



## Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

Meditation des Monats 20. August – 20. September 2018 –  
Vorgeschlagen von Marko Pogačnik und dem Lebensnetz

### LEBENSKRAFT MIT DER LEBENDIGEN UMGEBUNG AUSTAUSCHEN

Unserer kollektiven Wahrnehmung nähert sich derzeit eine herausfordernde Situation durch das, was als „Klimawandel“ bezeichnet wird. Durch das Fehlen von Tieren in unserer Umwelt und die Störung in den natürlichen Zyklen des planetaren Netzwerks des elementaren Lebens wird die Lebenskraft immer weiter geschwächt und verliert die Verbindung.

Eine der wesentlichen Rollen der Familie der Tiere ist, sich um störende Lebensenergie auf dem Planeten zu kümmern. Jede Spezies hat eine spezielle Rolle in diesem Netzwerk, so dass alle Ebenen des Lebens erreicht werden können. Durch die Dezimierung der Tiere und das Aussterben von Tierarten erscheinen quasi Löcher in der Lebenskraft, speziell in städtischer Umgebung.

Die Menschen können in dieser Situation helfen, da wir gemeinsame Vorfahren mit den Tieren haben. Deshalb sind wir auch in der Lage, die freudige Aufgabe, Lebenskraft zu verteilen, mit unseren Tier-Verwandten zu teilen. Zweitens sind wir höchst kreative Wesen und können bewusst entscheiden, in der gegebenen Situation zu helfen. Wir können das fehlende Glied in dem in sich verbundenen Fluss der Lebensenergie auf der Erde kreieren. Lasst uns jetzt üben, bevor die Situation untragbar wird. Die folgende Meditation wurde für diesen Zweck geschaffen.

- Sei Dir bewusst, dass unser Körper in Übereinstimmung mit dem binären Code geschaffen ist. Wir haben das linke und das rechte Knie, die linke und die rechte Seite der Brust, das linke und das rechte Ohr. u.s.w.  
Dementsprechend teilen das Rückgrat hinten und das Brustbein vorne klar die linke Seite der Brust von der rechten.
- Stelle Dir vor, dass beide Seiten der Brust die Form eines Zylinders haben. Sie berühren sich an der Linie, die vom Rückgrat und dem Brustbein gebildet werden.
- Nun beginnt der rechte Zylinder, sich nach links zu drehen und der linke entgegengesetzt. Die Bewegung geht vom Brustbein in Richtung Rückgrat. So empfängst Du den Strom des Lebens aus der Umgebung.
- Wenn sich die Zylinder in die andere Richtung drehen (vom Rückgrat zur Brust), erzeugt Du Lebensenergie und gibst sie in die Umgebung ab.
- Um die Magie des Austauschs von Lebenskraft mit der lebendigen Umgebung zu lernen, suche Dir einen Baum, einen Felsen oder ein Tier aus. Sende eine Zeit Lebenskraft zu dem ausgewählten Wesen und sei dann aufmerksam und spüre die Antwort, also den Strom, der zu Dir kommt. Du kannst den Fluss der Lebenskraft auch mit dem binären Rhythmus Deines Atems verbinden.
- Später kannst Du auch paarweise oder in einer Gruppe von Teilnehmern üben.
- Lass es nicht zu, dass die Schönheit des Lebens verschwindet!