

110620 110720 Opbouwen en versterken van de harte kracht

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

De hartruimte laten uitdijen

Als we van de hartruimte spreken, bedoelen we daarmee het energieveld met een specifieke, prachtige / vredevolle kwaliteit, die opgebouwd wordt als gevolg van het feit dat meer en meer mensen leren om steeds hun innerlijke vrede overeind te houden, en leren in hun hart gecentreerd te zijn.

Het doel van de meditatie is bewust aan het proces deel te nemen dat het energieveld van de harte kracht van onze omgeving en van de planeet opbouwt en versterkt.

*** Opbouwen en versterken van de harte kracht**

- Rust in je hart. Probeer te voelen waar op dit moment het centrum ligt. De positie kan op verschillende momenten licht variëren, dit is belangrijk.
- Als je de uitstraling van je hart wilt versterken, kun je jezelf voorstellen dat het omgeven is door spiegels die zijn licht reflecteren en intensiveren.
- Stel je dan voor dat een horizontale as van je hartcentrum uitgaat, zowel in de richting van je fysieke hart alsook in de tegenovergestelde richting. Geef deze as van links naar rechts een kleur: zilver, misschien groen of goud. Aan beide uiteinden van de as zijn ballen aangebracht zodat deze uiteinden niet scherp zijn.
- Stel je vervolgens nog een as voor die verticaal door je hartcentrum loopt. Hierdoor ontstaat een kruis, waarvan alle armen een gelijke lengte dienen te hebben. Je kunt een derde as toevoegen, van achteren naar voren.
- Dan begint het kruis zich om zijn centrum heen te draaien. Kies verschillende richtingen, ook diagonale. Werk vanuit je gevoel, zonder exactheid te claimen.
- Het is belangrijk dat je de draaiingen met je handen begeleidt, opdat je intentie boven de visualisering uitgaat.
- Geef de vergroting van de hartkwaliteit meer en meer aandacht. Laat het energieveld / de sfeer in de omgeving uitdijen en tot slot over de wereld heen gaan.