



Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

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

Liebe Freunde und Ko-Kreatoren der LifeNet Bewegung!

Während des internationalen Treffens des Lebensnetzes rund um die Sommersonnenwende habe ich den Auftrag erhalten, die Erstellung der monatlichen Meditationen fortzusetzen und Martin Krausch hat sich bereit erklärt, diese weiter ins Deutsche zu übersetzen. Danke Martin!

Ich möchte mich vorstellen: mein Name ist Marko Pogačnik, ich bin aus Slowenien und war an der Schwelle zum neuen Jahrtausend einer der Mitbegründer des Lebensnetzes. Mein Fokus bei der Kreation der Meditationen für das Lebensnetz ist es, unsere Verbindung und Zusammenarbeit mit den Veränderungsprozessen zu vertiefen, die die einzelnen Menschen, die Menschheit und die Erde in dieser Epoche durchlaufen. Ich tue mein Bestes. Aber wenn Ihr einen dringenden Vorschlag habt, schreibt mir einfach und ich werde versuchen, Eure Vorschläge in eine der Meditationen einzuarbeiten. Ich wünsche Euch das Allerbeste und hoffe auf die Zusammenarbeit durch das Medium der Meditation. Marko

SICH FÜR DEN TANZ DES LEBENS ÖFFNEN

Die Menschen der rationalen Epoche tendieren dazu, strikte Grenzen zwischen der inneren und der „äußeren“ Welt aufrecht zu erhalten. Mit der „äußeren“ Welt meine ich nicht die entfremdete Welt der menschlichen Angelegenheiten. Ich meine die lebendige und atmende Welt von Gaia, ihre Pflanzen, Tiere, Steine, Bewusstsein der Natur etc., die Präsenz des Lebens an sich. Es ist Zeit, sich für den Tanz des Lebens im Inneren und im Äußeren zu öffnen.

Ausgangspunkt für diese Art der Meditation ist die Tatsache, dass die Energien unseres Körpers und unsere Mikroben-Familien in permanentem Austausch mit den Mikroorganismen der umgebenden Landschaft und ihren elementaren Kräften und Wesen stehen. Aber in der Epoche der neuen Lebensbedingungen auf dem Planeten ist das nicht genug. Wir treten in eine Epoche ein, die vom Element des Bewusstseins (dem Luftelement) beherrscht wird. Und wenn wir die beschriebene Veränderung nicht bewusst begleiten (ich meine in erster Linie das Herzbewusstsein) hat sie weder für Gaia noch für die betroffenen Menschen genügend Wert. Du kannst die vorgeschlagene Meditation immer und überall machen, im Gehen, vielleicht wenn Du in der Natur sitzt oder dich in Städtischer Umgebung befindest. Um das Eindringen fremder Energien zu verhindern, sei in Deiner Essenz präsent. Das Gesetz der Resonanz wird es dann nur jenen Kräften und Wesen, die mit Deiner Absicht in Einklang stehen, erlauben, mit Dir zu interagieren.

- Stelle Dir vor, dass Dein Körper nicht ein dichtes Objekt ist, sondern sich aus unzähligen Einheiten (Fraktalen) des Organismus des Lebens zusammensetzt – genauso wie Deine momentane Umgebung. Lasse die Teilchen Deines multidimensionalen Körpers sich frei durch die Umgebung bewegen und sei offen für die Welten Gaias, die zu Dir kommen.
- Um den Austausch der beiden Facetten der Realität anzuregen, halte Deine Aufmerksamkeit auf den Punkt hinter dem Steißbein gerichtet.
- Der Austausch kann sich verändern, wenn Du Deinen Fokus auf die Höhe Deines elementaren Herzens anhebst, das hinter dem unteren Ende des Brustbeins pulsiert – oder noch einen Schritt höher zu dem Punkt hinter dem Kronenchakra – Du könntest aber auch einen Schritt hinunter zum Punkt zwischen den Knien (dem Chakra des Erdelements) machen, oder zum Punkt unter Deinen Füßen.

Ich wünsche Dir viel Freude bei der Kommunikation mit der lebendigen Erde. Marko