

M127 Paris 2 Nov 1996

Shashra

La vita, la famiglia, voi, io, gli altri, le relazioni, le religioni, realtà fantasie desideri, ambiente, effetti, circostanze geografiche, sesso, sensazioni ecc.... ecc... ecc.. queste e altre sono le forze che vi pressano. Quale religione le vostre forme, chi siete voi. Tutte le forze hanno un effetto su di voi. Tutto questo parlare è filosofia, è **Shashra il chakra dei mille petali** che affronta tutte queste pressioni, Se lui lavora ed è sviluppato potete affrontare la vita assai facilmente. Non è la vita che ha importanza, quello che conta è la quantità di coraggio che voi avete per affrontarla. La differenza è solo la quantità di coraggio e la rapidità con cui potete mettere in moto la sfida.

Se avete Shashra sviluppato tutte le pressioni sono assai normali per voi. Avete la capacità elementare di fare le cose ed affrontare la vita.

Voi avete vissuto ieri, ed ora avete la memoria di ieri e la fantasia del domani, influenzata dalla memoria di ieri, occupa interamente la vostra forza vita adesso. Ma voi avete bisogno di vivere ora, il domani deve diventare oggi perchè possiate averci a che fare. Altrimenti quando arriva siete assolutamente senza energie per affrontarlo.

Questa è la vita. Voi non siete pronti a comprendere che ieri è passato e domani deve arrivare ad oggi perchè vi possiate far fronte, perchè dovete sprecare tutta la vostra energia. Scrivete su un foglio la realtà

Questo succede perchè credete che siete voi che fate le cose, che non c'è nessuno che si può occupare della vostra routine.

Perchè volete vedere Dio

Mentre il Dio che è già dentro di Voi è così grande.

Per me è molto difficile spiegare questo. Non sono io che lavoro è Dio che lavora per mezzo di me.

Il corso che ho preparato per voi oggi è assai duro.



1° Esercizio 11 minuti:

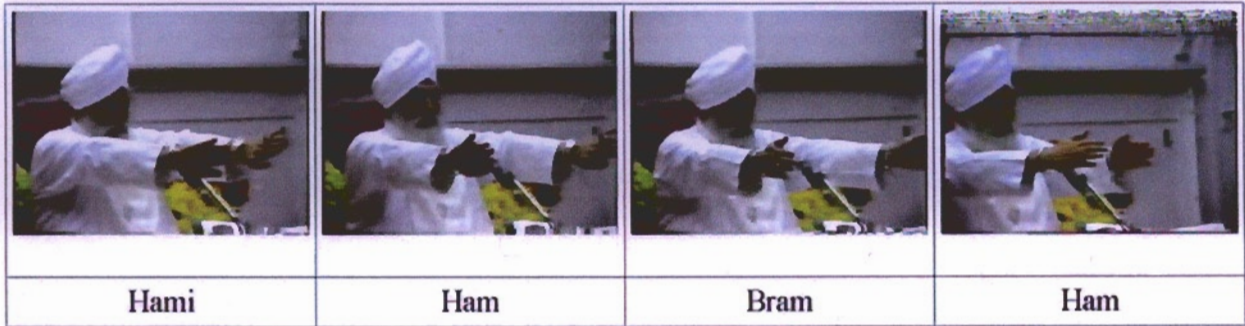
Attiviamo Shashra(rinforziamo il sistema nervoso centrale)

Prendete la posizione della figura, palmo sinistro verso il cielo e dita della mano destra separate e tese, chiudete gli occhi e cantate il Mantra Wahe Guru Wahe Jo di Gyan Ji.

E' un a questione di shashra. Neurologico creativo equilibrio dell'emisfero sinistro e la capacità di penetrare il finito fino all'infinito.

Depressione, inferiorità, insanità, insensibilità e progettare. Potete attaccare o non attaccare, senza questione è qualcosa che controlla voi stessi, che vi controlla. Quancosa che controlla i cieli in Voi, qualcuno che vi controlla, se siete fortunati avete trovato una guida, un maestro. Se non avete fortuna avrete il vostro Ego. Nella vostra vita il dolore proviene dall'ego, non dal vostro destino. Il destino non è altro che la distanza che vi separa dall'infinito. Se Shashra è equilibrato ed il chakra è penetrato la vita intera è per voi. è l'energia che equilibra gli emisferi dx e sx e la capacità di penetrare il finito fino all'infinito.

2° Esercizio: 11 minuti ora equilibriamo gli emisferi del cervello



3° Esercizio: 16 min e ½: Invochiamo Soldi, Prosperità.....mano sinistra sul cuore, e la



destra di fianco alla spalla in gyan mudra (pollice-
indice unite) mentre le altre dita velocemente si
muovono come impazzite di uno due centimetri e
cantate dalla cima della testa muovendo
velocemente la lingua HAR HAR HAR HAR
HAR HAR HAR HAR, velocemente senza
interruzione dopo **5 minuti e ½**
interrompete e cominciate a battere
alternativamente i palmi delle sul centro
dell'ombelico al ritmo del battito di un tamburo.
Picchiate il vostro ombelico con il ritmo. Dopo **4**
minuti fermatevi e respirate lungo e profondo
mentre mentalmente continuate a risuonare il
ritmo del suono nel vostro ventre e nella testa,

lasciate ballare il vostro ventre al ritmo del tamburo che continua a suonare ad un ritmo via via più
intenso.....Lasciate ballare l'ombelico con il ritmo..... con il ritmo....., con il ritmo....., con il
ritmo....., muovete l'ombelico risvegliate l'energia,..... concentrate meditate
profondamente..... **CONTROLLATE IL VENTRE DI VOSTRA MADRE**(**7**
minuti) My the longSAT NAM.