pripovedovanje zgodb z navdihom geomantije

Tea Golob / Čarna Praprot



<i>Kaj je čarobno pripovedovanje zgodb?</i>	3
<i>Kako se podati na pot čarobnega pripovedovanja zgodb?.....</i>	17
<i>Korak za korakom na poti čarobnega pripovedovanja</i>	18
<i>1. Blagoslov vode</i>	21
<i>2. Ozavestimo svetost našega fizičnega telesa.....</i>	24
<i>3. Metulji miru</i>	26
<i>4. Naj zažari moč kristalov v naših srcih</i>	28
<i>5. Drevesa nas pobožajo</i>	30
<i>6. Ples v sozvočju z zemeljskimi in kozmičnimi vidiki življenja</i>	32
<i>7. Prehod skozi meglico.....</i>	34
<i>8. Plavanje s kiti, zdravljenje naših čustvenih ran.....</i>	36
<i>9. Povabimo svoje celice k plesu z novimi elementalnimi bitji.....</i>	38
<i>10. Prežeti s solzami sočutja.....</i>	40
<i>11. Zanetimo našo notranjo svetlobo in se povežimo z vsem stvarstvom</i>	41
<i>12. V objemu vilinskih bitij.....</i>	43

Kaj je čarobno pripovedovanje zgodb?

Zakaj začeti z zgodbami?

Vse, kar smo, zaznavamo in ustvarjamo skozi zgodbe. Naše identitete, način, kako se povezujemo z drugimi, in to, k čemur stremimo, so zgrajeni skozi pripovedi. Naša življenja so zgodbe, stkane iz spominov, občutkov in zaznav, ki oblikujejo naše razumevanje resničnosti.

Mnogi deli naših življenjskih zgodb se zdijo zapisani s strani drugih – družin, v katere smo rojeni, krajev, kjer živimo, medijev, ki jih spremljamo, in družbe same. Vendar smo mi tisti, ki zaznavamo informacije okoli sebe in jih sprejemamo kot resnične. In prav tako smo mi tisti, ki lahko zavestno spremenimo potek zgodbe ter ustvarimo nekaj novega. To je pustolovščina, pri kateri nas lahko čarobno pripovedovanje vodi in podpira.



Zakaj čarobno pripovedovanje?

Nekatere zgodbe so globoko zasidrane v nas – v naših spominih, živčnem sistemu in možganih. Mnogi poznamo misli, kot so: »Nisem dovolj dober_a«, »Tega si ne zaslužim« ali »To je nemogoče«. Dobro vemo, da spreminjanje teh vzorcev mišljenja in prepričanj ni enostavno, saj predstavljajo gradnike gradu naše identitete, katere temelji segajo globoko v neznano – v nezavedno.

Če želimo nekaj v svojem življenju spremeniti, ozdraviti ali ustvariti nekaj drugačnega, moramo začeti pisati novo zgodbo, ki izvira iz samih globin nezavednega. Ustvariti moramo pripovedi, ki ne ponavljajo zgolj starih vzorcev mišljenja in čustvovanja.



Carl. G. Jung je nekoč zapisal: »Vsak človek živi svoj mit, a le redki vedo, kateri mit je njihov. In vedeti bi moral_a, kateri je tvoj mit, kajti morda je tragedija - in morda si ne želiš, da bi bil.« (Carl Jung).

Če verjamem, da je življenje boj, bom živel_a mit bojevnika/ce.

Če verjamem, da je življenje krivično, bom živel_a mit žrtve.

Če verjamem, da je življenje čarobno, bom živel_a mit čarobnika/ce

Če verjamem, da je življenje polno priložnosti, bom živel_a mit ustvarjalca/ke.

Če verjamem, da je življenje polno ljubezni, bom živel_a mit romantika.

A vse to je zgolj izmišljeno. Ves čas si pripovedujemo zgodbe in ideje. Nekatere zavedno, še bolj pogosto pa nezavedno. Če jih tiho ponavljam znova in znova, postanejo prav tako resnične kot vse drugo v kar verjamem. Prepogosto pa so te zgodbe omejujoče, boleče, utesnjujoče. Prisiljujejo nas v vzorce vedenja, ki nas onesrečujejo, praznijo, celo vodijo v izgorelost, bolezen. Če vem, kaj je moja zgodba, kaj je moj mit – in v tem uživam – je moje življenje čudovita pustolovščina. Postane sanje v katerih lucidno in zavestno uživam.

Čarobno pripovedovanje se zgodi, ko primemo pero in črnilo v svoje roke. Najprej znotraj sebe, na ravni prepričanj, idej, zamisli, ko začnemo prepoznavati moč zgodb kot orodje zdravljenja in osebne transformacije.

Kakšen osebni mit bi zbrali, če bi imeli na voljo polno izbiro in moč spremeniti svojo pot življenja?

Pisanje novih poglavij naših življenj zahteva, da se spustimo v širne oceane nezavednega, kjer se prepletajo čustva, spomini in občutki, ki tkejo, kdo smo; in kjer prebiva živa povezava z našo dušo. Toda ta ocean nima jasnih meja. Je portal v večdimenzionalne prostore, kjer različni vidiki ene zavesti doživljajo sami sebe.

Besedilo pred vami vam ponuja roko na tej poti, vam pomaga pri sprejemanju odločitve, da korenito spremenite svoje življenje. Kar potrebujete, je le nekaj volje in radovednosti, kaj vse se lahko zgodi ob pustolovščini, ki jo ponuja.



Kako mi lahko besedilo pomaga na moji poti čarobnega pripovedovanja?

Besedilo je sestavljeno iz poglavij, ki delujejo kot posamezni koraki na poti preobrazbe. Nikakor pa ni treba hoditi naravnost, ampak lahko pri prebiranju besedila skačemo naprej in nazaj, ali pa poletimo iz začetka na konec ter spet vrnemo. Pomembno je, da sledimo navdihu in notranjemu vodstvu. V vsakem od nas je svetla luč, ki nam kaže pravo pot, če se le odpremo za njen sij.

Vsako poglavje se začne s kratko meditacijo, namenjeno temu, da navdihuje naše notranje doživljanje. Predstavljajte si, da so besede kot ključ, ki nam odpre vrata v naš notranji svet in nas nežno popelje v naše globine. Ponujajo smerokaz, piš vetra, ki nakazuje smer, sladek vonj kateremu sledimo, ali pa jasno tlakovano pot, po kateri se lahko podamo.

Vsako poglavje nas povabi, da poiščemo primeren prostor v naravi. Skladno z meditacijo nas navdihuje, da poiščemo potok, reko, ali morsko obalo.

Povabi nas na travnik, v gore, k jami. Ponudi nam idejo, kje poiskati ravno pravšen prostor za notranji navdih, kjer lahko začnemo ali pa nadaljujemo svojo notranjo pustolovščino.

Na izbranih točkah v prostoru – ne pozabite, da so te lahko tudi v varnem zavetju našega doma – se odpremo notranjim sporočilom. Z zaprtimi očmi izostrimo vse naše čute, tudi tiste, ki lahko zaznajo občutja, vibracije, frekvence. Meditacija nas spodbudi, da se odpremo zaznavam in prepustimo domišljiji.



Domišljija je naše ustvarjalno orodje. Če menite, da je namenjena zgolj neplodnim sanjarijam ali otroški igri, je to ponovno ena od zgodb, ki omejuje in krati vašo ustvarjalno svobodo in reže niti s katerimi sami pletete svoje življenje. Domišljija je dragoceno orodje, ki ga oblikuje spoj naše duše in uma. Z njo različne zaznave, občutja, vibracije pretopimo in prevedemo v podobe, barve, simbole. In vse, prav vse kar čutimo in vidimo, je pravilno, saj odraža naše unikatne zaznave.

Vsako poglavje vas povabi, da aktivno vstopite v vaše zaznave. Tvrsten pristop temelji na psihološki tehniki, ki jo je v začetku 20. stoletja razvil švicarski psiholog in psihiater Carl Jung in poimenoval **aktivna imaginacija**.

V svojem delu je presegal meje znanosti in s svojo drznostjo in pogumom segel v globoko razumevanje človeške psihe. Poleg tanke zavedne plasti je v nas tudi globoke morje nezavednega v katerem se poleg individualnih spominov skriva zakladnica skupnih predstav in arhetipov.

Kot je dejal Jung, ima telo svoje impulze, reflekse in nagone po katerih deluje onkraj naše kontrole, psiha pa ima svoje arhetipe, ki usmerjajo in vodijo našo zavest. Z aktivno imaginacijo lahko zavestno vstopimo v svoj notranji svet, ga raziskujemo, odkrivamo in tako spravljamo na površje zakopane dele sebe.

Vendar se ne gre za strogo sledenje uveljavljenemu pristopu. Pravzaprav je to le okvir, ki nam pomaga lažje razumeti in sprejeti naše brezmejne možnosti zamišljanja, dožemanja in vplivanja na naše življenje. Pomaga nam sprejeti naš notranji svet, ki ga poganja domišljija, kot dragocen vstop v celoto našega življenja in širšega vesolja.



Vsako poglavje tega besedila nas povabi, da se odpremo notranjim sporočilom in hkrati odpremo za sporočilnost prostora. Naše čarobno orodje domišljije tako povežemo s navdahnemo z **geomantskim pristopom** k zaznavanju sebe in prostora. Geomantski okvir zaznavanja nas na krilih naše aktivne domišljije popelje v prostor, ki presega meje vsakdanjosti časa in treh dimenzij prostora. Tam se lahko začnejo uresničevati naše aspiracije, sanje in življenjski cilji; tam se lahko zdravita žalost in bolečina; tam se lahko poglobi in razpre povezanost z eteričnimi zemeljskimi in kozmičnimi bitji, kot so vile, naravni duhovi, angeli in varuhi.

Ko smo prisotni na izbranem prostoru se ob povezavi z drevesi, kamni, subtilnimi bitji in notranjimi uvidi podamo v skupen proces zdravljenja, povezovanja in občutenja. Ko delamo s prostorom, se mi odzivamo nanj in prostor na nas. Prostor odseva naše trenutno čustveno in vibracijsko stanje in nas podpira pri zdravljenju in negovanju sebe. S tem pa tudi mi pomagamo širše, saj energije nimajo meja. Vstopimo v proces soustvarjanja in hkrati negujemo pozornost naše lastne zavesti.

Kaj je mišljeno z geomantskim pristopom?

Zgodbe, ki navdihujejo vsako poglavje, izhajajo iz meditacij, ki so nastajale v večletnem sodelovanju s čudovito mednarodno skupino LifeLoveNet, kjer sem imela priložnost pripravljati mesečna telepatska srečanja. Izhajajo iz geomantičnih praks, ki poudarjajo in negujejo vizijo nove kulture Gaje.



Smo v času, ki predstavlja izjemno priložnost, da zaživimo v polnosti naših potencialov. Odvreči moramo nepotrebne skrbi, bolečine in strahove, ki vplivajo na naša nezavedna in zavedna dejanja. Pogosto se nam zdi, da je pot do tja dolga, če sploh dosegljiva. Vendar rajši verjamem, da je vse, kar rabimo, že v nas, da nam ni treba nikamor zares iti, ampak se samo pogumno in srčno zazreti vase. Si dovoliti pomoč vseh rok, ki nas želijo podpreti.

Želim si, da bi to besedilo ena od teh rok – oziroma skupaj z vašimi podvigi, več rok hkrati. Vsak hodi svojo pot, s svojimi izkustvi in doživetji. Skozi lastne prostore skupne podzavesti in v iskanju uvidov, ki podprejo vsako

dušo posebej. Vendar je pomembno potovati in se povezovati v skupnem prostoru 'novega'.

Ideja novega je zelo pomembna v času tektonskih sprememb in premikov v svetu, v času težkih in gostih vibracij strahu, jeze, nejevolje, ki se kopiči v skupni skladovnici človeških izkustev. Tudi to so podobe, ki niso resnične in se jih moramo otresti – drugače bomo ostali ujeti v njih.

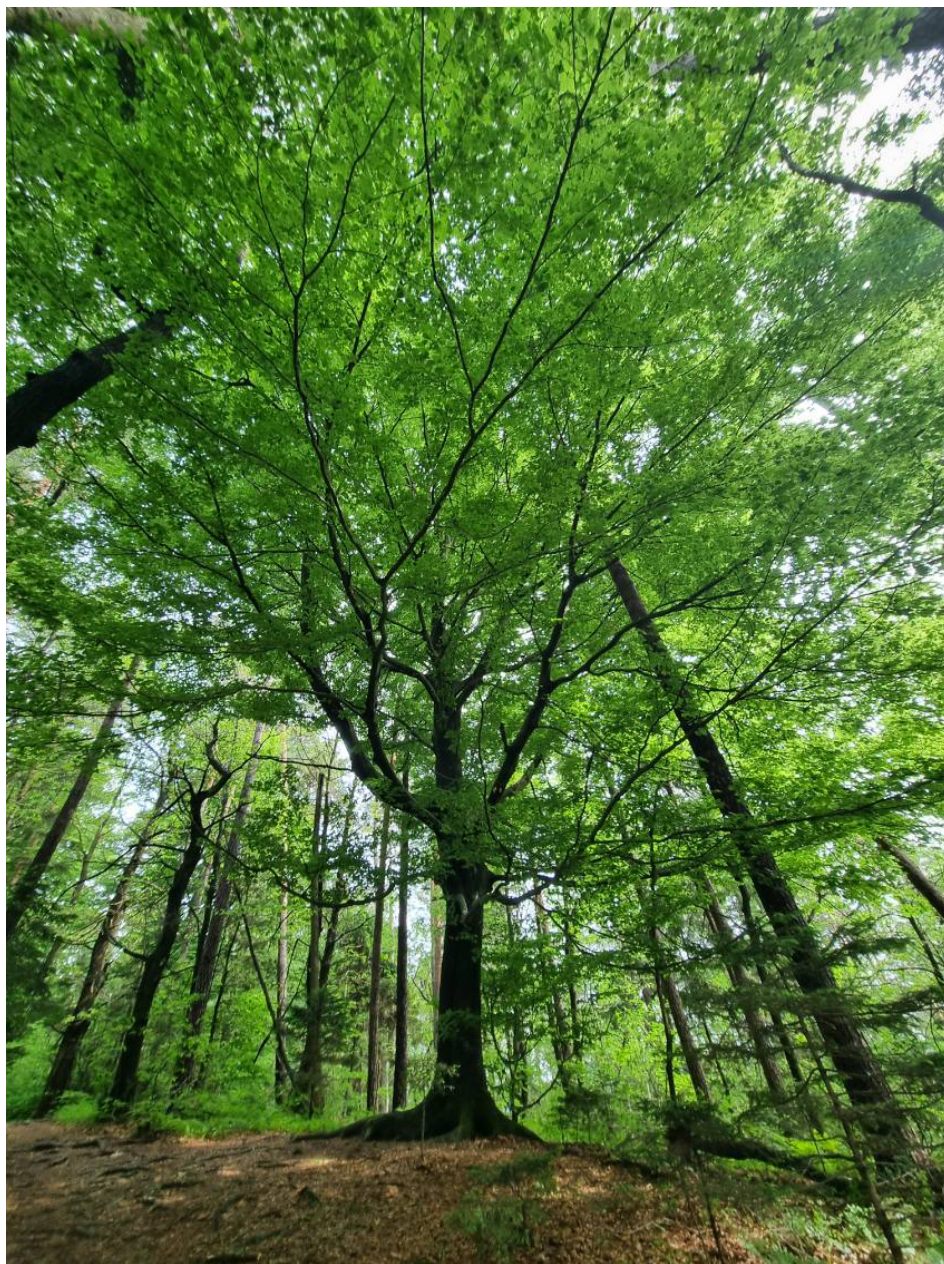
Nova vizija kulture Gaje nas vabi v prostore Nove Zemlje. Naš planet že doživlja svojo reinkarnacijo, se oblači v lažje telo. Tudi mi, kot del njenega telesa, ali pa bolj strokovno rečeno – sistema njene biosfere, smo vabljeni na to pot. In ne le to, ampak smo srčno spodbujeni, da ostanemo stkani z njeno novo podobo obstoja. Ti prostori so že tukaj, okoli nas in v nas.



Vsakič, ko čutimo ljubezen v sebi, mir, radost in smo povezani z izvorom, smo prisotni v teh prostorih. To je nova raven zavesti, bivanja, ki je usklajena z zodiakalnimi in vesoljnimi cikli, ki so nepredstavljivo močnejši od pogona naše civilizacije.

Glavna predpostavka, ki okvirja ta pristop je, da je vse živo in odraz zavesti. V samem bistvu ni delitve na živo in neživo naravo. Ni razlikovanja na čuteča bitja in trdno materijo. Pravzaprav ni zares delitve, so samo različne oblike življenja. Različne oblike energije, različne pojavnosti zavesti, ki jo lahko poimenujete izvor, bog, božanstvo.

Vse kar je okoli nas, in kar smo mi, so vibracije, valovanje na različnih frekvencah. Nižje frekvence določajo gosto energijo, fizičen svet, višje pa bolj prosojne, eterične oblike. Z našimi petimi čutili zaznavamo le majhen spekter sveta. Poglejmo na primer, koliko barv, frekvenc svetlobe je za nas nevidnih, ali pa kako malo dejansko slišimo. Pa to pomeni, da ne obstajajo? Seveda obstajajo in tvorijo različne ravni obstoja, različne prostore Zemlje in vesolja, kjer se pretaka zavest skozi različne oblike, različna bitja.



Geomantski pristop nas vabi, da odpremo svoja notranja ušesa, notranje oči, odpremo tretje oko in vsa čutila, ki so nam na voljo. Uglasimo se s frekvenco prostora in z vibracijami, ki nas obdajajo.

Ko si dovolimo razpeti jadra naše domišljije, so naše prve zaznave pogosto čustvene, te vtise pa potem skušamo razumeti, najprej slikovno, s pomočjo simbolov, potem pa jih prevajamo še z besedami. In tako začnemo ustvarjati nove zgodbe. Prav nič težko kajne? ☺



Lažje nam je, če razumemo, da smo bitja z desno in levo polovico možganov. Nekateri smo bolj analitični, razumski, sistematični in tako bolj uglaseni z levo polovico možganov. Nekateri pa smo bolj čustveni, ustvarjalni, spontani in impulzivni.

Obe polovici sta pomembni in najbolj celostni smo, če uspemo uglasiti obe hkrati. Takrat se odpremo zaznavam in smo jih zatem sposobni tudi smiselno razumeti, deliti in zapisati. Menim, da je čarobno pripovedovanje zgodb odličen pristop, ki uglasuje obe hemisferi možganov.

Najprej pa moramo odpreti naš srčni prostor in uglasiti z nevidnimi frekvencami, ki nas obdajajo. Srce, oziroma naš srčni prostor, ki presega zgolj mišico, je kot portal. Deluje kot vrata v druge svetove, zato je izjemnega pomena, da začutimo naš utrip, se postavimo s pozornostjo v naš srčni prostor in gledamo, poslušamo, tipamo tudi skozi njega.

Svet okoli nas zaznavamo skozi naše telo, našo psiho, dušo, ki skupaj delujejo kot instrument. Lahko si predstavljamo, kako se na vibracije okoli nas odzivamo s tem čudovitim instrumentom, kot da bi igrale na naše strune. Kaj vidimo, kaj slišimo, morda vohamo?

Prepustimo se čustvom in jih opazujmo. Kaj zaznavamo, kaj vidimo? Kaj nam te podobe govorijo o nas samih? Pa zgolj to. Simboli, podobe, ki se na prikažejo, so pogosto del kolektivnega nezavednega. So kot prej omenjeni arhetipi, globoko zakopani v naši psihi, ki nam omogočajo, da podobne vibracije, čutimo, vidimo podobno kot druga človeška bitja.

Pogosto primarne sile stvarjenja, silovito moč življenja vidimo kot zmaje, ali velikane. Stara modra drevesa, ki utelešajo kozmično modrost vidimo kot modrece, kot ente, lahkotnost in srčnost bivanja travnih cvetlic vidimo kot majcena vilinska bitja. Ker čutimo skozi naše srce, so podobe naše, unikatne, pripovedujejo o nas samih, vendar pa hkrati o vsem stvarstvu, saj smo vsi del enega. Če se vam zaznave zdijo podobne likom iz pravljic, se nikaner ne prestrašite, ampak naj bo to vir navdiha in moč razumevanja vaši lastnih doživljanj.



Človek je bitje, je oblika zavesti, ki deluje kot sistem. Lahko čutimo naše meje in delujemo avtonomno, imamo svojo individualnost, svoje izkušnje, spomine, smo samozadostni do določene mere. Zato so naša izkustva unikatna. Smo zaključena celota, ampak smo hkrati povezani z drugimi, si delimo tokove zavesti, zato naša izkustva lahko pripovedujejo tudi o drugih.

Podobno je s prostorom. Določeni prostori imajo obliko sistema, so holon, torej so celota, ki ima svoje lastne vitalne dele, organe. Vendar je lahko holon tudi del večje celote.

Tako kot celica v našem telesu na primer. Je samostojna, živa celota, ki pa deluje znotraj večjega sistema telesa in omogoča njegovo delovanje. Ko se povezujemo s prostorom, izkušamo ta holon, njegove dele, njegovo zgodbo, njegove pojavnosti v obliki različnih bitij.

Prostor in bitja prostora, ki jih zaznavamo na krilih naše domišljije, nam lahko povedo nekaj o sebi pa tudi o nas. Opozorijo nas na vidike, ki zahtevajo našo pozornost, lahko nam pokažejo naše potenciale, lahko pa tudi nerazrešene probleme.

Gre za dvosmerno komunikacijo, sodelovanje. Odzivajo se na nas in našo vibracijo. Isto gre z istim, enako privlači enako.

Zato je vsakič, ko vstopimo v prostor izkušnja drugačna, ker smo tudi mi drugačni in tudi prostor se spreminja. In tudi ljudje smo drugačni, zato nas naslavljaajo druge stvari. In vsako izkustvo, vsak pogled je pravilen in dragocen.



Pomemben je aktiven pristop do odkrivanja in razumevanja sebe skozi povezovanje s prostorom.

Meditacije, ki jih ponuja vsako poglavje in navdih za čarobno pripovedovanje, so tesno povezani z elementi narave, z duhovi in širšo zavestjo prostora. Pogosto so uvod v poglavja navdihnili prav elementarna bitja. Kdaj pa kdaj me kdo vpraša: kako pa ti vidiš elementarna bitja? Ali so res okoli nas, ali je to tvoja domišljija? Ponavadi odgovorim, da jih lahko prav vsak zazna, če si to le dovoli. Da je to odnos s prostorom in zavestjo tega prostora. Da je to odnos s celo Zemljo in z vesoljem, ki se odvija skozi srčni kanal. Pravzaprav je to tudi odnos, ki ga imamo sami s seboj.



Elementarna bitja, eterična bitja Zemlje in tudi širšega prostranega vesolja zaznamo v tišini. V stanju notranjega miru. Nenehne misli in skrbi o preteklih in prihajajočih dogodkih, ki kalijo našo čustveno gladino, morajo potoniti na dno. Daleč stran od naše pozornosti, ki jim daje zagon. Tam se lahko pretvorijo v zračne mehurčke, ki svobodno priplešejo do mirne gladine našega duha. V jasnem zrcalu čustvenih voda se zazremo v bogastvo stvarstva. Ko smo pripravljeni, se nam pokažejo tudi eterična bitja.

Elementarna bitja so tako raznolika, kot je raznoliko življenje. Subtilno utelešajo elemente zraka, zemlje, vode in ognja in si pri tem nadevajo prav različne podobe. Prav tako lahko združujejo različne elemente skupaj in ustvarjajo prav posebne izraze življenja. Te odsevajo njihov čustven naboj in naloge, ki jih opravljajo. Nekatera so čisto majhna in s svojim dihom spremljajo rast travne bilke in odpirajo živobarvne cvetove ter krasijo metuljeva krila. Spet druga so večja in oživljajo celo jaso, vrt ali gozdno zaplato. Globoko v zemlji prenašajo moč kristalov na površje, ali pa vrtinčijo listje na nebu in spremljajo let ptičje jate.



Besedilo vas vabi, da se podate na lastno pot zaznavanja eteričnih bitij in oblik zavesti prostora in tako odkrivате sami sebe.

Včasih ujamemo delček prisotnosti teh čudovitih bitij ob deblu našega najljubšega drevesa, ki nas poveže s svojimi koreninami v zemljo in požgečka s krošnjo visoko na nebu. Ob hoji na gozdnem mahu, ki nas ponese v občutek nežnosti in mehko-be. Ob občudovanju omamnega vonja cvetov, ki buhtijo na travniku. Na visoki skali, ki podpira našo težo in v sebi skriva odmev globin notranjosti Zemlje.



Njihova podoba je odsev našega ustvarjalnega odnosa, ki ga vzpostavimo in negujemo skupaj z njimi. Če preslikavamo naša pričakovanja in čakamo na vilinska bitja s krilci, čepico in copatki, ali pa na škratke s koničastim pokrivalom, bomo morda lahko razočarani.

Prepustimo se čustveni izmenjavi, ki je naš stik in subtilni pogovor z njimi. Naša podzavest in zavestno mišljenje bo ta stik prevedla s simboli. Tako pogosto v iskanju primerne podobe nehote pobrs-kamo po zakladnici arhetipskih, mitoloških, pravlj-ičnih podob, ki so globoko zakorenin-jene v naše skupne človeške spomine.

Prepustimo se temu, kar nam je dano občutiti in videti. Brez pritiska in prisile, ki pogosta izhaja iz velike želje, da bi se približali elementarnemu svetu. Lahko, da bo ta stik spleten samo v obliki čustvenega pretoka, izmenjave vibracij, morda svetlobe, barv. Ustvarimo varen prostor zaupanja, ki bo privabil tista bitja, ki imajo prav tak čustven naboj, kot mi sami. Ker smo si tudi mi - ljudje - različni, privabljamo k sebi drugačna bitja elementarnega sveta. Kar naša izkustva bogati in nas spodbuja, da sodelujemo in se povezujemo.

Ko potujemo globlje, lahko srečamo bitja iz eteričnih zemeljskih kraljestev in kozmičnih razsežnosti. Kot v sanjah pridemo v stik s skritimi deli svoje psihe. Lahko stopimo v odnos s predniki, vilami, angeli in drugimi bitji, saj so sanje večdimenzionalni prostori, ki presegajo 3D-resničnost. Toda tudi v budnem stanju

lahko dostopamo do teh razsežnosti, kjer se razkriva čarovnija, kjer vznikajo novi uvidi, vizije in oblike podpore, ki nam pomagajo opustiti stare vzorce in ustvariti nove poti obstoja.

Pridruži se nam v magičnem pripovedovanju zgodb in utelešenju novih resničnosti, ki vznikajo iz večdimenzionalnih svetov, povezav ter soustvarjanja z naravo in eteričnimi bitji.

Čarobno pripovedovanje zgodb je dogodivščina. V varnem zavetju meditacije in prostora, se lahko odpremo pomembnim vtisom, občutjem in zaznavanjem. Osrednja nit našega dela je Razširiti svojo zavest in okrepiti zavedanje vsepovezanosti, ki od nas zahteva, da osvetlimo tudi temne kotičke naše notranjosti, jih pozdravimo in se opolnomočeno podamo v ustvarjalne življenjske poti.

Kako se podati na pot čarobnega pripovedovanja zgodb?

Naše potovanje se začne na določenem kraju v naravi, bodisi pri svetem izviru, ribniku, v gozdu ali ob starodavnih kamnitih spomenikih, kjer se lahko povežemo z življenjsko energijo, ki prežema Zemljo in vsa živa bitja. Vse je zavest in komunicira skozi vibracije, če se jim le odpremo. Zemlja je živ organizem in je ustvarila nas in vsa druga bitja, s katerimi si delimo ta čudovit planet.

S pomočjo meditacije stopimo skozi vrata v svetove, kjer prebivajo magična bitja in ki sij jih ljudje že tisočletja razlagajo skozi starodavne arhetipe, skrite v zakladnici pravljič, pripovedi, mitov in legend. V stiku z njimi lahko začutimo most, ki nas povezuje s širšim stvarstvom in z bitji, s katerimi si delimo te razsežnosti. Ta povezava razkriva kolektivne človeške podobe in pripovedi, ki so nastale v stiku z bitji Gajine zavesti, ter lahko v nas prebudijo starodavne vzorce skupnega bivanja in sodelovanja.

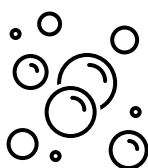
Na tej poti nas ljubeče spremljajo vilinska bitja in škratovska kraljestva, krajinske deve ter sanjske podobe, ki v obliki arhetipskih simbolov trkajo na vrata našega kolektivnega nezavednega. S tem, ko sledimo zgodbam elementarnih, bajeslovnih in mitoloških bitij, imamo možnost ohraniti vez z njimi. In bistveno ni zgolj to, kaj nam lahko povedo o preteklosti, temveč tudi, kaj nam lahko razkrijejo o sedanjosti in prihodnosti.

Uglaševanje s prostorom je kakor vilinski prah, ki nam omogoča prestopiti prag vsakdanjega življenja. Popelje nas na jadrih ustvarjalne domišljije. Mavrica se pojavi le, ko dežne kaplje objamejo sončne žarke – čeprav je svetloba vedno prisotna. Tako nas magični prah objame in odpre mavrični pogled na svet.

Čarobno pripovedovanje zgodb se razkrije skozi pisanje osebne pripovedi, ki nas vodi do utelešenja aspiracij, sanj in vizij, in sicer z uglasitvijo s prostorom, njegovimi bitji in naravnimi duhovi. Razvija se skozi aktivno imaginacijo, ki nam omogoča stik z notranjimi podobami in prejetimi uvidi, ter skozi zavestno in aktivno sodelovanje v različnih razsežnostih pri oblikovanju želene življenjske poti.

Korak za korakom na poti čarobnega pripovedovanja

1. Postavljanje namere



Začnemo s postavitvijo namere. Lahko se nanaša na naše aspiracije, sanje, cilje in želje, ali pa izhaja iz izzivov, ki jih želimo preobraziti.

Lahko zapišemo stavek ali kratek odstavek oziroma narišemo podobe, ki predstavljajo našo namero. Lahko pa izberemo tudi namero »brez namere« in se preprosto prepustimo izkušnji tega, kar nas čaka.

2. Povezovanje s seboj in prostorom



Preberemo meditacijo in se začnemo uglaševati s seboj, s prostorom ter njegovimi duhovi in bitji. Pokličemo svoje varuhe, angele in vse, ki nas želijo podpreti na tem potovanju.

Skozi uvodno zgodbo prebudimo domišljijo in si dovolimo vstopiti v magične svetove. Vzpostavimo stik z vilinskimi kraljestvi, velikani, zmaji oziroma s komerkoli, ki se nam približa. S tem povabimo nezavedni del sebe, da se aktivira in stopi v večdimenzionalno potovanje, ki se v tistem trenutku razkriva pred nami.

3. Odpiranje zaznavam in domišljiji



Odpremo se zaznavam, občutkom, simbolom in bitjem, ki se nam približujejo. Dovolimo jim, da spregovorijo in delujejo.

Z globokim spoštovanjem in ljubeznijo stopamo v dialog. Lahko postavljamo vprašanja in poslušamo odgovore. Skozi aktivno imaginacijo sodelujemo s svetovi, v katere vstopamo, in z bitji, ki nas spremljajo na poti.

4. Ozemljitev izkušenj



Izkušnjo ozemljimo tako, da neposredno zapišemo ali narišemo, kar smo doživeli. Svoje vtise s potovanja beležimo skozi besede, simbole ali podobe.

Po načelih intuitivnega pisanja postanejo naši vodiči čustva in vtisi, ne pa analitični um.

5. Pisanje zgodbe



Na koncu potovanja si lahko vzamemo čas za zapis zgodbe: pripovedi, ki povezuje naše izkušnje pred, med in po potovanju.

Zapišemo uvide, modrost, čustva in vizije, ki smo jih prejeli, ter jim dovolimo, da podprejo utelešenje naše namere v vsakdanjem življenju.

Zgodba je namenjena nam samim. Ni je treba deliti z nikomer, razen če si tega želimo.

In čarovnija se odvije. Utelešenje večdimenzionalnega pripovedovanja pomeni raziskovanje sebe, odkrivanje svoje vloge in razkrivanje potencialov, ki jih nosimo v tem življenju.

Omogoča zdravljenje – nas samih, drugih in same Zemlje – saj smo njen neločljivi del.

Čarobno pripovedovanje izraža povezanost in raziskovanje. Je soustvarjalen proces, skozi katerega širimo svoje zavedanje in zavest, medtem ko aktivno pišemo in slikamo svoje življenjske poti proti bolj harmonični, ljubeči in sočutni resničnosti.

Pa začnimo....



1. Blagoslov vode

Voda je sila, moč, ki ponuja priložnost za globoke preobrazbe—očiščuje, poživlja in obnavlja tako naše telo kot duha. V sebi nosi spomin življenjskih oblik in čustvenih odzivov prostora. Odseva izkušnje elementarnih svetov Zemlje ter prostranih kozmičnih dimenzij, iz katerih izvira. Voda ni zgolj snov, temveč sveto bitje, deva, prežeta z božansko esenco. Odprimo se njeni čarobnosti in modrosti. Prepustimo se sili življenja, da napoji osušena polja naše duše in odplakne bremena, ki nas ovirajo na poti sreče in zadovoljstva.

Začutimo to silo, ta čudovit napoj življenja, kako se oglašča v nas, kaj nam sporoča, kaj prinaša in kaj odnaša.



1. Postavljanje namere

Postavi namero, če želiš, jo zapiši. Doma, ali pa ob mirnem kotičku ob vodi. Ob reki, jezeru, morju. Potočku, izviru. Mlaki ali luži. Voda je povsod čudežna. Poveži se s tem prostorom, tudi če sediš doma. Na ravni energije in frekvenc, prostor ni omejitev, prav tako tudi ne čas.

2. Povezovanje s seboj in prostorom

Najdi udoben položaj—stoj ali pa sedi z ravno hrbtenico, naj ti bo prijetno. Odpri svoj srčni prostor in si dovoli usmeriti pogled znotraj sebe. Poveži se s seboj in z zavestjo prostora. Odpri krila svoji domišljiji, ustvarjalni sili, ki nas povezuje. Morda se ti pridružijo vilinska bitja, angeli, ali pa le tebi poznana bitja.

Vzemi si čas samo zase, preberi besedilo in nato sam_a nadaljuj pot z vodo... naj te popelje na poti doživetij in preobrazbe.

.....

1. Hodiš po mehki poti. Pod nogami čutiš mah, ki te ljubeče boža po podplatih. Okoli tebe šumijo krošnje dreves, ki zvenijo kot nežen napev. V daljavi slišiš žuborenje vode. Zven vodnega toka te vodi naprej. Zvok postaja čedalje močnejši in jasnejši. Pred seboj jasno uzreš slap zlato-bele vode, ki mehko pada z višav. Iz visoke skale pred teboj se bohoti vodni slap, ki se izliva v sijoče jezero. Stojiš ob robu majhnega jezera. Opazuj, začuti, občuduj vodni slap, kako teče iz skale. Vodne kapljice ustvarjajo nežno meglico, ki zlati prostor pred tabo. Kako se počutiš? Prepusti se notranjemu uvidu. Morda kaj vidiš?
2. Stopi v to sijoče jezero. Počasi, korak za korakom začuti, kako te obliva voda. Lahko stopiš v vodo do kolen, do pasu, lahko nadaljuješ pot vse do srčnega prostora. Objame te zlata vodna meglica. Kako se počutiš, ko teža gravitacije izgublja svojo moč, ko te obdaja zlata tekočina?
3. Skleni dlani in jih napolni jih z vodo. Počasi opazuj, kako se voda lesketa v tvojih rokah. Nato dvigni dlani nad svojo glavo in počasi izlij vodne kaplje na vrh svojega temena, prav na svojo kronsko čakro. Slednje lahko večkrat ponoviš in vsakič znova občuti dotik vodnih kapelj na tvoji glavi. Občuti, kako voda počasi polzi po tebi in kako njena eterična moč pronica v tvoje telo. Moč vodnih kapljic napaja tvoje telo, se zliva z vsako celico tvojega bitja in jo ožarja z belo svetlobo.
4. Začuti svoje celice, ozavesti, da je tvoje telo sestavljeno iz trilijone majhnih bitij, ki omogočajo tvojemu telesu življenje in ponujajo tvoji duši priložnost, da izkuša utelešen svet. Opazuj svoje celice, kako svetijo in kako z njimi sveti tvoje

celotno telo. Njihovi žarki so odsev energijskih tokov ne le na celični, ampak tudi na atomski ravni, celo na subatomskega nivoju, kjer tvoje telo sije kot neskončna galaksija svetlobe.

5. V vsem svojem sijaju se približaj slapu in stopi neposredno pod njegov tok. Kljub sili, s katero voda pada navzdol, te njen tok nežno napaja. Ko stojiš pod slapom, si kot seme, ki ga hranijo kaplje dežja. Začuti, kako začneš rasti in se širiti. Najprej postaneš celotno jezero, zatem pokrajina in še rasteš in se bohotiš. Postaneš celotna Zemlja, ki objema vsa bitja, drevesa, rastline, živali in elementarna bitja kot del svojega obstoja. Nato se razširi še dlje, seži do Sonca in objemi sončni sistem. Kako mogočno. In zatem rasti še naprej, onkraj Sončevega sistema, onkraj galaksij. Opazuj, kako se stapljaš z neskončnim vesoljem. Kako se počutiš?
6. Svojo zavest in pozornost počasi in nežno usmeri nazaj v svoje telo. Še vedno stojiš pod slapom, ki te napaja. Začuti, da si v njegovem objemu in se prepusti občutku popolne izpolnjenosti, varnosti in ljubezni. Skleni svoje dlani in nežno drži vodo v svojih rokah. Zavedaj se, da vsaka kapljica nosi tvojo lastno božansko svetlobo, izvor življenja in stvarjenja, moč, ki hrani in oplaja vse življenje. Ponesi ta občutek v svoj vsakdan.

3. Odpiranje zaznavam in domišljiji

Prepusti se svoji domišljiji. Te še kam popelje, kaj ti sporoča prostor, kaj ti govorijo bitja njegove zavesti... kaj te pelje voda? Prepusti se in zaupaj.

4. Ozemljitev izkušenj

Izkušnjo ozemljimo tako, da neposredno zapišemo ali narišemo, kar smo doživeli. Svoje vtise s potovanja beležimo skozi besede, simbole ali podobe.

5. Pisanje zgodbe

Na koncu potovanja si lahko vzamemo čas za zapis zgodbe: pripovedi, ki povezuje naše izkušnje pred, med in po potovanju.

2. Ozavestimo svetost našega fizičnega telesa

Smo božanska iskra — neskončni, večni, vseprisotni. Ko se uglasimo s svojo božansko zavestjo, postanemo eno z vsem, kar je. V tem stanju našo celotno bit prežemata le brezpogojna ljubezen in neskončna radost.

Ko prebivamo v fizičnem telesu, se soočamo z izzivi, ki nas vlečejo v občutke strahu, obupa in nezadovoljstva. Zaradi tega pogosto pozabimo na svojo pravo naravo in globoko povezavo, ki jo imamo z našim planetom in celotnim vesoljnim stvarstvom.

Naš namen je prebuditi in v celoti utelešati božansko zavest v našem fizičnem obstoju. Ko naše telo izžareva božansko svetlobo, se dviguje in širi tudi zavest planeta, Gaje, saj smo del nje. Naša telesa so del njenega telesa. Na ta način pomagamo postaviti nove temelje bivanja in sodelovanja.



Seveda pa si lahko postavimo tudi čisto svojo namero ob občutenju svojega telesa kot svetega prostora našega duha.

Meditacijo lahko izvajamo zraven mogočne skale, ki predstavlja kosti planeta in je kljub svoji trdnosti, prežeta z zavestjo življenja in povsem eterična.

1. Globoko dihaj. Občuti, kako se tvoje telo polni z zrakom. Z vsakim vdihom se tvoja pljuča razširijo, kisik steče po tvojih žilah in napolni tvoje celotno bitje z energijo. Vzemi si trenutek, da v celoti zaznaš vitalnost svojega telesa.
2. Zravnaj se. Sedi vzravnano in poravnaj hrbtenico. Občuti, kako tvoje stopala trdno počivajo na tleh. Položi eno roko v drugo in zaznaj toplino ter povezavo svojih dlani. S pozornim dihanjem postani popolnoma prisoten_a v svojem telesu.
3. Razširi zavedanje svojega obstoja,. Z zaprtimi očmi si dovoli, da se tvoja zavest raztegne onkraj fizične oblike. Svobodno greš lahko kamorkoli želiš. Lahko se dvigneš v nebo, lahko lebdiš med oblaki in poletiš proti luni in zvezdam. Ali pa se potopiš globoko v oceanske globine. Z radostjo se prepusti občutku neskončne svobode. Občuti, kako je tvoja zavest brezmejna—brez meja, brez ovir. Samo z svojimi mislimo, s svojo domišljijo lahko potuješ kamorkoli.
4. Pozornost usmeri nazaj v svoje telo. Opazuj se, kako sediš na stolu ali blazini. Z globoko hvaležnostjo občuduj popolnost svojega telesa— ki diha, prebavlja, utripa—brez kakršnegakoli truda. Inteligenca Gaje deluje v tebi in skozi tebe. Občuti, kako ti Gaja brezpogojno omogoča utelešeno življenje, da lahko doživiš tolikšno bogastvo občutkov.
5. Ponovno občuti svoj dih, svojo kožo, svoja stopala na tleh. Ko se povsem udomačiš v svoji izkušnji brezmejnosti, se vrni v svoje telo. Zaznaj, kako se tvoja zavest prepleta s prisotnostjo planeta. Eno si z Zemljo in z vsemi bitji v fizičnih in eteričnih svetovih. Tvoj dih odseva veter, tvoja kri reke, tvoje kosti minerale pod površjem Zemlje.
6. Objemi svojo božansko naravo. Čeprav bivaš v fizičnem telesu, si svoboden_a, brezmejen_a, si neskončna božanska iskra. Občuti, kako se tvoje telo odziva na to spoznanje. Občuti, kako se na to odziva celotna Zemlja. Z radostnim pričakovanjem in hvaležnostjo sprejmi vse nove priložnosti, ki jih ta zavest prinaša v tvoje življenje.

3. Metulji miru

Življenje, ki ga opazujemo na makro ravni, se odvija najprej na mikro nivoju. Majhen fraktal stvarstva v sebi skriva celoten zapis veselja. Tudi mi smo lahko majhni fraktali vsega kar je. Vsak od nas svet opazuje skozi lastno lečo zavedanja in na podlagi svojega delovanja, čutenja in mišljenja vpliva na celotno matrico.

Če sprejmemo idejo, da smo gonilo življenja, tudi verjamemo, da lahko vplivamo na svet. Če želimo okoli sebe vzpostaviti harmonijo, veselje in radost, moramo najprej v sebi zanetiti in negovati mirnost, sočutje in ljubezen.

Kadar smo obteženi z negativnimi čustvi, kot so strah, žalost ali jeza, je le malo prostora za harmonijo, veselje in mir. Odprimo se novim možnostim preobrazbe in razprimo krila sprememb!

Zaupajmo, da je sprememba mogoča, četudi je to zahtevna naloga. S tem, ko spreminjamo sebe, lahko pripomoremo k globoki preobrazbi. In zavedajmo se, kako močni smo šele, ko na to pot stopimo skupaj!



Meditacijo lahko izvajamo zraven mogočnega hrasta, lahko pa tudi zraven kateregakoli drugega drevesa, ki nas podpira s svojo trdnostjo in močjo.

1. Predstavljaš si, da stojiš pred mogočnim hrastom. Njegove korenine se široko razprostirajo po površju in segajo globoko v Zemljo. Če jim slediš s svojo pozornostjo, vidiš, da segajo vse do samega jedra planeta. Sedaj se ozri v njegovo krošnjo. Mogočne veje se dvigajo visoko v nebo, obsijane z zlatimi sončnimi žarki.
2. Sedi ob njegovem deblu. Nasloni se nanj. Občuti, kako iz njega veje moč, trdnost in modrost. Začuti, kako te podpira in varuje. Nato se zazri vase in občuti, če je v tvojem telesu morda kakšna napetost, razočaranje in žalost. So v tvojih mislih kakšne skrbi ali strahovi? Opazuj ta čustva, se ti morda pokažejo v kakšni določeni obliki ali barvi? Morda jih začutiš kot bolečino v določenih delih telesa, ali pa jih celo zaznaš kot vonj. Na kakršen koli način se ti razkrijejo, jih preprosto le opazuj.
3. Zdaj začuti, kako hrast iztegne eno od svojih vej in te nežno dvigne na vrh svoje krošnje. Začuti svež zrak in toploto sonca. Drevo te mehko ovije v kokon iz listov. Si kot gosenica zavita v zapredek. Počutiš se varno in mirno. Opazuj, kako sončna toplina in svetloba raztapljata tvojo žalost, strahove in jezo. Dovolj tem čustvom, da odidejo, ali pa se razblinijo.
4. Zatem mogočni hrast razpre svoje liste in začutiš, kako lahek si postal_a. Na tvojih ramenih se pojavijo krila – čudovita metuljeva krila, ki žarijo v lepih barvah. Opazuj in občuduj jih. Ta krila so samo tvoja. Začuti v sebi globoko hvaležnost za to priložnost. Čutiš še kaj?
5. Z radostjo poleti proti nebu. In nisi sam_a – tudi drugi okoli tebe so dobili svoja metuljeva krila in letijo s tabo, lahkotno in svobodno. Kako čudovit učinek metuljevega leta.

4. Naj zažari moč kristalov v naših srcih

Kristali so magična bitja, prežeta z eterično esenco in mogočnimi sposobnostmi prenašanja, ojačevanja in prečiščevanja vibracij. Čeprav imajo lastnosti mineralov, hkrati utelešajo božanski izraz Zemlje v vsej njeni raznolikosti in oblikah. Povezani so s kozmično energijo in hkrati vibrirajo v ritmu Gajinega srca. Povežimo se z njimi.

Naj se njihova sposobnost električnega delovanja prenese v naša srca in tako ojača namero ljubezni in povezovanja. Kristali imajo raznoliko mineralno sestavo in so različnih barv, kar pomeni, da so uglašeni z različnimi frekvencami, ki podpirajo in zdravijo naše telo. Zdravijo pa lahko ne zgolj nas, ampak tudi druga bitja in celoten planet, če jih ustrezno uglasimo. Uporabimo svojo pozornost in svoje telo kot glasbilo skupnega uglaševanja in napeva.



Meditacijo lahko izvajamo kjer se počutimo varni. Če radi delamo s kristali v vsakdanjem življenju, jih lahko postavimo zraven sebe. Verjemite, da bodo radi sodelovali z vami.

1. Sediš na tleh, začutiš težo svojega telesa in občutiš, kako te tla podpirajo. Kot, da si spojen_a s podlago na kateri sediš. Zraven tebe ležijo kristali zbrani z vseh

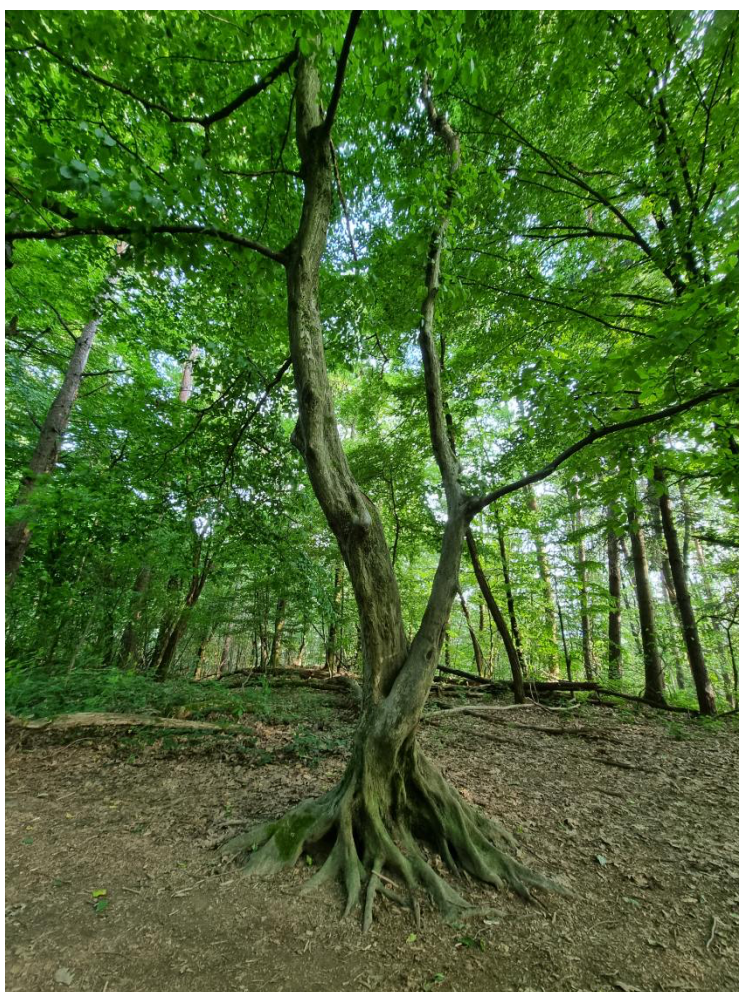
koncev sveta—kremen, roževce, ametist, jaspis, obsidian, mesečev kamen ... postavljeni so v spirali, predstavljaš si, da so kot polževa hišica.

2. Če želiš, lahko v svoji domišljiji v spiralo dodaš kateri koli kristal, s katerim delaš ali s katerim čutiš močno povezavo. Občuti njihovo mogočno moč manifestacije in preobrazbe, prisluhni njihovem utripu in se uglašuj z njim.
3. Obrni svojo pozornost navznoter, začuti svoje srce. Iz jedra tvojega srca začnejo rasti nežne, svetlobne niti, podobne koreninam, ki se raztezajo navzven. Opazuj, kako se prepletajo s spiralo kristalov.
4. Pridružijo se ti vsa človeška bitja, ki stremijo k harmoniji in povezanosti planeta. Predstavljaš si, da sedimo v krogu. Tvoje srca, naša srca so zdaj povezana prek kristalov—prisluhni edinstvenim ritmom vsakega povezanega srca tega sveta v enotnem pulzu.
5. Povabi svoje prednike, naj se nam pridružijo. Opazuj, kako se sijoče niti raztezajo iz njihovih src in se sidrajo v spiralo kristalov. Občuti, kako se naša povezava pogloblja, okrepljena z energijo kristalov.
6. Pozdravi predstavnike zmajevskih sil, elementarnih bitij, vil, palčkov in vseh drugih bitij zemeljskih kraljestev v našem krogu. Povabi tudi duhove živalskega in rastlinskega sveta, naj sedejo med nas. Opazuj, kako se njihova srca odpirajo, kako se svetleče niti širijo iz njihovih jeder in se ukoreninijo v kristalih.
7. Zdaj povabi nebeška bitja, anjele, naj se pridružijo naši skupnosti. S hvaležnostjo opazuj, kako se njihova srca odpirajo in povezujejo z nami, njihove svetlobne niti pa se prepletajo v spiralo kristalov. Skupaj oblikujemo neprekinjen, neskončen krog, združen skozi kristale.
8. Občuti, kako ljubezen in sočutje iz vseh naših src ožarjata kristalno spiralo. Ta podpira esenco naše skupne ljubezni in jo združuje v eno. Opazuj občutke, barve in čustva, ki se pojavljajo, ko vibriramo v harmoniji—vsak od nas oddaja svojo edinstveno frekvenco, a skupaj ustvarjamo čudovit zvok enosti.

5. Drevesa nas pobožajo

Ljudje smo že od nekdaj povezani z drevesi. Nastopajo v mitskih zgodbah, legendah in pravljicah. Pogosto imajo čudežne lastnosti, omogočajo prehod v druge svetovi, so nosilci modrosti in svetosti. Ob drevesih pogosto začutimo, kako blagodejno vplivajo na naše počutje in zdravje, nas pomirjajo in spodbujajo. Drevesa nam veliko lahko dajo, hkrati pa lahko tudi mi njih veliko ponudimo. Vez, zaupanje in sodelovanje na poti sprememb.

Prebuja se prenovljena povezava med drevesi, ljudmi in drugimi eteričnimi bitji, ki plete skupaj naše kozmične poti, poti naših prednikov in našega utelešenega življenja na Zemlji. Ta povezava nam omogoča, da na novo vzpostavimo in negujemo globoke, osebne odnose z dušo dreves, z njihovim kozmičnim vidikom, hkrati pa s tem aktiviramo tudi svoje lastne kozmične potenciale. S tem spojem se tudi Zemlja, Gaja, zavestno prebuja v svoji vesoljni razsežnosti in širi svojo zavest. Prispevajmo skupaj k tej pomembni aktivaciji.



Predstavljaljaj si, da si nekje v gozdu ali parku, kjer drevesa rastejo v obilju. Lahko je to kraj, ki ga poznaš, ali namišljen prostor v naravi.

1. V svoji domišljiji raztegni svoje eterično telo in roke, da dosežeš njihove veje in krošnje. Zaupaj, da se lahko tvoje telo brez težav raztegne daleč v prostor. Ali pa se, če so drevesa manjša, nežno pomanjšaj. Približaj se jim kot svojim prijateljem, sestram, bratom in življenjskim sopotnikom ter jih nežno božaj z ljubeznijo in hvaležnostjo za njihovo izjemno vlogo na Zemlji.
2. Opazuj, kako se odzivajo, ko se jih tvoje roke dotaknejo. Morda se ti pokažejo kot duhovna bitja, kot bitja s svojimi specifičnimi osebnostmi. Ko v svoji domišljiji hodiš med drevesi se preprosto odpri vsem vtisom ali izkušnjam, ki se pojavijo.
3. Nato se zgodi nekaj neverjetnega: drevesa začnejo božati tebe s svojimi eteričnimi telesi in rokami. Kako to občutiš? Dovolj si uživati v tem preprostem, a dragocenem trenutku povezanosti, nežnosti in ljubezni.
4. Začuti, kako se na to dejanje ljubezni odziva ves planet, kako Gaja sodeluje v tem skupnem objemu.
5. To vajo ponovi vsakič, ko začutiš klic, da to storiš med sprehodom med drevesi.

6. Ples v sozvočju z zemeljskimi in kozmičnimi vidiki življenja

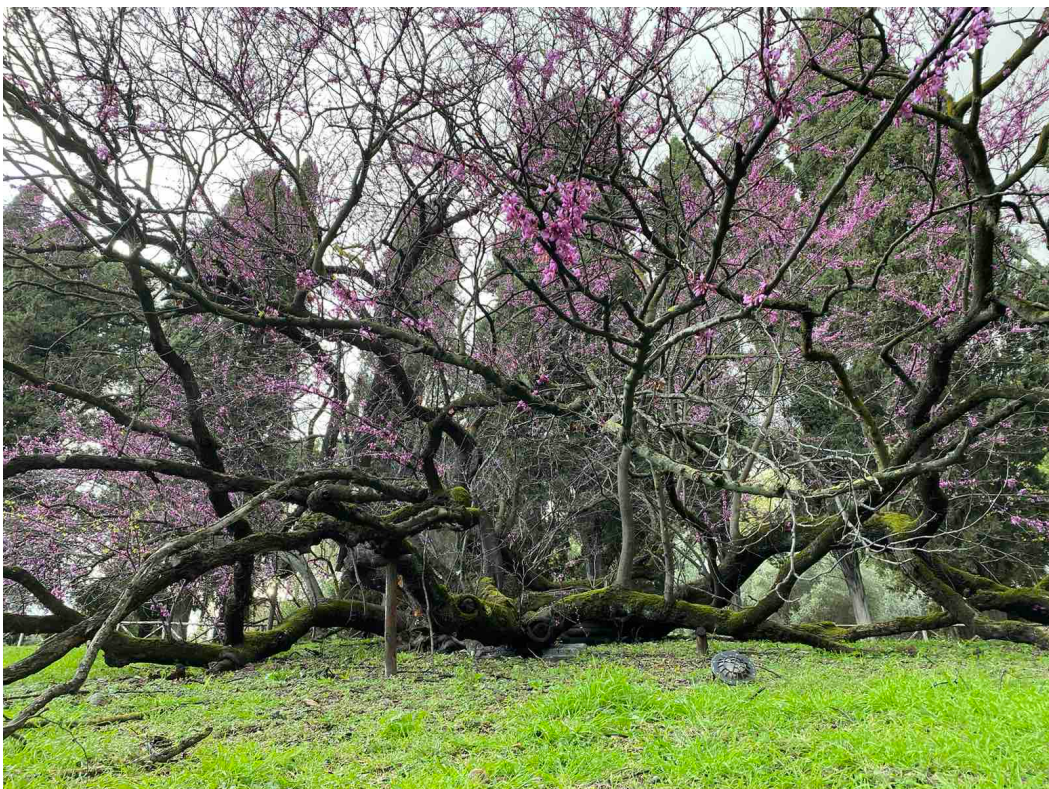
To meditacijo je navdihnil ples vilinskih bitij, ki se nežno gibajo, prhutajo v krogu. Pridružijo se jim angeli, ki njihov ples objamejo s prisotnostjo božanske kozmične energije.

To sozvočje elementarne zemeljske ustvarjalnosti in kozmične prisotnosti nas vabi, da združimo ter povežemo različne vidike bivanja, različne vidike življenja, božanskega stvarjenja, v en sam ples radostne ustvarjalnosti in manifestacije zavesti.

K temu plesu je vabljen tvoje elementarno bitje. Ga že poznaš? Tvoje telo ima svojo inteligenco, ki omogoča dihanje, presnovo, kroženje krvi po žilah. Ves čas sodeluješ s to inteligenco, čeprav ne moreš neposredno vplivati nanjo. Tvoje srce bije, tvoj želodec prebavlja, ledvica čistijo, tudi če temu ne daješ posebne pozornosti. Če ozavestimo telesno inteligenco kot del zavesti, kot bitje, lažje spletemo tesno vez in ustavrmo pogoje za zdravo, mirno in lepo življenje.

K plesu sta vabljeni tudi tvoj duh in tvoja duša. In širša zavest planeta in vesolja.

To sozvočje lahko dosežemo skozi svoje srce, ki ga lahko zaznavamo kot popek sveta. Iz te točke se lahko giblamo navzgor ali navzdol, levo ali desno, in zavedanje vseh teh smeri iz našega srca ustvarja sfero enosti.



Meditacijo lahko izvedeš na mehkem travniku, tam kjer je dovolj prstora za ples.

1. Predstavljalj si, da stojiš brez čevljev na čudovitem travniku. Ozavesti svoje elementarno bitje, ki se globoko ukoreninja v Zemljo, in hkrati ozavesti svoj angelski vidik – svoj višji jaz, svojo dušo – ki sega visoko v nebo.
2. Zaznaj svoje srce kot točko radostnega združenja obeh vidikov. Zavestno dihaj iz srca navzgor in nato navzdol, pri čemer ustvarjaš obliko osmice oziroma simbol neskončnosti ... Zdaj začuti, kako tvoje elementarno bitje in tvoj angelski vidik skozi srce zaplešeta v eno.
3. Zdaj se zavej pokrajine, v kateri stojiš. Tudi ona uteleša tako zemeljsko kot kozmično razsežnost. Ponovno dihaj skozi svoje srce v simbolu neskončnosti – vendar ne le v navpični smeri, temveč tudi v vodoravni. Opazuj, kako to občutiš. Opazuj, kdo vse se začanja gibati oziroma plesati – drevesa v svojih kozmičnih in podzemnih razsežnostih ali gore kot velikani ter minerali, ki se dvigajo iz globin Zemlje ipd. Začuti, občuti to gibanje.
4. Zdaj dihaj skozi svoje srce v vse smeri. Tvoje srce je stičišče, simbol neskončnosti – oblika osmice – pa ustvarja čudovit cvet. Začuti, kako se je povezovati v vse smeri, vse pojavne oblike življenja znotraj sebe. Te vtise in doživetja prenesi v svoje vsakdanje življenje.

7. Prehod skozi meglico

Pogosto so dragoceni uvidi, spomini, čarobna izkustva – pa tudi drugi svetovi, kjer prebivajo eterična bitja – skriti naši zavesti.

Potrebujemo pogum, da poiščemo pot, prehod do njih, kar pogosto zahteva, da skrenemo z znanih poti in ustaljenih nalog.

Stipiti moramo v neznano, v nepredvideno. Stopiti na poti, ki jim ne vidimo konca

Prisluhnite: naše vilinske sestre in bratje, naši predniki in naši angelski vodniki nas vabijo, da stopimo skozi tančico, skozi meglico in se jim pridružimo v vrtu radostnega snidenja, srčnih izkušenj in brezpogojne ljubezni.



Meditacijo lahko izvedete ob potoku, na travniku ob jutranji rosi, ali zraven gozda.

1. Predstavljajte si, da hodite po svoji vsakdanji poti, po svoji znani poti – bodisi v mestu bodisi nekje v naravi. Preživite tam nekaj trenutkov. Nenadoma pred seboj opazite gosto meglo. Megla je tako gosta, da ne morete videti, kaj se skriva v njej.

2. Pogumno stopite v meglo. Znajdete se znotraj mokrega, hladnega oblaka, ki je skoraj popolnoma neprediren. Okoli vas ni nikogar in ne veste, kako nadaljevati.
3. Opazujte meglo. Sestavljena je iz neštetihih kapljic vode. Vsaka kapljica začne sijati kot drobna svetilka. Te kapljice v sebi nosijo vse izkušnje in spomine, ki so jih zbrale med potovanjem okoli sveta – nekoč na nebu, nato v oceanih in spet v podzemlju. Odprite svoja čutila, ko vas kapljice obdajajo. Začutite, kako je megla preplet izkušenj in čarobnih spominov življenja.
4. Vodne kapljice se oblikujejo v bleščeč mehurček. Povabljeni ste, da stopite vanj. Čeprav je na videz krhek, je dovolj močan, da vas nosi. Ko ste v mehurčku, postanete breztežni in se lahko premikate v katerokoli smer, ki jo izberete. Medtem ko lebdite, se megla začne redčiti in približujete se vrtu, kjer se lahko srečajo vsa zemeljska in kozmična bitja. Uživajte v svoji prisotnosti tam.
5. Ko se morate vrniti, preprosto odprite oči. To potovanje ponovite vsakič, ko začutite klic – ali pesem iz vrta, od svojih prednikov, vilinskih bitij ali angelov.

8. Plavanje s kiti, zdravljenje naših čustvenih ran

Vsak izmed nas doživlja edinstvene izzive, travme in čustvene pretrese, ki so povezani z našimi življenjskimi potmi, družinskimi ozadji in družinskimi ranami. Te se v telesu shranjujejo kot energijski vtisi.

Čeprav so globoko osebni, hkrati odsevajo bolečino in rane Zemlje, saj naša telesa rastejo iz nje. Naša energijska polja vibrirajo v objemu njene ljubezni, ki nam daje življenje kot utelešenim bitjem.

V tem času globoke planetarne preobrazbe nas Zemlja vabi, da aktivno sodelujemo v procesu zdravljenja in čustvene preobrazbe.

Eden od načinov, kako to lahko storimo, je, da si sebe predstavljamo kot fraktal – drobno različico tega, kar smo. Čeprav postanemo zelo majhni, še vedno nosimo bistvo vsega, kar smo. In brez skrbi – tvoje fizično telo ostane nedotaknjeno.

S te perspektive pa postane orodje za raziskovanje različnih dimenzij, saj omogoča vstop skozi portale v številne sfere. Eden izmed teh portalov leži v samem centru tvojega srca.



Meditacijo lahko izvedeš ob morju. Ali pa doma ob posodici vode.

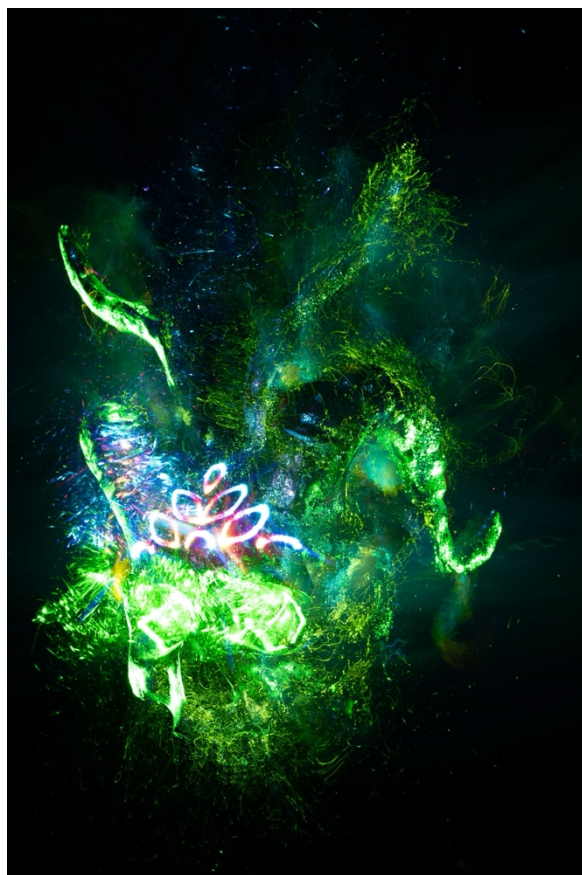
1. Kot droben fraktal sebe stopi v središče svojega srčnega prostora. Občuti, da stojiš v topli vodi, ki nežno prekriva tvoja stopala. Nato naredi salto nazaj in začuti, kako se potapljaš globoko v svoje telo, globoko v jedro Zemlje. Kako se počutiš, ko greš tako globoko?
2. Zdaj si v globokih vodah, prostranih kot ocean, ki pa vznikajo iz srca Gaje – tople, pomirjajoče in zdravilne. Ko plavaš povsem brez napora, kot to počne morsko ljudstvo, opaziš, da se približujejo kiti. Poslušaj njihove prečudovite pesmi in medtem ko pojejo, opazuj drobne iskre, ki žarijo na njihovih čelih. Opazuj njihove barve in vzorce.
3. Če gledaš dovolj dolgo, lahko opaziš, da ples isker odseva zvezdne konstelacije. Kitove pesmi so namreč uglašene na frekvenco zvezd. Potopi se v to frekvenco. Kako se počutiš?
4. S pomočjo pesmi kiti raztapljajo čustvene rane ter zastarele, toge miselne vzorce znotraj Zemlje. Stare ideje se razblinjajo in ustvarjajo prostor za širjenje nove zavesti – prežete s srčno, ljubečo navzočnostjo. Občuti, kako se ta proces odvija v tvojem telesu. Začuti erozijo starega in kako vznikanje novega dobiva obliko. Kako to doživljaš?

9. Povabimo svoje celice k plesu z novimi elementalnimi bitji

Manifestirani, fizični svet se poraja skozi delovanje, skozi gibe elementalnih bitij. S svojimi pesmimi, svojimi vibracijami prenašajo ustvarjalne ideje iz vzročne, sanjske razsežnosti Zemlje v utelešeno obliko.

Če se z njimi uglasimo, nam pokažejo, kako se lepota planeta nenehno razkriva in spreminja. So kot drobni delci Gajine zavesti, ki s svojim radostnim plesom lastne preobrazbe tkejo nova manifestirana kraljestva, prevzemajo različne kvalitete in jih prepletajo v nove ustvarjalne sile.

Elementarna bitja pa niso več vezana zgolj na en element, ampak lahko prehajajo omejitve določenega elementa in tkejo povsem nove oblike življenja na Zemlji .



Pridružimo se jim in zaplešimo z njimi na celični ravni. Dovolimo, da alkimija novih fizičnih kvalitiet preobrazi naša telesa, tako da bomo popolnoma pripravljeni stopiti v Novo Zemljo.

1. Odpri svoje srce in pokliči nova elementalna bitja Zemlje – nestrpno čakajo tvoje povabilo. Ta bitja niso več vezana na eno samo kvaliteto, temveč lahko prepletajo esence vode, zraka, zemlje, ognja in etra. Lahko se pojavijo kot majhne vile hkrati s prosojnimi krili in ribjim repom, ali pa kot bitja, ki žarijo v plamenih, mahajo s krili ali pa ribjimi repi, morda imajo celo mahasta stopala. Zaupaj svojemu notranjemu vidu. Razišči njihovo prisotnost in njihove nove kvalitete. Uživaj v njihovem plesu in pesmih, ko se gibljejo okoli tebe.
2. Povabi celice svojega telesa, naj se pridružijo tem elementalnim bitjem na plesišču. Tudi tvoje celice so drobna bitja zavesti – omogočajo delovanje tvojih organov, tkiv in telesa, medtem ko vsaka nosi svojo božansko iskrico.
3. Opazuj te plesne pare in začuti, kako se skozi njihovo radostno združitev na celični ravni začne odvijati alkimija.
4. Ko začutiš pravi trenutek, izreci globoko zahvalo elementalnim bitjem in opazuj, kako se tvoje telo začne na novo uglaševati in preobražati.
5. In ne pozabi – plesišče je odprto vsak dan.

10. Prežeti s solzami sočutja

Živimo v viharjih, nemirnih in zahtevnih časih. Novo že tiho trka na vrata naših življenj, a ga hkrati pogosto zaznavamo kot nekaj oddaljenega, nedosegljivega, skoraj kot privid.

Ko opazujemo žalost, bolečino in trpljenje sveta, se zlahka prikrade dvom o smeri, v katero stopa človeštvo. Kaj storiti, da stopimo na pravo pot, na pot preobrazbe?



1. V ljudeh biva neizmerna žalost, trpljenje in obup zaradi okoliščin, na katere imamo le malo vpliva – vojn, političnih spopadov, genocidov. A poskusi zaslišati, ali v tebi odmeva odtenek te svetovne bolečine. Vsakič, ko se v tebi prebudi jeza, ko se pričakovanja razblinijo, ko se življenje ne odvije po tvoji volji, ko drugi uspevajo, ti pa ostajaš zadaj... ko predolga vrsta v trgovini preizkuša tvojo potrpežljivost, ker se nekdo vrine predte. Pogum in iskrenost do samega sebe sta ključ, da se zazreš v ta čustva.
2. Zberi ta čustva, spomine in izkušnje v naročje svoje zavesti. Položi jih predse – zunaj sebe – da jih boš lahko opazoval_a s čistim pogledom.
3. Dovolj, da ti nežna solza spolzi iz očesa... nato še ena... in še ena. To so solze sočutja, ki se izlijejo iz tvojega srca in napolnijo prostor okoli tebe. Občuti, kako je jokati s takšnimi solzami.
4. Védi, da nisi sam_a – obstajajo drugi, človeška in eterična bitja, ki skupaj s tabo jokajo iste solze sočutja. Skupaj napolnjujemo prostor, v katerem bivaš. Te solze niso iz vode, temveč iz brezpogojne ljubezni. Preobražajo vse, kar se razodeva in vse, kar je zamišljeno. Opazuj, kako je bivati v tem na novo rojevajočem se prostoru, ki raztaplja boleča čustva, izkušnje in spomine, ki jih носиš v sebi in okoli sebe. Potopi se v ta prostor v celoti – kakor delfini v globine morja.

11. Zanetimo našo notranjo svetlobo in se povežimo z vsem stvarstvom

Zanetimo svoje notranje sonce ter prebudimo ves potencial in ustvarjalne moči, ki prebivajo v nas – pogosto zakrite za našimi strahovi, bolečino in žalostjo.

Moč naše notranje svetlobe izvira iz zavedanja, da smo neločljiv del stvarstva. Naše fizično in čustveno telo sta prepletena z naravnimi procesi in cikli Gaje ter vesolja.

Meditacijo lahko izvedeš zraven jezera.



1. Predstavljaljaj si, da stojiš na obali prostranega jezera. Komaj razločiš, kaj je na drugi strani. Voda je temna, globoka in skrivnostna – kot da sega vse do samega središča Zemlje. Ko opazuješ njene globine, bodi pozoren_a na morebitne napetosti v sebi: bolečino, žalost, strah ... karkoli se pojavi, sprejmi z odprtostjo in brez obsojanja.
2. Nežno stopiš v jezero. Opaziš, kako tvoje notranje napetosti postajajo težke, kot da te vlečejo proti dnu. Počasi se potapljaš vse globlje v gosto, temno vodo. Meje tvojega telesa se začnejo raztapljati, dokler se povsem ne zliješ z globoko jezersko vodo. Kljub temu si popolnoma varen_a.

3. V teh globinah zaslišiš utrip srca. To je tvoj srčni utrip, hkrati pa odmeva skozi celotno jezero. Ne pozabi – zdaj si eno z vodo. Začuti, kako močan, pomirjujoč in poživljajoč je ta utrip. Z vsakim utripom se prižge nežna svetloba. Bolj ko se uglašiš z njegovim ritmom, močnejše zasije v globinah vode. Ko svetloba raste, se tvoje notranje napetosti postopoma raztapljajo, ti pa postajaš vse lažji_a, svobodnejši_a in bolj sproščen_a.
4. V sijoči vodi se pojavijo drevesa, živali, ljudje ter bitja elementarnih in vilinskih kraljestev. Znašel _a si se v spokojnem raj. Vse je med seboj povezano ter prežeto z ljubeznijo in svetlobo. Z drugimi deliš isti srčni utrip – v enosti, harmoniji in medsebojni povezanosti.
5. Vračaš se na obalo. Povzpneš se na visoko drevo in se po njem spustiš nazaj do roba jezera. Zdaj je voda kristalno čista in bistra. Tvoj srčni utrip ostaja uglasen z ustvarjalnimi silami Zemlje. To je opomnik, da se lahko kadar koli vrneš v to prvinsko harmonijo, se znova povežeš z njo ter sprostiš vse napetosti, ki ovirajo tvojo pot po tem čudovitem planetu.

12. V objemu vilinskih bitij

Vilinska kraljestva so raznolika in obsegajo veliko več kot le elementarna bitja, povezana z vodo, ognjem, zrakom in zemljo. Razlikujejo se tudi po svojih čustvenih frekvencah, usklajenosti s svetlobnim spektrom ter po vlogah, ki jih imajo pri oživljanju subtilnega telesa Gaje.

Nekatera vilinska bitja utelešajo in presegajo vse te lastnosti ter resonirajo s tem, kar lahko razumemo kot peti element. Povabi jih, da se ti pridružijo, in skupaj stopimo na pot lepše, bolj harmonične Zemlje za vse nas.



1. Predstavljaš si, da si na čudovitem kraju v naravi, kjer so prisotni vsi elementi. V bližini slišiš žuborenje potoka, okoli sebe čutiš nežen vetrič, sediš na mehkem travniku, ob tebi pa prijetno prasketa majhen ogenj.
2. Odpri prostor svojega srca in z ljubeznijo povabi vilinska bitja, da se ti pridružijo. Odpri se njihovi prisotnosti in opazuj, kako čudovita so. Opazuj, kako se počutiš v njihovi družbi, nato pa si vzemi trenutek in začuti, kako se oni počutijo v tvoji.

3. Z njimi deli svoja čustva, svoje želje, dragocene spomine, morda celo svoje najbolj skrite hrepenenja. Opazuj, kako se odzivajo nate. Kaj ti želijo sporočiti? Kaj delijo s teboj?
4. Izmenjava vaših čustvenih vibracij ustvarja čudovito mavrično svetlobo. Bolj ko postaja vajin pogovor iskren, globok in srčen, močnejše zasije mavrična svetloba.
5. Ko se tvoje srce popolnoma odpre, se barve mavrice zlijejo v bleščečo belo svetlobo. Zdaj lahko stopiš v stik z vilinskimi bitji petega elementa. Odpri se tej izkušnji. Poslušaj z notranjimi ušesi in opazuj z notranjimi očmi, kako komunicirajo s teboj.
6. Zdaj se preprosto prepusti objemu vseh bitij, ki so navzoča. Vsa izžarevajo brezpogojno ljubezen. Dovolj si v polnosti doživeti ta trenutek čiste povezanosti, harmonije in notranjega miru.