

# Meditación para convertirse en canal para elevar a los demás en la Era de Acuario.

*Impartido por Yogi Bhajan el 10 de abril de 1998, en Los Angeles , California*

"Tú eres el mañana. Ese "mañana" en que el mundo vendrá a ti. La gente vendrá y pedirá ser bendecida. Bendice a los que vienen a tí, a cada uno de ustedes. Las palabras del Gurú nunca son falsas." - Yogi Bhajan

Mudra : entrelaza los dedos de las manos y dobla los codos hacia abajo a ambos lados del cuerpo . Las manos están frente al diafragma con las palmas mirando hacia el cuerpo . Manténlas ahí.

Ojos : Cerrados

Respiración : Larga y profunda, respiración consciente. A veces, en esta meditación la respiración se vuelve superficial. Aférrate a la respiración. Que sea larga y profunda. Consigue que Dios te guíe a través del prana.

Enfoque mental: Sientes culpa. No te vas a deshacer de la culpa en un día. Así que dite a tí mismo: "Yo soy el peor, pero en este momento soy el mejor, porque Dios me ha hecho fluir a través de Su energía. "

Y a continuación, expándete hacia el Cuerpo Radiante (el décimo), y ve los 30 billones de microcélulas bailando desde dentro de tu ser y yendo al Universo. Todo lo que tienes que decirles es: "Toca el corazón de la persona que necesite la ayuda del Guru." A partir de entonces es problema del Guru, no tuyo.

Ve más y más profundo, tomarás el sentido de la meditación, de modo que mientras que puedes caminar y trabajar con los ojos abiertos, no estarás en tu cuerpo. Alguien más se hará cargo de tu cuerpo y te llevará con seguridad a través de la distancia del destino para darte lo que necesitas. Seremos novecientos sesenta millones. Las personas vendrán y tocarán tus pies y pedirán ser bendecidas. Bendice a los que vengan a tí, a cada uno de ustedes. Las palabras del Gurú nunca son falsas.

Desintégrate en 30 billones de células y deja que el campo magnético se mueva a través de toda la energía del planeta, las estrellas y todo. Ahora concéntrate para que tu columna vertebral sea como un tubo de luz. Se enciende entre la base del cuello hasta la base en la que estás sentado. Deja que tu luz brille.

Lo que tus ojos ven no significa nada. Lo que ves con el ojo interior, el tercer ojo, eso es lo que importa. Deja que tu campo electromagnético se magnifique y expanda. Deja que el Infinito te toque.