

## **170820 170920 Activeren van de kracht van het elementaire hart**

Voorstel van Marko Pogačnik, UNESCO Artist for Peace 2016 2018, en het LifeNet – netwerk voor wederzijdse inspiratie tussen Aarde en mensheid

Het elementaire hart vormt een holografisch deel (een fractal) van het hart van Gaia, dat in ieder wezen van haar schepping pulseert. Bij de mens bevindt het zich aan de onderkant van het borstbeen. Je kunt het je voorstellen als een dubbele conus of een draaitol.

De onderste punt staat in verbinding met de bron van de oorspronkelijke levensimpulsen in het midden van de buik. Het bovenste punt is met het menselijke hartsysteem verbonden. Net zo belangrijk is het punt achter het einde van het borstbeen omdat dit zich verbindt met de archetypen van het hartsysteem, alsook het punt voor het borstbeen dat de poortdeur tot de gemanifesteerde dimensies van het leven opent.

Het elementaire hart, in de menselijke cultuur bijna in de vergetelheid geraakt, vormt de optimale mogelijkheid binnen een mens om met Gaia, de schepster van het leven, te communiceren en zich met haar creatieve krachten te verbinden.

Het doel van de volgende meditatie is om de persoonlijke relatie met het elementaire hart en de verbinding met de creatieve kracht van Gaia, de Aardegodin, weer tot stand te brengen.

### **\* Activeren van de kracht van het elementaire hart**

- 1 Neem de tijd om de ruimte van het elementaire hart, zoals boven beschreven, opnieuw te creëren. Wees je bewust hoe dit voelt, mogelijk ook gelet op de vier beschreven aspecten.
- 2 Begin dan, in je verbeelding, ter hoogte van het ondereind van het borstbeen met de wijzers van de klok mee het langs de randen van het elementaire hart te roteren.
- 3 Breid de rotatie zowel naar beneden als naar boven spiraalvormig uit, zodat de beweging voorbij het onderste alsook het bovenste punt van de twee kegels uitkomt. Beweeg spirallend een paar keer omhoog en omlaag en ervaar hoe het voelt als het elementaire hart ontwaakt. Wat zegt het jou?
- 4 Om je met het hart van Gaia te verbinden, breid je de spiraalvormige rotatie tot ver voorbij je lichaam uit; tegelijkertijd diep naar beneden de Aarde in en ver naar boven. Hoe is het om met het hart van de Aarde in resonantie te zijn?

Met het oog op de krankzinnig wordende wereld stijgt de waarschijnlijkheid van destructieve gebeurtenissen. Als je je in zo'n situatie bevindt, gebruik dan deze meditatie om het beschreven verticale kanaal op te bouwen en vraag Gaia om de betreffende gebeurtenis in haar benedenwereld op te nemen en het te transformeren in vrede.

Ondersteun het proces door op verscheidene niveaus van het kanaal transformatie-membranen te creëren. Het verzoek aan Gaia moet daarbij als een gebed uit het diepst van je hart komen. Aarzel niet om nu aan deze problematiek te werken, omdat momenteel de conflicten tussen atommachten escaleren.

