

Meditazione per la Prosperità

(tratta da "L'Insegnante dell'Era dell'Acquario")

Posizione

Sedetevi in Posizione Facile applicando una leggera chiusura a livello del collo (Jalandhar Bandh).

Occhi

Gli occhi sono chiusi e rivolti in su, con la concentrazione portata sul Punto del Terzo Occhio, tra le sopracciglia. Si possono tenere anche gli occhi aperti, rivolti in basso e con la concentrazione portata sulla punta del naso.

Mudra

Mettete i gomiti ai lati del corpo, con gli avambracci paralleli a terra. Le mani sono rivolte in avanti, con i palmi in su e i polsi tesi. I polpastrelli dei pollici e degli indici sono in contatto.

Mantra

Vibrate il seguente mantra seguendo un ritmo costante:

HAR HA-RE HA-RI WA-HE GU-RU

Questo mantra usa le tre qualità di HAR: seme, flusso e perfezionamento, nell'Infinito estatico di Dio.

Durata

Continuate per 11-31 minuti.

Commenti

Questa meditazione fornisce una guida e il modo per superare ogni blocco. Il futuro è chiaro, senza ansia. Ogni causa ha un impatto e un'orbita di effetto. Questa meditazione vi permette di usare la Mente Neutra per intuire tutti gli impatti previsti e imprevisi dei pensieri mentali che sentite ora o che erano parte di voi nel passato. Se questa parte di voi non è bilanciata, la gente prenderà le distanze da voi per la paura subconscia della vostra percezione, della schiettezza e della verità. Se è equilibrata, ottenete guida e autocontrollo per fidarvi di qualsiasi cosa vi arrivi. Non siete mai sviati rispetto all'abbondanza e rimanete vicini al vostro percorso.

