

NM0401 A10515 - Frequenze

Yogi Bhajan, Ph.D. Espanola - May 15th, 2001

La tua vita è cominciata quando un piccolo spermatozoo ed un piccolo uovo si sono incontrati e uniti. Da quel momento tu ti stai espandendo. I tuoi capelli stanno crescendo. La tua pelle sta cambiando. Non c'è una parte del tuo corpo che non si stia espandendo. Il giorno che il tuo corpo rifiuterà di espandersi quel giorno tu sarai morto. L'espansione è la legge. L'universo si sta espandendo; i pianeti e le galassie si stanno espandendo.

I matrimoni si rompono quando le persone non camminano alla stessa frequenza. Il matrimonio è un'unione. Deve stabilire una frequenza comune tra le due persone. Quando le frequenze sono le stesse in una relazione, c'è riverenza. La riverenza è uno stato della mente che unisce le frequenze. Le vostre vite come le state vivendo oggi sono troppo approssimative per poter sviluppare quella grazia che vi è necessaria per poter sopravvivere al domani. Dice guru Gobind Singh, "Assoggetta la tua testa, in maniera che il tuo ego se ne possa andare, e puoi vivere dal tuo cuore." La tua frequenza non incontrerà mai un'altra frequenza perché la bastonata dei tuoi cuori non ha la stessa continuità tutto il tempo. Invece di essere nobile, sobrio e grazioso, L'amore non ha dimensione, ma l'amore è un'unione, e deve unire e correggere le frequenze. Come una candela accesa dà la luce finché vive, amare la tua vita deve darti grazia, e la grazia attira riverenza. È definito Suchiaar. Lo stato più elevato della mente, del corpo e dell'anima. Diceva guru Nanak, "Dove non c'è bugia, comprendere è molto chiaro e facile, c'è Verità, Verità personale. Come si diviene veritieri? Quando viviamo nella verità, cade il muro della falsità. L'energia viene sprecata perché la falsità soffoca la gioia di vivere. Tu puoi vivere la tua vita nei desideri della tua immaginazione, come girando un film, nella necessità che pensa e nel karma, o puoi vivere nel dharma, dove sei completamente in accordo, seguendo la Legge della Natura. La luna ha la sua propria orbita nel cielo e riflette il sole. Anche se la luna cresce e cala, è sempre là. Qualunque

donna che va da un uomo verrà rifiutata. Voi devete attirare la grazia, non il corpo del maschio! Se tu non attrai la grazia di un maschio, poi non lo troverete mai. Il matrimonio è un'unione. Lo spirito è uno, la grazia è una, la coscienza è una, la rilevanza è una e la frequenza è una. La mia relazione con le persone è come quella di un cesello, di un martello sulla pietra. Quando incontri il tuo insegnante, escono le scintille. Quanto è sfortunato chi nella sua vita è senza nessuno che gli può dire "fermati!" e lui ubbidisce. Quando c'è un segnale di stop sulla strada, ti metti a litigare e a ragionare con lui? Quando tu interrompi l'onda dei tuoi pensieri diventi divino. Permettiti di farti vedere come funziona.

Meditazione di NM0401 - ferma le onde di pensieri

Siedi diritto in una posizione a gambe incrociate (gli studenti devono sedere, di fronte all'insegnante). Alza ambo le mani di fianco alle spalle coi gomiti rilassati.

Solleva l'indice, mentre le altre dita sono chiuse a pugno dal pollice. Gli occhi sono chiusi. Canta il mantra "Har Haray Haree, Wah-he Guroo" di Nirinjan Kaur. Continua per 31 minuti. Per finire, ispira, trattieni, stendi il braccio su diritto e stira la spina. Le punte delle dita dell'indice dovrebbero essere dure come l'acciaio. Espira. Ripeti 2 volte ancora e rilassa.

Sat Nam.

