

190320 190420 Met Gaia-Vonken de creatieve processen van Gaia ondersteunen - aanvulling

Voorstel van Marko Pogačnik en het Lebensnetz - Netwerk voor Wederzijdse inspiratie tussen Aarde en Mensheid

Lieve vrienden van het Lebensnetz,

Net nadat we de Maandmeditatie verzonden hadden werd ik me bewust, dat deze meditatie ook voor de persoonlijke gezondheid en stabiliteit behulpzaam kan zijn, als men het zogenaamde '5^e stigma' erbij betreft, het stigma dat de centra van handen en voeten completeert.

In de christelijke overlevering bestaat er een vijfde stigma, dat zich aan de rechterkant van de borstkas ter hoogte van het elementaire hart - aan de punt van het borstbeen - bevindt. Dit centrum behoort tot de elementenchakra's en heeft betrekking op het element water. Dit water-element-chakra is een portaal waardoor Gaia-Vonken in het binnenste van je lichaam kunnen binnentreden om daar verkwikkend of helend te werken.

Het proces volgt een bewuste ademhaling:

- Adem door het genoemde portaal (door het vijfde stigma) Gaia-Vonken vanuit de omgeving in. (Het portaal verhindert dat onnodige zaken ingeademd wordt.)
- Terwijl je uitademt, voer je de Gaia-Vonken naar die organen of plekken in je lichaam, waar hun hulp bij heling nodig is.
- Als je opnieuw inademt, verzamel je de Gaia-vonken weer bij elkaar en brengt ze vervolgens terug naar het portaal van het vijfde stigma, geef ze bij het uitademen terug aan de omgeving.
- Dan volgt de nieuwe ademteug...