

Meditacija za smirenje kolektivnog polja

*objašnjenje o tome što je *kolektivno polje* i kako djeluje nalazi se na stranici br. 2

Postoji mnogo meditacija kojima se možemo uvesti u stanje mira, sigurnosti i bezbrižnosti i time spriječiti negativni utjecaj kolektivnog polja na sebe. Ovo je samo jedna za trenutno specifično stanje kada je potres dodatno potresao već strahom i drugim okolnostima snažno zatrovano kolektivno polje Zagreba i Hrvatske, toliko da je utjecalo i na planinu. U polje treba odašiljati MIR. Zemlja je živo biće i treba naučiti s njome surađivati. Budemo li mi njegovali Zemlju, njegovat će ona i nas.

Zatvori oči i osjeti sebe iznutra.

Prenesi pažnju na leđa i stražnji dio tijela. Osjeti stopala i vizualiziraj jarku blješteće bijelu svjetlost na dodirnoj točki između stopala i tla. Diši iz tog prostora.

Osjeti li u međuvremenu osjećaj straha ili nelagode bilo gdje u tijelu, a pogotovo oko grla, prsnog koša ili trbuha, usmjeri pažnju na to i disanjem prenesi taj osjećaj prema stopalima dok se ne spusti do tla gdje djeluje jarka bijela svjetlost. Disanjem spuštaš strah u bijelu svjetlost.

Ponovno prebaci pozornost na leđa i stražnju stranu tijela. Osjeti iza svojih leđa prizor predivne prirode, poput Medvednice ili bilo koje druge prirodne ljepote. Osjeti je zaista iza vlastitih leđa, prepoznaj je po osjećaju. Osjeti kako te ta priroda, primjerice planina nosi, drži i čuva i kako je to siguran prostor za tebe. Diši kroz to, diši kroz tu prirodnu ljepotu i u tu ljepotu. Ostani neko vrijeme tako. Zatim vizualiziraj da udišeš iza sebe, iz planine svijetao, lagan, boje sunčevih zraka, svježi, okrepljujuć dah; provedeš dah ravno kroz svoj prsni koš u prostor ispred sebe. Izdah koji je prošao kroz tvoje srčani prostor prsnog koša se kružno vraća natrag kroz čeonu prostor u planinu. Neko vrijeme dišeš na taj način.

Nakon što se osjetiš podržano i osvježeno, uspravi kralježnicu i vidi iznad sebe debeli snop bijele svjetlosti, poput stupa bijele svjetlosti kako prolazi kroz tebe odozgora prema dolje ispod stopala i kako se nalaziš unutar te tog stupa bijele svjetlosti. Ostani neko vrijeme unutra. Ovo posljednje s bijelom svjetlošću možeš vizualizirati u bilo kojem trenutku, i na ulici. Ova bijela svjetlost (i točno takve strukture) predstavlja snažnu zaštitu osobnog energetskog polja i energetskom je strukturom prava antiteza gušenju kolektivnog polja.

Kolektivno ili morfičko polje (*morphic resonance*, Rupert Sheldrake, engleski biolog) je polje usporedivo s atmosferom ili zrakom, nevidljive je prirode, postoji na razini svijesti, emocije, energije i komunikacije te pohranjuje sve informacije vezane za organizme pripadne tom polju. Kolektivno polje poput atmosfere upija emocije, vibracije, stanja i energetska strujanja i time utječe na ponašanja organizama u polju. Kolektivna polja su sva polja nekog kolektiva i mogu biti šira i uža; obiteljska, poslovna; polje sela, polje grada, polje države., itd. Kao i polje planete Zemlje. Svi događaji u polju izravno utječu na društvene atmosfere, kao i uzrokuju događaje koji se čine van kontrole društvenih zbivanja. S obzirom na to da su polja vibracijske naravi, ona vibriraju ono što sadrže i ono što se u njih upisuje ili šalje. Prema tome polja mogu vibrirati pozitivna stanja bivanja i time dalje podupirati mir, blagostanje, i zadovoljstvo u društvu ili održavati negativna stanja poput straha, panike, nemoći, nesigurnosti, pesimizma, oskudice, nasilja... Ljudska ponašanja i kolektivna društvena stanja uvelike su posljedica stanja pripadajućeg im kolektivnog polja; ljudska se ponašanja *hrane* poljem i nazad *hrane* polje. Izrazi poput *osjeća se u zraku; dobra ili loša vibra; sjajna ili grozna atmosfera* pokazatelji su kako ljudi svakodnevno osjećaju utjecaj polja, a to je upravo zato jer se kvaliteta određene vibracije u polju najprije osjeti putem emocije. Emocije su ključ komunikacije s poljem, preuzimanja iz polja i odašiljanja u polje (poput download-anja i upload-anja). Svaka emocija ima svoju energetska kvalitetu i predstavlja alatku kojom se može utjecati na polje.

Poput nekog prostora ili zraka, polje može biti čisto ili zaprljano, tj. otrovano, toksično. Svako kolektivno polje koje u sebi sadrži visoku razinu negativnih stanja i emocija smatra se onečišćenim poljem koje poput nečistog zraka truje i guši organizme u polju. Dok god je neko polje zatrovano, primjerice strahom, ono će učinkovito održavati stanje straha u društvu. Kako su se onečistila, kolektivna polja mogu se i čistiti, prvenstveno odašiljanjem vibracije i emocije mira. Da bi itko slao emociju mira u kolektiv, mora sam biti u miru i sebe redovito dovoditi u stanje mira. To je presudno u kriznim trenucima da bi se pojedinac sam zaštitio od straha i nasrtaja u paniku; a time i štitio polje svoje obitelji, svog susjedstva, svog sela, grada, države... i planete. *Biti u miru* je društvena moć i osobna moć. *Biti u miru* je najsnažniji način čuvanja sebe od kolektivnog ludila i doprinos tome da se to ludilo dalje ne širi poput naizgled nezaustavljive zaraze. Primjer polja jest samo dodatan primjer kako kolektivna odgovornost započinje osobnom odgovornošću. Neka svatko prati svoj način bivanja u miru, a ako želi dodatno doprinijeti smirivanju kolektivnog polja, pozvan/a je da uradi i ovu meditaciju. Meditiranje stvara zdrava, proaktivna i optimistična kolektivna polja. A meditirati u doba karantene je spasonosna stvar. Može se meditirati individualno i organizirano kolektivno na daljinu, i ta svijest da u doba karantene nisi sam/a u svojim naizgled nevidljivim djelovanjima itekako pomaže. Svi svjetlimo posvuda, mi smo krijesnice koje odolijevaju, samo se ne vidimo uživo. Svijest o tome da je puno takvih krijesnica posvuda i puno svjetlosti podupire uvijek. Sretno svima!