

Conferencia Nro.48 Fase "A"
PRONUNCIACIÓN DE MANTRAMS PARA EL DESDOBLAMIENTO ASTRAL

En esta Conferencia se hará una práctica pronunciando los diferentes mantram

Así: En voz alta cinco veces y luego en voz silenciada 15 veces.

- 1- FAAAAAARRRRRAAAAAOOOOOONNNNNNNN
- 2- LAAAAAARRRRRAAAAASSSSSSSS
- 3- OOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOO
- 4- RRRRRRRRRRRRRRRRRRRRRRRRRRRRR
- 5- SSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSS

El Mantram FARAON Concentrados imaginando en la frente una pirámide

El mantram LARRAS Concentrados en el entrecejo.

El mantram OOOOOO Concentrado en el corazón.

El mantram RRRRRR Concentrado en la laringe.

El mantram SSSSSSS Concentrado en el entrecejo.

Nota: Estar atento para mantralizar exhalando, aproximadamente 6 segundos.

Inhalación suave lo más normal posible, para no espantar el sueño.

Advertir a los alumnos que durante la noche se utiliza un solo mantram.