



Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

Meditation des Monats 20. August – 20. September 2017 –
Vorgeschlagen von Marko Pogačnik und dem Lebensnetz

DIE KRAFT DES ELEMENTAREN HERZENS AKTIVIEREN

Das elementare Herz stellt einen holographischen Teil (ein Fraktal) des Herzens von Gaia dar, das in jedem Wesen ihrer Schöpfung pulsiert. Beim Menschen befindet es sich beim unteren Ende des Brustbeines. Man kann es sich wie einen Doppelkonus oder einen Kreisel vorstellen. Seine untere Spitze steht mit der Quelle der ursprünglichen Impulse des Lebens in der Mitte des Bauches in Verbindung, die obere Spitze ist mit dem menschlichen Herzsystem verbunden. Genauso wichtig ist der Punkt hinter dem Ende des Brustbeins, das sich mit den Archetypen des Herzsystems verbindet, ebenso der Punkt vorne, der das Tor zu den manifestierten Dimensionen des Lebens öffnet.

Das elementare Herz, das in der menschlichen Kultur beinahe in Vergessenheit geraten ist, ist die optimale Möglichkeit für den Menschen, um mit Gaia, der Schöpferin des Lebens, zu kommunizieren und sich mit ihren kreativen Kräften zu verbinden.

Das Ziel der folgenden Meditation ist es, die persönliche Beziehung zum elementaren Herzen sowie die Verbindung mit der kreativen Kraft Gaias, der Erdgöttin, wieder herzustellen.

1. Nimm Dir etwas Zeit, um den Raum des elementaren Herzens, wie er oben beschrieben ist, wieder herzustellen. Achte darauf, wie sich das anfühlt, auch in Hinblick auf die vier beschriebenen Aspekte.
2. Beginne dann, mit Deiner Vorstellung entlang der Ränder des elementaren Herzens auf Höhe des unteren Ende des Brustbeins im Uhrzeigersinn zu rotieren.
3. Weite die Rotation dann spiralförmig nach oben und unten aus, so dass die Spirale über die obere und untere Spitze der beiden Kegel hinausragt. Bewege die Spiralen einige Male aufwärts und abwärts und beobachte wie es sich anfühlt, wenn das elementare Herz erwacht. Was sagt es Dir?
4. Um Dich mit dem Herzen Gaias zu verbinden, dehne die spiralförmige Rotation über Deinen Körper hinaus aus, nach unten tief in die Erde und gleichzeitig weit nach oben. Wie ist es, mit dem Herzen der Erde in Resonanz zu sein?

Angesichts der verrückt werdenden Welt steigt die Wahrscheinlichkeit katastrophaler Ereignisse. Wenn Du Dich in solch einer Situation befindest, verwende diese Meditation, um den beschriebenen vertikalen Kanal aufzubauen und bitte Gaia, das betreffende Ereignis in ihre Unterwelt aufzunehmen und es in Frieden zu verwandeln. Unterstütze den Vorgang indem Du auf unterschiedlichen Ebenen des Korridors Membranen der Transformation schaffst. Die Bitte an Gaia sollte dabei aus der Tiefe Deines Herzens kommen.

Da derzeit die Konflikte zwischen Atommächten eskalieren zögere nicht, jetzt an dieser Problematik zu arbeiten.

Marko Pogačnik, UNESCO Künstler für den Frieden, für das Lebensnetz