

Pour la richesse et les opportunités intuitives

2 Février 1976

1



1. Asseyez-vous calmement en position confortable. Relâchez vos bras sur les côtés avec les paumes faisant face vers l'avant. Alternativement venez plier chaque coude en amenant la paume vers le centre de la poitrine. Ne pliez pas les poignets et les mains. Bougez aussi vite que vous le pouvez, vous devriez transpirer après quelques minutes. Maintenez un équilibre rythmique du mouvement de vos mains. Si vos mains se cognent, cela signifie que cet équilibre n'est pas tenu.

Cet exercice nettoie la lymphe et les glandes lymphatiques de la poitrine supérieure, rend le cœur en bonne santé, et est bon pour la zone des seins. Il travaille sur les hémisphères droits et gauches du cerveau, créant un équilibre entre eux. Cela vous permet de savoir quoi faire.

En tant qu'échauffement pour la méditation suivante, pratiquez cet exercice de 3 à 11 minutes. Si vous souhaitez le faire en tant que tel, pratiquez cet exercice entre 10 et 15 minutes chaque matin.



2. Toujours dans la même position, connectez les bouts des doigts pour équilibrer l'énergie. Laissez les pouces séparés et tendus. Les doigts sont relâchés et séparés, les mains relâchées. (Hariang n'est pas un mantra neutre donc les pouces qui représentent l'égo doivent rester séparés). Regardez à 60° entre vos mains. Chantez Hariang seize fois sur une respiration. Chaque répétition prend 13-15 secondes. Continuez 11-31 minutes.

2



Hariang signifie « Shiva » le Destructeur du Mal. C'est un mantra puissant qui amène la richesse et l'opportunité intuitive. Quand vous chantez Hariang le bout de la langue touche le palais dur, derrière les dents de devant, pour faire le son « r ».

Cela prendra plusieurs mois pour faire de cette méditation une pratique maîtrisée. Si vous la pratiquez pendant 90 jours, elle activera votre cerveau de façon à savoir exactement ce qui est quoi. Cela vous rendra très sensible. Cela rendra possible intuitivement pour vous de vivre créativement votre propre potentiel et connecter aux opportunités autour de vous.

« Être riche c'est avoir le pouvoir de la richesse. La prospérité c'est quand vous êtes intentionnellement satisfaits ». YB