



Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

Meditation des Monats 20. August – 20. September 2019 –
Vorgeschlagen von Marko Pogačnik und dem Lebensnetz

ÜBERLEBEN UNTER DEN BEDINGUNGEN INTENSIVER ERDVERÄNDERUNGEN

Die Erde beschreitet ihren Weg der Wandlung mit großer Geschwindigkeit, während der Großteil der Menschheit keine Idee hat, was vor sich geht. Daher ist ihre Zusammenarbeit mit Gaia schwach und langsam. Diese widersprüchliche Situation kann dazu führen, dass sich die Menschen zeitweilig in einem Raum wiederfinden, in dem die notwendigen Lebenskräfte und Inspirationen fehlen. Um auf eine solche Situation vorbereitet zu sein, müssen wir jetzt anfangen zu üben.

Die folgende Meditation kann helfen, Kanäle zu öffnen, die notwendig sind, um die ursprünglichen Kräfte der Erde und des Universums zu empfangen und im Körper und der Umgebung zu integrieren. Sie können den Elementarwesen helfen, uns alle mit der benötigten Lebensenergie und den räumlichen Bedingungen zu „ernähren“, die wir brauchen, um in einer kreativen Weise weiter zu leben – und um unsere Zusammenarbeit mit Gaia in der Form fortzusetzen, dass wir ihrer und unserer Absicht folgen, ein Zeitalter des Friedens und umfassender Integrität auf dem Planeten zu schaffen.

1

- Beginne, indem Du Dich den Urkräften Gaias öffnest. Stelle Dir vor, wie sich ein doppelter Wirbel um Dein Steißbein dreht.
- Nun trennen sich die beiden Teile des Wirbels langsam und kommen wieder zusammen. Wiederhole diese Tor-Öffnung einige Male. Zwischen dem Öffnen und dem Schließen ist eine kleine Pause.
- Atme während einer dieser Pausen die ursprüngliche (Drachen-)kraft und –bewusstsein aus dem Erdzentrum ein. Führe sie hinauf zum Zentrum Deines elementaren Herzens, das sich unter dem unteren Ende des Brustbeins befindet.
- Atme die Energie und das Bewusstsein von diesem Punkt ausgehend aus, so dass der mit der Urkraft der Erde aufgeladene Atem durch Deinen Körper und weiter in Deine Umgebung fließt.
- Wiederhole diese Übung einige Male.

2

- Öffne nun den höchsten Punkt in Deinem Schädel. Stelle Dir vor, wie die einzelnen Schädelknochen auseinandergleiten, so wie es die Kontinentalplatten der Erde öfters tun. Die Öffnung die so entsteht ist bei kleinen Kindern natürlich vorhanden und als Fontanelle bekannt.
- Die Knochen driften auseinander und schließen dann die Öffnung wieder. Wiederhole das einige Male. Mache zwischen dem Öffnen und dem Schließen eine kurze Pause.
- Atme während einer dieser Pausen die ursprüngliche (spirituelle) Kraft und Bewusstsein aus dem Zentrum des Universums ein. Führe sie hinunter in Dein Herzzentrum.
- Atme die Energie und das Bewusstsein von diesem Punkt ausgehend aus, so dass der mit den Urkräften des Universums aufgeladene Atem durch Deinen Körper und weiter in Deine Umgebung fließt.
- Wiederhole diese Übung einige Male.
- Bedanke Dich.