

110120 110220 Bijdragen aan de balans op Aarde

Lebensnetz - Geomantie en Omwenteling Marko Pogačnik & het Lebensnetz
Netwerk voor wederkerige inspiratie tussen Aarde en mens

Deze keer heeft Sabine Engelhardt voorgesteld onze meditatie te wijden aan het Yin-Yang evenwicht in onszelf en in de Aarde. Ik geloof dat dit geen verdere verklaring behoeft. Het is echter goed als we ons herinneren dat het wereldwijde evenwicht in grote mate afhangt van de persoonlijke Yin-Yang balans van die mensen die zich bewust zijn van de behoeften van het wereldwijde evenwicht. Het doel van deze meditatie betreft onze samenwerking met het evenwichtsproces van onze planeet.

*** Bijdragen aan de balans op Aarde**

- Trek je aandacht voor enkele momenten terug van de golven van de buitenwereld en vindt innerlijke rust.
- Als je een vrouw bent stel je jezelf voor dat een mannelijke pool met zijn rug tegen jouw rug leunt – als je een man bent stel je jezelf voor dat je rug aan rug je vrouwelijke pool aanraakt. Concentreer je niet op de uiterlijke vorm maar bespeur de kwaliteit van zijn / haar aanwezigheid.
- Neem de tijd waar te nemen welke kwaliteit je innerlijke partner, je Yin- of Yangaspect, uitstraalt.
- Nodig hem of haar dan uit langzaam door je lichaam te glijden en sta hem of haar in de loop daarvan toe de verschillende niveaus / gebieden en dimensies van je innerlijke wereld in harmonie te brengen.
- Als je partner voor je verschijnt, nadat hij / zij door je lichaam is gegleden, blijf dan nog een tijd, zonder dat hij / zij zich terugtrekt, met hem / haar verbonden. Jullie kunnen elkaar bijvoorbeeld aanraken aan de knieën, de kin of de handen.
- Laat een energieveld tussen jullie ontstaan met de kwaliteit van het evenwicht / de harmonie. Dit energieveld stelt jullie gezamenlijke hartruimte voor – het hart van het Yin-Yang-evenwicht. Neem het ritme in jullie gemeenschappelijke hartgebied waar.
- Laat dan deze sfeer, welke de beleefde kwaliteit van de Yin-Yang-harmonie belichaamt, in de Aarde overgaan. Wees je ervan bewust dat je hierdoor bijdraagt aan wereldwijde harmonie.