

Verbindung

Antakarana - die Regenbogenbrücke

Antakarana bedeutet die Regenbogenbrücke und meint die Brücke zwischen den Welten/ Dimensionen. Sie verbindet dich mit allen Ebenen in deinem multidimensionalen Sein und hat ihren Ursprung in deinem Herz. Die Antakarana geht entlang der Pranaröhre und tritt aus dem Alpha- und Omega-Chakra aus. Von hier geht sie in die höchsten Ebenen des Seins und runter in die Dualität.

Diese Übung ist ein Ausdruck deiner Absicht, sich mit allem, was ist, wieder zu verbinden. Du stärkst deine Verbindung zu deinen ganz persönlichen höchsten Ebenen und weitest deine Kanäle. Die Verbindung zu den geistigen Ebenen wird somit immer besser und stabiler.

Wiederhole die Übung in regelmäßigen Abständen, so wie es sich für dich gut anfühlt. Die Größe, d.h. der Durchmesser deiner Antakarana bestimmst du selbst, mach sie so groß wie es dir deine Intuition sagt. Sie kann klein wie ein Tischtennisball sein oder auch groß wie ein Fußball, sei hier ganz frei.

Aufbau der Antakarana

Zentriere dich und gehe in die Mitte deines Herzens.

Öffne dein Herz und siehe wie strahlendes Licht herausströmt.

Dieses Licht geht entlang deiner Pranaröhre, die wie eine Säule senkrecht durch die Mitte deines Körpers geht, zum Alpha- und Omega-Chakra.

Öffne nun Alpha- und Omega-Chakra und lass die Antakarana nach oben und unten ausstrahlen wie zwei große Lichtleitungen. Die eine geht dem Himmel empor und die andere in

die Erde hinein.

Sehe wie deine Antakarana nach oben hinaus in den Himmel, durch das Universum, durch die Dimensionen direkt in die Quelle selbst hinein geht, verbinde dich von hieraus bewusst mit allem, was ist.

Siehe nun wie deine Antakarana nach unten in die Erde geht und aus deiner Antakarana große und auch viele kleine goldene Wurzeln in die Erde hinein wachsen, bis ins Zentrum des Planeten. Verbinde dich mit Lady Gaia.

Betrachte dich nun von etwas weiter weg und siehe wie eine gewaltige Lichtsäule aus der Quelle heraus bis auf die Erde geht

und nun sehe dich, du bist das Verbindende Element in der Mitte dieser Säule.

Dein Herz ist diese Antakarana, ohne dich wäre diese nicht.

Du bist es, der/die die Ebenen miteinander verbindet.