



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

**Meditation des Monats 20. November - 20. Dezember  
2014 - Vorgeschlagen von Marko Pogačnik und dem  
Lebensnetz**

### DIE VERÄNDERUNGEN IM VITALEN RAUM ERLEBEN UND UNTERSTÜTZEN

Die Raum- und Zeitstruktur verändert sich grundlegend auf der kausalen Ebene – hinter Deiner 3-dimensionalen Realität. Früher oder später wird die neue multidimensionale Zusammensetzung der Realität aber unsere tägliche Erfahrung sein.

Schon jetzt ist es möglich, die neue Konstitution der Realität zu erfahren und so den eigenen Körper auf den Transformationsprozess einzustimmen und die Veränderungen global zu unterstützen. Genau das ist das Ziel dieser Monatsmeditation. Ich schlage verschiedene Möglichkeiten als Zugang für die individuelle Erforschung vor:

1

Stelle Dir vor, wie Du in der Sphäre Deiner Umwelt (oder der Erde als Ganzes) sitzt. Drehe diese Kugel langsam um Deinen Körper in Richtung Deines Rückens bis Du wieder am Ausgangspunkt angelangt bist.

Achte auf die Veränderungen in Deiner Wahrnehmung. Horche auf mögliche Botschaften. Wenn Du willst, kannst Du den selben Weg zurück nehmen.

2

Eine andere Variante:

Stelle Dir einen grünen Punkt in einiger Entfernung vor Deinem Herzzentrum vor. Lasse den grünen Punkt nun um Deinen Körper herum in Richtung Deines Rückens wandern.

Das ist der selbe Weg, den die Sonne in der klassischen Vorstellung in ihrem Kreis um die Erde nimmt. Der Abschnitt hinter Deinem Körper entspricht der Nacht.

Das Umkreisen des Körpers kann auch horizontal erfolgen – auf der Höhe von jeweils unterschiedlichen Chakras.

3

Auch das folgende GaiaTouch Handkosmogramm kann hilfreich sein:

1. Um die alte Körperstruktur darzustellen, forme mit Deinen Händen eine Kugel in der Form, dass sich die Fingerspitzen der zusammengehörigen Finger, einschließlich der Daumen, berühren. Wir haben so eine geschlossene Sphäre geschaffen, die einen eindimensionalen Charakter hat wie die Erde, wenn wir sie nur als ein Objekt aus Materie sehen, das um die Sonne kreist.
2. Um nun zur neuen, multidimensionalen Körperstruktur voranzukommen, müssen wir die eine Hand nach rechts und die andere gleichzeitig nach links drehen (während sich die Fingerspitzen immer noch berühren), bis wir bei folgender Anordnung der Finger angelangt sind:
3. Die kleinen Finger berühren die Daumen. Die anderen Finger zeigen in den leeren Raum links und rechts. Anstatt einer geschlossenen Kugel haben wir nun eine offene Struktur, die es dem Atem der Erde und des Universums erlaubt, durch sie zu gleiten.
4. Die Verbindung der Daumen mit den kleinen Fingern ist nicht weniger wichtig. Sie steht für die neue treibende Kraft hinter der menschlichen Entwicklung und der Entwicklung des Erdkosmos. Sie kann als die Kraft des Bewusstseins (kleine Finger) identifiziert werden, die mit unseren Schwester-Evolutionen verbunden ist, mit denen wir die Schönheit der Erde teilen (die Daumen).



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

**Meditation des Monats 20. November - 20. Dezember  
2014 - Vorgeschlagen von Marko Pogačnik und dem  
Lebensnetz**

