



Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

Meditation des Monats 15. Juli – 20. August 2015 – Vorgeschlagen
von Marko Pogačnik und dem Lebensnetz

DIE TRAGÖDIE VON GRIECHENLAND

Wenn sich das Rückgrat Europas zwischen Griechenland, Mitteleuropa und Island erstreckt, bedeutet das, dass Griechenland das Steißbein des Europäischen Erdungssystems darstellt. Das bedeutet weiter, dass Griechenland, die Ägäis und insbesondere Kreta für die archetypische Verbindung zwischen Gaia, der Erdseele und der elementaren Welt auf der Erdoberfläche (und in weiterer Folge auch die menschliche Kultur) steht.

Das heißt, wenn Griechenland in Chaos gestoßen wird, zerbricht die essentielle Verbindung für das Leben auf der Erde

1.

- Wenn Du Deine linke Hand mit der Handfläche nach oben und gespreizten Fingern vor Dir hinlegst, siehst Du den geographischen Körper Griechenlands. Der Daumen stellt dabei Attika dar, die vier Finger die vier Halbinseln des Peloponnes, die in das Mittelmeer hinausragen und weiter in das lebensspendende Zentrum der Erde.
- Nachdem sich Deine Hand auf das geographische Griechenland eingestimmt hat stelle Dir vor, wie an der Spitze eines jeden Fingers ein heller Stern leuchtet. (Lege auch die rechte Hand mit dem Daumen nach links vor Dich und stelle Dir ebensolche Sterne an den Fingerspitzen vor).
- Führe beide Hände durch das Wasser des Mittelmeeres Deinen Körper entlang hinunter bis zum Herzen der Erde, um die Verbindung zu Gaia und ihren Drachenkräften wieder herzustellen. Nimm Dir Zeit, Erfahrungen zu sammeln.

2

Der zweite Vorschlag bezieht sich auf eine ganz ähnliche Aggression gegen die elementare Welt in und um uns.

- Stelle Dir einen kleinen Wasserfall mit unterschiedlichen Farben vor, der von Deinem Kopf über die Rückseite Deines Körpers hinabfällt, um den Rücken und seine Verbindungen mit dem kausalen Hintergrund der manifesten Welt zu beschützen
- Wenn Du auf der Höhe des Steißbeins angelangt bist, stelle Dir vor, wie Du eine schützende Sphäre um diesen Bereich des Körpers aufbaust (vielleicht in blau).
- Stelle Dir vor, dass solch eine Sphäre auch das Zentrum der Erde, die Gebärmutter Gaias, beschützt.
- Lasse diese zwei Sphären sich einander nähern bis sie sich überschneiden, so dass sich eine starke Verbindung zwischen diesen beiden Vitalzentren bildet. (Sei Dir dabei bewusst, dass das Steißbein in Resonanz mit Griechenland steht, weil sie eine ähnliche Funktion haben, das Steißbein im menschlichen Körper, Griechenland im Körper Europas)

3

Der dritte Vorschlag basiert auf der Atmung.

- Stehe aufrecht, die Füße parallel und etwas auseinander.
- Sei Dir eines goldenen Punktes zwischen Deinen Füßen bewusst, der in Resonanz mit dem Herzen Gaias steht.
- Stelle Dir ein goldenes Rohr vor, das von diesem Punkt ausgeht und aufrecht durch die Mitte Deines Körpers ragt. Ich nenne es die „Flöte Gaias“, weil es in unterschiedlichen Höhen Löcher hat, um beim Atmen unhörbare Klänge zu erzeugen.
- Nimm den ersten Atemzug aus dem Zentrum der Erde und ziehe ihn bis auf die Höhe des Steißbeines hinauf.
- Atme dort durch die dazugehörigen Löcher der Flöte gleichzeitig nach vorne und nach hinten aus.



Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

**Meditation des Monats 15. Juli – 20. August 2015 – Vorgeschlagen
von Marko Pogačnik und dem Lebensnetz**

- Atme in der entgegengesetzten Richtung durch dieselben Löcher ein und atme in den Kosmos aus.
- Nimm den nächsten Atemzug aus dem Kosmos und hole ihn herunter bis auf die Höhe des Steißbeins. Atme dort wie oben beschrieben aus und wieder ein.
- Zum Schluss atme zum Herzen der Erde aus.
- Jetzt beginnt der nächste Atemzyklus. Du kannst diesmal ein anderes Loch von Gaias Flöte verwenden... Setze mit der Atmung fort um sicherzustellen, dass das manifestierte Leben auf der Erde sich im Austausch mit dem Herzen Gaias befindet und die Verbindung stabil ist.