

Projektion 4 – Der Historiker historian

„Übertragung vergangener Erinnerungen“

(Relay of a Past Memory)

Negative Mind x Anhangkar/Negativ

Ständig fließen Erinnerungen in unser Bewusstsein. Der negative Geist sortiert ausschließlich danach, ob sie dein Handeln und deine Identität unterstützen. Diese Projektion **zu stark**, wirst du in Bezug auf vergangene Fehler und Trübsal voller Furcht sein. Es fällt dir schwer zu wechseln und du brauchst ein hohes Vertrauensniveau, bevor du dich zu einer bestimmten Richtung des Handelns verfestest. Wieder und wieder verlangst du Beweise für Dinge, die bereits sicher sind. Du **zu schwach**, bist du durch Dinge, die du, hättest du vergangene Lektionen gelernt, vermeiden haben könntest, geblendet. Du erlaubst Ärger und Frustration der Vergangenheit sich unterbewusst zu entwickeln und einzumischen. Ist sie **balanciert**, lernst du von Vergangenen schnell, vermeidest deine eigenen Traumata und kümmerst dich um andere und kannst zügig mit neuen Plänen auftauchen, die alte Irrtümer vermeiden und vergangene Verwirrung klären. Du wirst in hohem Sinne ethisch sein und am besten fühlen, wenn du in der Lage bist, all den Irrtümern, die andere gemacht haben, zu vergeben und neue Wege, vorwärts zu marschieren, erschaffst.

Synchronisationsmeditation

Cross-heart Kirtan Kriya

Sitze aufrecht. Kreuze die Unterarme etwas unterhalb der Handgelenke und halte sie vor der Brust. Dabei weisen sie ein wenig nach außen, so dass die Handflächen etwas zur Brust und etwas nach oben zeigen. Blicke auf die Nasenspitze und beginne zu singen:



Saa taa naa maa

- Währenddessen lass jeweils die Spitze des einen und dann des nächsten Fingers den Daumen berühren. Beginne mit der Spitze des Zeigefingers, dann des Mittel-, dann des Ring-, und dann des kleinen Fingers.

Fahre für 11 bis 31 Minuten fort.

Dann atme tief ein, halte die Luft an, rolle die Augen nach oben und werde komplett ruhig. Entspanne dich. Die Hemisphären des Gehirns werden balanciert. Die Vergangenheit wird verarbeitet und abgeworfen; Unsicherheit wird verdampfen.