



G A I A • T O U C H

Körperübungen zur Vertiefung der Beziehung zwischen Menschen und dem Leben der Erde

GAIA•TOUCH Übungen sind inspiriert seitens der elementaren Welt und verschiedenen heiligen Orten der Erde. Sie bieten sich dem befreundeten Menschenwesen zur Hilfe an, um uns besser einzustimmen in die multidimensionale Natur unseres Heimatplaneten und ihren Wesenheiten, die verschiedenen Ebenen der Realität angehören. Die Übungen bestehen aus einfachen Körperübungen und Imaginationen; eine Art Yoga: gewidmet dem Zusammenwirken mit GAIA und ihrem Bewusstsein. Seit 1998 empfangen ich GAIA•TOUCH Übungen und beginne sie zu formulieren, eine nach der Anderen. 1998 das Jahr in dem die Erdveränderungen sich mir zeigten. Mit Erdveränderungen meine ich nicht die nur mit der Schattenseite verbundenen Ereignisse, die mit der Klimaveränderung in Verbindung gebracht werden. Meiner Wahrnehmung zur Folge geht es um einen Prozess, durch den neue Bedingungen für das Leben aufkeimen, indem eine subtilere Raum- und Zeitstruktur entsteht. Ich glaube, dass die Mutter allen Lebens entschieden hat solche Veränderungen in Bewegung zu setzen um die Lebensräume der Erde davor zu bewahren, zerstört zu werden.

Um sich zu befähigen die Schönheit und die kreativen Herausforderungen dieses Planeten weiterhin zu genießen sollten wir uns diesen Veränderungen anpassen: nicht nur spirituell sondern auch körperlich.

Die Absicht der GAIA•TOUCH Übungen ist die persönliche spirituelle Entwicklung zu unterstützen, auch um sich immer weiter einzustimmen der aufkommenden neuen Realitäten, sowohl individuell als auch kollektiv.

GAIA•TOUCH Übungen sind eine Form von Kosmogrammen. Das heißt, sie sind wie eine universale Sprache, die also nicht nur von Menschen, sondern auch von anderen Wesen der Erde und des

Universums verstanden werden kann. Ihre authentische Kraft beziehen sie aus dem Bewusstsein und den heiligen Plätzen, die sie inspiriert haben: diese Ursprünge sind in den Kommentaren zu den einzelnen Übungen erläutert.

Für mich sind die GAIA•TOUCH Übungen ein Teil einer großflächigen planetaren Bewegung, deren Sinn es ist, eine neue Art der Zivilisation auf der Erde zu erschaffen. Ich nenne sie „Geakultur“. Das ist der Grund, warum das Geakultur Manifest den Übungen beigelegt wird.

Es ist wichtig zu wissen, dass die GAIA•TOUCH Übungen durch das Zusammenspiel von Körperbewegung und unserer Fähigkeit zur Imagination ihre Wirkung entfalten. Es ist dagegen nicht wichtig, den Hintergrund, die inhaltliche Erklärung der jeweiligen Übung im Kopf zu haben. Die Absicht und die Ausrichtung der Übung sollte bewusst sein, auch um der Imagination ihre Richtung und Kraft zu geben.

Tauche ein in die Welt der vorgeschlagenen Übungen ohne Projektionen und erlaube Dir auf ihren Flügeln dich tragen zu lassen. Wir hoffen, dass weltweit mehr und mehr Menschen sich an der GAIA•TOUCH Bewegung beteiligen und dass Gruppen entstehen, die den Übungen und ihren Inhalten eine stabile Basis und Verbreitung geben.

Gemeinsam mit Peter Frank und befreundeten Organisationen organisieren wir Ausbildungen, auf denen die Übungen vermittelt werden, um Einzelnen zu ermöglichen, sie in ihr tägliches Leben zu integrieren oder Gruppen aufzubauen.

Im Internet unter
www.gaia-touch.info
www.facebook.com/gaiatouch.movement

Wir danken allen Mitwirkenden der GAIA•TOUCH Bewegung und wünschen Dir wunderbare Erfahrungen

Marko Pogacnik und Peter Frank, November 2013