

HETI GYAKORLAT A GAIIVAL VALÓ KAPCSOLAT ELMÉLYÍTÉSÉRE XI.

közzététel: 2022. március 24., csütörtök

Emberi lény,
ismerd fel magad a központodból,
térj haza, az esszenciád helyére,
kapcsolódj újra hozzá
és élj megújult harmóniában önmagaddal
és így, velem.
(Gaia)

Marko gyakorlata

1. Képzeld el, hogy leülsz meditálni – nem vagy elégedett mindennapi életkörülményeiddel.
2. Majd észreveszed, hogy a gerincoszlopod mentén kanyargó lépcsők vezetnek benned fölfelé.
3. Úgy érzed, követned kell a lépcsőket felfelé – de az utat nemsokára egy fém-szerű membrán zárja el.
4. Összeszeded a bátorságod és áttörsz a membránon, és kilépsz a nyíláson.
5. Most a létezés egy másik síkján találod magadat. Hegyek, levegő és zsongó élettel teli természeti környezetben.
6. Rájössz, hogy nem a mennyországban vagy, hanem végre megérkeztél az élet igazi és tápláló világába.
7. Fedezd fel a rezonanciát a körülötted vibráló élet szférája és a belső lényeged között.
8. Légy boldog és hálás.