

RITUAL MAATIANO SENCILLO

Alia22

©Alia22- (2005 - todos los derechos reservados)

Para: www.circulodorado.com

1. Siéntate en una postura de tu elección con la espalda derecha. Estira el brazo y coloca manos sobre los muslos o las rodillas. Inspira y expira varias veces por ambos orificios. Instala una respiración cómoda
2. Inspira por ambos orificios hasta la región frontal de la cabeza varias veces; cierra (conteniendo la respiración) el puño derecho y gira la mano izquierda con la palma hacia arriba.
3. Con los ojos cerrados concéntrate en la parte izquierda de tu cabeza, sigue descendiendo por la parte izquierda de la cara y concéntrate en el hombro izquierdo. Sigue respirando notando el lado izquierdo de la cara, cabeza y hombros,
4. Después de unas respiraciones, continua concentrándote por el brazo izquierdo, codo y antebrazos, llegara un momento en que la cabeza girara a ese lado (también recuerda que la mano izquierda esta sobre los muslos con la palma hacia arriba).
5. Continúa respirando llevando la atención desde la punta de los dedos, hasta la parte frontal-izquierda de tu cabeza. En estos momentos empezaras a notar un cosquilleo en la palma de la mano izquierda.
6. Visualiza una pequeña bolita de color rojo escarlata en tu mano izquierda que se va creando al ritmo de tu respiración. Cuando la bolita esté firmemente construida y se perciba sin ninguna duda, llénala con Ira, Miedo, Culpa, Crueldad y afán de Poder sobre otros.
7. Cométela y trágatela (es amarga).
8. Inspira desde la punta de los dedos hasta la parte frontal izquierda de tu cabeza y gira la cabeza hacia centro.
9. Vuelve a inspirar y cierra la mano izquierda y al espirar abre la palma de la mano derecha.
10. Repite el mismo proceso pero ahora con el lado derecho de la cabeza, hombros y brazo derecho y construye una bolita en la palma de la mano derecha de color blanco-azulado.
11. Cuando esté construida llénala de Amor, Paz, Compasión. Cométela y trágatela su sabor es dulce y apetecible.
12. Deshacer lentamente y finalmente colocar las dos manos en el suelo o en la tierra y Decir:

"DOS IGUAL A CERO NO HAY DIFERENCIA".