

# Meditación para la Riqueza y la oportunidad intuitiva

*Impartido por Yogi Bhajan el 2 de febrero de 1976*

## Calentamiento

**Postura:** Siéntese en postura fácil

**Mudra:** *Relaje los brazos a los lados con las palmas hacia adelante. Doble alternativamente cada codo, llevando las palmas hacia el centro de su pecho, pero no toque su pecho. No doble las muñecas o las manos. Muévase lo más rápido que pueda y mantenga un equilibrio en el movimiento rítmico de sus manos. 3-11 minutos.*



## Meditación

**Posture:** Siéntese en postura fácil

**Mudra:** *Conecte ligeramente las yemas de los dedos de las manos izquierda y derecha para igualar la energía, dejando los pulgares separados y extendidos hacia el centro del corazón. Los dedos están ligeramente separados y las manos están relajadas. Los pulgares no deben tocarse.*



**Eye Focus:** *Mira hacia abajo a través de tus manos en un ángulo de 60 grados.*

**Mantra:** Chant *Hareeang* 16 veces por respiración. El ciclo del canto toma alrededor de 13-15 segundos.

**Tiempo:** 11-31 minutos.

## Comments:

Puede tomar un par de meses para poner esta meditación bajo su control, pero si hace esta meditación durante noventa días, puede activar su cerebro para que pueda saber exactamente qué es qué. Puede hacer que sea intuitivamente posible para usted vivir creativamente a su propio potencial y aprovechar las oportunidades a su alrededor.

