

GUÍA PARA LA MEDITACIÓN DE LA FLOR DE ORO:

1) Alineación espiritual: El espíritu original / Tao / «El principio de Cristo»

«¡Desviar la atención de las limitaciones y vivir plenamente la perfección!»

(El principio de Cristo)

Que todos los seres sean felices y bendecidos.

Que todos los seres encuentren la luz y la salvación.

Los 5 Mandamientos de la Auto Evolución:

1. «Solo hay un 'ser divino'» (Estar seguro en el yo)
2. «El hombre es responsable» (Conscientes de la necesidad de dar nueva vida al mundo)
3. «Respetá y ama a cada ser como tú mismo»* (Felicidad y fortaleza a través de los vínculos*)
4. «La vida es eterna» (Dar lugar a otra visión del tiempo y el espacio)
5. «Todo tiene sentido» (Reconocer y usar orden superior)

*(Percibe a cada ser de la misma forma que te gustaría ser percibido.)

(Los 5 Mandamientos de la "Auto Evolución" [Selbstevolution] de Andreas Koch ©)

2) El Código de Sanación: Preparación para el poder sanador de la meditación

(Ver instrucción)

"Más que nada, guarda tu corazón, porque él es la fuente de la vida." (Rey Salomón)

»Pedimos por que todas las imágenes negativas conocidas y desconocidas, creencias malsanas, memorias celulares destructivas y nuestras deficiencias físicas

sean desenterradas, abiertas y sanadas, siendo llenadas de la luz universal, la fuerza de la vida y la energía sanadora del amor (las energías divinas).

Pedimos que los efectos de esta sanación se incrementen 100 veces o más.«

Principio del amor: ¡Elije actuar con amor en cada situación que se presente. Hagas lo que hagas, debes hacerlo desde el estado intrínseco del amor y enfocado en el momento presente!

("The Healing Code" (Los Códigos Curativos) de Alex Loyd - Ben Johnson © | "Das Love Principle" de Alex Loyd ©)

3) Preparación a través del estímulo y la canalización de la energía :

Con los ojos abiertos

La meditación debe empezar con algunos ejercicios de estiramiento de yoga (Saludo al sol, por ejemplo)

lo que facilitará poder sentarse y adoptar una postura cómoda durante unos 20-30 minutos en completa relajación y paz.

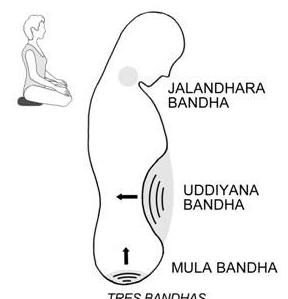
(Para mayor flexibilidad doblar la espalda y los hombros hacia adelante y hacia atrás; girar, estirar, soltar y relajarse).

- 1 **La respiración de fuego:** Inhalación profunda y fuerte expulsión del aire con contracción de la pared abdominal y del diafragma (Energía Kundalini). (Se puede intensificar con estiramiento y flexión del torso.)
(Repetir 30 veces)

Con los ojos cerrados, vista hacia el 3r. ojo, lengua en el paladar

- 2 **Erección a través de la contracción:** Inhalación profunda desde el coxis, hasta la glándula pineal contrayendo a la vez los músculos de "Bandhas" (suelo pélvico, músculos del diafragma y cuello). Contraer y tensar, tirando todos los músculos hacia los huesos y reforzando la contracción y el volumen de la respiración. Contener la respiración, hasta sentir el impulso de exhalar e inhalar una vez más. *Erguir el cuerpo, recoger y conservar esta energía..*
(3x repetir, 1x con "cerrar los 5 sentidos) Entremedio respirar profundo y relajarse.

LOS TRES BANDHAS



A la tercera vez, cierre los 5 sentidos: mental y muscularmente, jalar los ojos, nariz, oídos y boca hacia el centro de la cabeza.

Con los ojos cerrados, vista hacia el 3r. ojo, lengua en el paladar

- 3 Respirar a través del canal espinal de la columna vertebral:** Mientras pronuncia la sílaba «HAM» Inspirar profundo ascendiendo desde el coxis, a través del canal central (**Sushumna**) por los canales de la energía sutil (**Nadis**) sobre la glándula pineal hasta el 3r. ojo (energía fría). Invertir el orden exhalando desde el 3r. ojo, con la sílaba «SA» (energía caliente), seguir sobre la glándula pineal a través del canal central '**Nadi**' (**Sushumna**) hasta el coxis. (*El mantra nuestras relaciones*).

(3 - 10 x Fortalece la energía de la espalda y despierta la energía-Kundalini para la aplicación de la práctica A4)

- 4 Esperar el impulso respiratorio:** En completa relajación, esperar hasta el impulso de la respiración respire espontáneamente, sin nuestra intervención - así esperar hasta que surja el impulso, exhalar de nuevo, simplemente dejar que suceda y percibir la relajación. (3 x)

- 5 Respiración alterna:** Manteniendo la fosa nasal izquierda abierta, cierre la derecha con el pulgar de la mano derecha; exhale y luego inhale. Luego, una el dedo índice con el 4to. o el 5to. dedo de la mano derecha y sostenga por unos segundos* - Ahora abra la fosa nasal derecha, manteniendo la fosa izquierda cerrada. Exhale e inhale de nuevo. Nuevamente, cierre ambas fosas nasales y sostenga. Empezar de nuevo con la izquierda.

(*Contar a 7 durante la respiración por inhalación, suspensión y exhalación/Alternativas 4/8/4 o 4/16/8 (5 - 10 x)

El impulso respiratorio debe salir del corazón/si es posible, mientras lo hacemos, alinear simultáneamente con el silencio, con la luz y con el tercer ojo – Esta práctica ayuda a equilibrar el suministro de oxígeno en ambas mitades del cerebro y de todo el cuerpo, lo cual contribuye a controlar mejor nuestros pensamientos.

4) Preparación a través de la relajación: »SOLTAR TODO Y RELAJARSE«

- Los párpados casi o completamente cerrados*, lengua en el paladar, mirada hacia el 3r.ojo
- Con la lengua tocando el paladar, mirando hacia la punta de la nariz, mantener los párpados superiores en esta posición (Solo si puede mantener esta posición sin mucho esfuerzo)* Dejar fluir la luz ligeramente desde el exterior los párpados inferiores (Si no es posible, cerrar los ojos completamente)*, Centrar la atención en el 3r. ojo (Situado en el entrecejo sobre la raíz de la nariz a un dedo de ancho detrás de la frente), - El centro interno es la glándula pituitaria (epífisis) en el centro de la cabeza que alimentamos, pero la energía kundalini se almacena en la glándula pineal del chakra coronario. Desde allí miramos con el ojo interior hacia el centro de la frente, - al 3r. Ojo exterior

- 1 Soltar todo y relajarse:** Soltarlo todo. Entregarle a la tierra todo el peso, todo el dolor y todos los pensamientos que obstruyen la mente. Sentirse apoyado y anclado en ella. Relajar por completo el cerebro y reducir su función únicamente a escuchar y a observar.
- 2 Respiración tranquila, uniforme y natural:** Sentarse cómodamente en el suelo y sentirse ligero, sin peso. Acomodarse, moverse y mecere hasta lograr una postura cómoda y relajada.
- 3 Espacio-interior-cuerpo:** Estar conscientemente presente en el interior de nuestro cuerpo físico, percibiendo la energía y la conciencia como luz en todo su interior. Estar presente en cada célula del cuerpo, en la piel hasta la punta de los cabellos.
- 4 Percibir el cuerpo etéreo y sus centros sutiles (Chakras), canales (Nadis) y meridianos:**

Fortalecer el cuerpo etéreo desde el 3r. ojo y desde el punto coronario con la luz cósmica, la energía vital y la conciencia; conectarlo con el cuerpo físico y el espíritu original. Sentarse en su propia fuerza y energía y sentir la sensación de calidez y seguridad que te invade.

- 5 Abrir el santuario, el espacio interior de tu corazón:** Centrar la atención en el Chakra cardíaco en el centro del pecho a la altura del corazón. ¡Desde el centro «corazón espiritual» en este espacio sagrado conectarte con amor y aprecio ti mismo, hacer que una luz dorada aparezca en ella e irradiar! Surge una «sonrisa interior» surge, que nos acompañará a lo largo de esta meditación. Extender el espacio interior del corazón y disolver las estructuras de ansiedad. Percibir el cuerpo luminoso que nos rodea, y expandir el interior de tu corazón más allá hasta del infinito, hasta sentir esa unión y comunión con toda la creación, que te acompañará a lo largo de toda la meditación.

(¡Después de la meditación, esta conexión mantenerla en la vida cotidiana lo más posible!)

5) Práctica de la «inversión de la luz»: »¡Alinear todos los sentidos hacia adentro!«

— No hay imágenes ni pensamientos, solo se percibe la energía
(3 imágenes Pág.5 en: «aclaración de la técnica» imagen. 2 + 3)

— Los párpados casi o completamente cerrados*, lengua en el paladar, mirada hacia el 3r.ojo

A

A Circulación inversa de la energía (A1 - A4) «PARAR» ILUSIÓN DE LOS SENTIDOS

A1 Circulación inversa de la energía del cuerpo sutil (EJERCICIO BÁSICO 1): Al inicio

conectamos nuestra *conciencia* con la *energía vital* y con la *energía sexual* detrás del ombligo, a dos o tres dedos de ancho bajo el ombligo, en el «espacio de la fuerza» del abdomen (tracto genital con útero o conducto espermático). Despues, nos conectamos con *las energías del universo* (galaxias, estrellas, planetas, sol y luna) y las energías de nuestra tierra (personas, animales, plantas, minerales, elementos y átomos) en el mismo lugar, las unimos en el ombligo y así fortalecemos la "vida" y el "espíritu" (la Conciencia Primordial).

¡A partir de aquí hasta el final de la meditación trabajamos principalmente con el cuerpo sutil!

Con toda esta energía acumulada iniciamos el ciclo con la *Inhalación** en el ombligo y guiamos la energía a través del Centro Sexual (por encima del pubis) hasta el suelo pélvico y sobre el coxis detrás de la espalda hasta el punto corona (ápice de la cabeza) y conectamos esta energía con nuestro Espíritu Original (El Yo Superior) y con el 3r. ojo en la frente. (Ver im. p. 5)

(Al inhalar, el perineo y los genitales permanecen relajados)

Desde el 3r. ojo en el centro de la frente, ahora conducimos la energía con *Exhalación** a través de la nariz, paladar, barbilla y pecho hasta el ombligo y almacenamos esta energía acumulada en la cavidad abdominal entre el ombligo y la cruz en el «**Área de la Fuerza**» en el abdomen.

(Al exhalar: Contraer el perineo (suelo pélvico) y jalar los genitales suavemente hacia adentro y hacia arriba.)

Aquí en el abdomen, recogemos la energía con la ayuda de una bola o pelota energética (del tamaño de una bola de golf o de tenis) o algo similar. La rodamos por «**detrás arriba / frente abajo**», siguiendo por delante de arriba hacia abajo o «**en círculos**», para almacenar, sellar y sublimar esta energía. (Mínimo 3 x)

— *En todos los ejercicios (A1 - A4) respiramos así en la órbita microcósmica! (Fig. 32, p. 5)*

** En las prácticas A1 – A2 "abrimos" y "cerramos" los dos «portales inferiores» de la energía con una ligera contracción de los músculos. (todos los demás músculos (diafragma, abdomen, pubis) se mantienen relajados. El diafragma debe estar flexible y libre de movimiento) manteniendo cerrado el «portal superior» o coronilla.**

(El perineo y los genitales forman los «portales (de energía) inferiores», la coronilla es el «portal superior»)

Estas instrucciones: «Ciclo de retorno de la energía» y «Portales de energía» valen también para las prácticas 2-4.

A partir de aquí empieza "da capo" la próxima ronda de la «órbita micro cósmica» de los meridianos de acupuntura: TU Meridiano (vaso gobernador/la espalda) y el JEN (vaso de concepción/el frente).

— La energía vital se acumula y se cultiva, el aliento se vuelve silencioso.

A2 Aumentar la capacidad respiratoria: Continuamos respirando en la circulación inversa de la energía (A1) y, en un primer paso, absorbemos más oxígeno con esta «**Respiración de la longevidad**»; más prana, chi y energía vital en el abdomen. Extendiendo la cavidad abdominal hacia adelante/atrás/derecha/izquierda sin estirar el abdomen. (3-5 x) – En los próximos 3-5 x aumentamos la respiración en todos los órganos: hígado, bazo, riñones, pulmones, corazón y timo (le sonreímos a los órganos y les agradecemos por su trabajo de toda la vida). Continuamos hasta el cerebro y hasta la coronilla, hasta alcanzar la máxima capacidad respiratoria.

(Percibir la diferencia del antes y el después, sentir la energía)

A3 Respiración "ritmizada": Sentir y fortalecer agradablemente el pulso del nuestro corazón.

Con el latido del pulso como generador de ritmo para la respiración "ritmizada" de la circulación inversa de la energía (A1), contar con un número que sea compatible para nosotros, *por ejemplo en 4 latidos de nuestro pulso*:

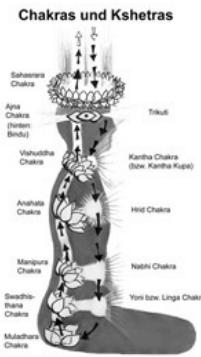
— **Inhalas hasta 4 – Retener hasta 4 – Exhalar hasta 4 – Retener hasta 4** – y si este ritmo se siente natural, ralentizar gradual y suavemente. Concentrar toda nuestra atención en la completa sintonización de estas dos energías; percibiendo el ritmo y la intensidad de esta práctica, viviendo en acorde con nuestras propias fuerzas vitales.

(Relajación y disminución de la respiración)

— La respiración y el ritmo cardíaco se van calmando, el silencio es más intenso

A4 Despertar Kundalini: Movemos energía sexual, energía vital y conciencia desde el ombligo hasta el coxis y aquí en la base de la columna vertebral **liberamos la nuestra energía electromagnética de conciencia, la energía de iluminación "Kundalini" de todas esas situaciones kármicas psicológicas y enredos que afectan nuestras relaciones, aflojando el apego a todas las cosas materiales**, lo que ayuda a la energía de la luz a «**liberar los nodos de energía**». La **Kundalini** se mueve en la columna vertebral a través del canal central de la energía (**Nadi**) «**Sushumna**» ascendiendo hasta la coronilla, despertando a la vez todos los «**Chakras**» (**los centros sutiles de energía cerebroespinal**).

Al final de cada inhalación del ciclo de la Kundalini, el 3r. ojo situado en la frente (6. Chakra) debe ser alimentado de energía, centrando especialmente la atención en este punto. Con la exhalación, almacenamos esta energía partiendo de este punto en la glándula pineal en el centro de la cabeza. Luego almacenamos la energía con la exhalación desde este punto de la glándula pineal en el centro de la cabeza.



(El centro exterior está a 2-3 cm detrás del punto entre las cejas, el centro interior es la glándula pineal en el centro de la cabeza donde almacenamos la energía Kundalini). La energía respiratoria restante se deposita de nuevo en la cavidad abdominal, el «espacio de fuerza».

Contracción y relajación de los músculos del suelo pélvico según ejercicio A1.

En este ejercicio también utilizamos el camino energético de la « circulación inversa».

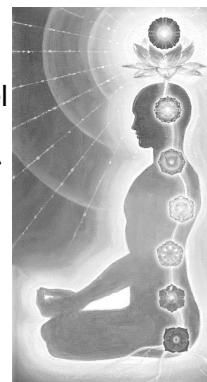
Fuente de la imagen (<https://www.yoga-vidya.de/prana/nadis-und-chakras/sushumna-nadi/>)

— Kundalini despierta, el 3r. ojo se abre, el Ser Superior se conecta con la Energía Vital

B

B Revertir la luz hacia adentro, dejándola circular y reflejar «VER» LA VERDAD

B Dejar fluir la luz desde arriba (EJERCICIO BÁSICO 2): Ahora conducimos la «Luz Universal» (**la energía cósmica creadora, la luz del sol central, el Principio de Cristo o Principio de Buda**) desde el «**punto de corona**»* y del 3r. ojo, hacia el canal espinal dejándolos fluir descendientemente a través del **Canal Nadi** central «**Sushumna**» por todos los nervios y a través los siete sutiles «**Chakras**» para limpiarlos, revitalizarlos y despertarlos. A continuación reflejamos esta luz del suelo pélvico en todo el cuerpo y la dejamos circular «**detrás abajo/frente arriba**» al 3r. ojo. Esta Energía de Luz la almacenamos al igual que en ejercicio A4, en la **Glándula Pineal en el Centro de la Cabeza**.



(*El Punto de Corona (Fontanela), la «Puerta Superior», debe estar abierta durante todo el ejercicio y cerrada de nuevo después del ejercicio*)

(Los portales inferiores de energía permanecen cerrados)

« Los rayos de luz están concentrados hacia arriba en los ojos; ésta es la gran clave del cuerpo humano. Habéis de reflexionar en esto. Si no os sentáis en silencio cada día, esta luz fluye y se arremolina, deteniéndose quién sabe dónde. Si podéis sentaros en a silencio por unos momentos, todo el tiempo – diez mil eras, mil vidas – está penetrado por ello. Todos los fenómenos desembocan en la calma.»

– *El Secreto de la Flor de Oro*

En todas las decisiones importantes podemos usar esta energía para consultar el Espíritu Original (la intuición), la Energía Universal, el Principio de Cristo, el Principio de Buda.

C

La respiración y el ritmo cardíaco se tornan inaudibles, el silencio se estabiliza

C «PARAR» (A) & «VER» (B) ALTERNAR: »ESTABILIZAR EL SILENCIO«

C «Estabilizar el silencio» a través de la «alternación»: En silencio: «**Reflejar la luz** (B) (VER). Cuando los pensamientos vuelvan a surgir, acéptenlos con benevolencia y déjenlos pasar como nubes y permanezcan en silencio. Si esto perturba el silencio, retornar a la «**Circulación inversa de la energía**» (A 1-4) (PARAR) para que los pensamientos se disuelvan. Si el silencio se estabiliza de nuevo: cambiar de nuevo a (B), dejar fluir la luz hacia adentro y «**Circular y reflejar la luz**» (VER). (Para apoyar el silencio también se puede recitar un mantra)

(Este ejercicio sólo se utiliza al inicio de la práctica, hasta que el silencio se hace perceptible en la vida cotidiana!)

EJERCICIO EN SILENCIO: «Nutrir el cuerpo sutil» (Kan y Li):

Conducimos los elementos «Fuego» (Li), «Ver», "Conocimiento Consciente" (conocimiento fáctico) en el 'Ciclo de Luz' (B) «detrás abajo / frente arriba» y «Agua» (Kan), 'Escuchar', "Conocimiento Real" (Conocimiento fluente del Espíritu Primordial) en la 'Circulación inversa' (A) «detrás arriba / frente abajo» en la cavidad abdominal ("Tan Tien" / espacio de la fuerza) y los depositamos uno encima del otro (agua sobre fuego), allí hervimos el agua a fuego lento (como en una olla de agua sobre una hoguera) y dejamos que el vapor curativo del **Chi** (Prana / energía de vida cósmica) suba en el cuerpo.



(Ejercicio "opcional" - ver imagen a la derecha y última imagen en la parte inferior derecha)

————— El hacer dentro de la ociosidad – no hacer nada y todo está hecho

6) SOLTAR TODO Y ENTRAR EN LA QUIETUD DETRÁS DE LA QUIETUD

- Centrarte en el interior del corazón:** Con una sonrisa interior, permanezcan centrados en lo más sagrado del Corazón y conecten con toda la creación más allá del cuerpo de luz.
- Soltar, Relajar, Olvidar Todos***: Soltar de nuevo todo y relajar cuerpo y mente: Entregar ala tierra toda la pesadez, todo el dolor, todas las tensiones, todos los pensamientos, sintiéndose arrastrado y anclado en la pelvis por la tierra. **Bien:** Simplemente dejemos que las cosas sucedan, sin influencias de la mente y la energía de la vida, sin influencias del movimiento de la mente y la energía, caminemos, percibamos nuestro propio ritmo de ir y venir, observar, **simplemente ser testigos. Deja que los pensamientos pasen desapercibidos.** (*Olvidar todos los planes, para revivir después en una nueva frescura!)
- Sentirnos a salvo dentro de nuestro cuerpo, en contacto con nuestra energía vital, nuestro cuerpo sutil y la unidad con nuestro espíritu libre de pensamientos:** Disfrutar de la conexión con nuestra propia energía y nuestro ser superior, disfrutando del espíritu original y omnisciente, y apreciarlo como nuestra patria interior.
- Profundizar el silencio / elevar la vibración espiritual:** Sintonizarse con un poderoso y vivo silencio cual búsqueda de una estrella en el cielo, hasta que el silencio se haga más fuerte y estable.

Mantras: »Hang - Sa / So Ham« / »OM - Om mani padme hum« / »Va -Shi / Shi - Va«

(Los mantras son opcionales, sirven para calmar los pensamientos y fortalecer la centralización)

- Después del silencio:** Primero frotar las manos, sentir la energía que hemos acumulado y frotar con ellas la cabeza y todo el cuerpo. Sólo entonces abrimos los ojos muy lentamente con una sonrisa, para poder volver a este mundo con silencio interior.

(Antes de ponerse de pie, Frotar y aflojar las articulaciones)

————— Retorno lento, trayendo silencio y conciencia en la vida cotidiana

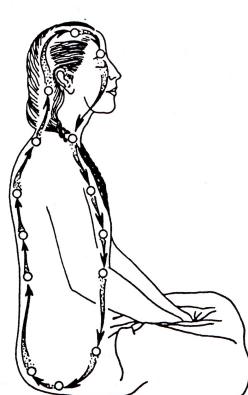
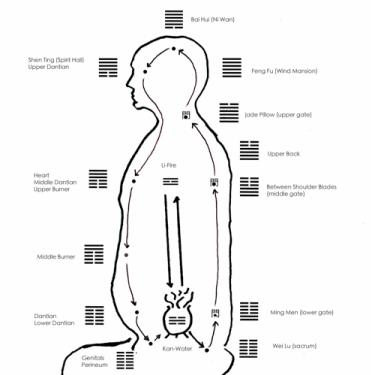
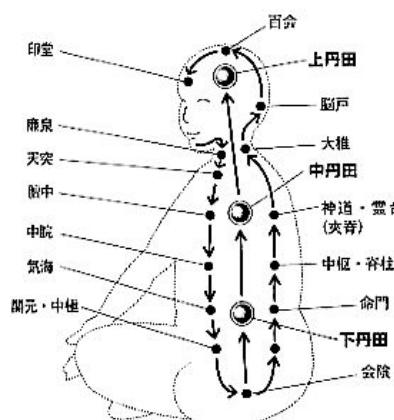


Abb. 32: Die mikrokosmische Umlaufbahn



The Waxing and Waning of Qian and Kun (Yin and Yang)
Qian - The Opening of the Gates - Inhalation
Kun - The Closing of the Gates - Exhalation

Fuente de imagen: [Der Feinstoffliche Körper Windpferd Verlag 1991](#) und [Pinterest - Peter Todesco](#)

MEDITACIÓN EN REPRESENTACIÓN SISTEMÁTICA

(VOLTEAR TODOS LOS SENTIDOS HACIA ADENTRO)

Observación de la respiración 3. Oído SILENCIO Escucha Interna

Focalización del Espíritu 3. Ojo LUZ Visión Interna

EJE DE COORDENADAS: 3. OJO - NUCA POSTERIOR / OREJA - OREJA

BALANZA DE VIDA: MEMENTO MORI - CARPE DIEM

Ritmo respiratorio > Relajación > Sueño profundo > Lucidez

Ritmo cardiaco > Curación / Recuperación > Despertar > Trascendencia

(MEDITACIÓN COMO EJERCICIO DE EXPERIENCIA CERCANA A LA MUERTE)

INTEGRACIÓN DE ESTA EXPERIENCIA EN LA VIDA COTIDIANA

La Quinta Esencia de la Flor de Oro:

Todo lo que poseemos, nuestra única y verdadera posesión, lo que somos, está formado por las tres joyas:

- Nuestro Espíritu (el espíritu purificado) SHEN
- Nuestra energía vital (mueve la respiración y la fuerza de la creatividad) QI
- Nuestra energía de procreación y poder creativo (esencia prenatal y postnatal) JING

»Lo único inevitable es el deseo de reconocerse a sí mismo, de hacer pleno uso de la vida y de liberarse del sufrimiento. Las posibilidades de reconocer nuestra mente están en la meditación y en la práctica de la conciencia plena.

El triple dominio de la aliento, del vacío interior y los procesos físicos conducen a las tres joyas: RESPIRACIÓN, ESPÍRITU y AMBROSÍA (Néctar, Soma, Amrita) (Líquido Cerebroespinal) del orgasmo (extático), que debe ser cuidado y controlado.«

Daniel Odier - Tantra - Sumergirse en el amor absoluto

Desde antaño, estos tres tesoros han sido llamados las tres joyas a las que hay que prestar atención. Una vida con sentido vivido toma este hecho sabiamente en cuenta.

Se trata de entrar en contacto con tu ser espiritual y tu propia energía vital y de nutrir, fortalecer, multiplicar y preservar esta energía.

Conectándonos con nuestro ser espiritual y con nuestra energía vital, nos encontramos a nosotros mismos y nos conectamos con el espíritu original y la esencia de nuestro ser.

Con esto somos capaces de sanarnos a nosotros mismos, para volvemos íntegros y desarrollar habilidades extraordinarias. De este modo toda nuestra personalidad entera se eleva a un estado superior, en cuyo más alto nivel alcanzamos la iluminación y la inmortalidad.

«¡Finalmente se trata de la realización de Dios, del desarrollo del Hombre Universal!»

Inversión de la Luz

Ver en el interior (el reflejo en el espejo no es una verdadera auto-imagen)

Visión Interna

Visión detrás de los Ojos - Parte Posterior de la Espalda - Camino a la Iluminación

Circulación Inversa

arriba en la espalda – elevación del crecimiento espiritual – energía sanadora

Disminuir el movimiento corporal y mental

Cancelación de Tiempo y Espacio

Conscientemente, liberar la mente de sus enredos en la materia

El camino para una mente más organizada - Disolución de nuestro ego

Conexión de la fuerza de la creatividad Kundalini (Chispa Divina) con el Ser Superior (Dios/Tao)

La energía electromagnética dormida Kundalini (la Chispa Divina), debe ser despertada en la base de la columna vertebral, para permitir el crecimiento espiritual, la iluminación y la inmortalidad. Ese es el derecho de nacimiento de todo ser humano. Sólo cuando nos unimos con nuestro espíritu divino original, nuestro tercer ojo despierta al ver real y nos reconocemos en nuestra verdadera forma divina.

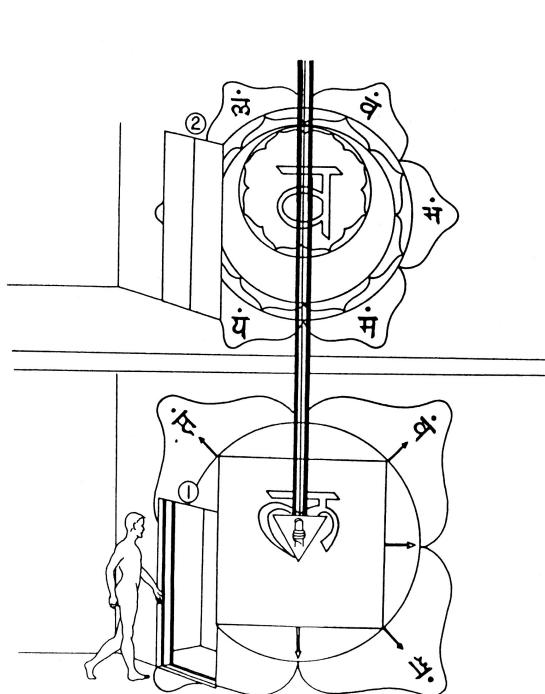


Abb. 25: Der »Chakra-Fahrstuhl«

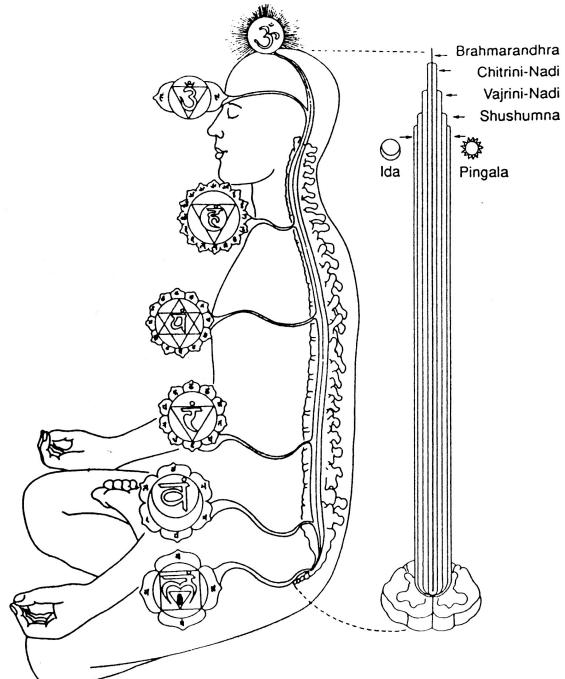


Abb. 15: Die Hüllen des Wirbelsäulenkanals im Querschnitt

Fuente de imagen: [Der Feinstoffliche Körper Windpferd Verlag 1991](#) und [Pinterest - Peter Todesco](#)