



Lebensnetz-Netzwerk für wechselseitige Inspiration zwischen Erde und Mensch

**Meditation des Monats 20. November – 20. Dezember 2019 –
Vorgeschlagen von Marko Pogačnik und dem Lebensnetz**

ES IST WIEDER ZEIT ZUR REINIGUNG

Der Prozess der Erdwandlung schafft spezielle Zeitabschnitte, in denen es ziemlich einfach ist, die Altlasten zu transformieren, die die Erde nicht in die Zukunft mitnehmen möchte – und dasselbe gilt für persönliche Bürden und Schatten. Der Spätherbst ist auch traditionell als die Zeit des Wandels bekannt, in dem die Göttin der Veränderung regiert.

Die vorgeschlagene Meditation und Imagination ist ein Geschenk dieses Moments. Sie aktiviert dafür die reinigende Kraft des Wasserelements.

- Stelle Dir Regen mit unzähligen feinen Tropfen vor, die entweder auf Dich oder die Landschaft fallen, die Dich umgibt (abhängig davon, ob Du mit einem bestimmten Ort auf der Erde oder mit Deinem Körper arbeiten möchtest).
- Stelle Dir vor, wie die Regentropfen in Deinen Körper oder die gewählte Landschaft eindringen.
- Als Antwort darauf beginnen Regentropfen einer anderen Art in die entgegengesetzte Richtung zu „regnen“, aus dem Inneren Deines Körpers oder dem Körper der Erde zum Himmel. Diese sind grau, weil sie all die Altlasten aus der Erde oder Deinem Körper tragen, die zur Transformation bereit sind.
- Während der Regen weiter auf Deinen Körper oder den der Erde fällt, um die verhärteten Körperstrukturen aufzuweichen, verlassen die grauen Tropfen weiter das Innere der Erde oder des eigenen Körpers.
- Indem die Tropfen weiter aufsteigen, werden sie immer heller und füllen sich mit Licht. Schließlich sind sie sauber und können in den Ozean des Lichts und des Lebens zurückkehren.
- Du kannst diese einfache Imagination auf Deine eigene Weise anwenden. Versuche Dir bewusst zu werden, was der aktuelle Reinigungsprozess in Dir und der Erde verändert.