

Následujte všech 7 kroků Mírové meditace 4x (nebo vícekrát), pro vytvoření a ukotvení vašeho Pilíře míru.

Prosím nahrajte datum a čas vaší účasti, abychom vás mohli přidat na naši stránku. Pokud zatím nemáte nahrávky tónů, jsou dostupné výše.

1) PŘIPRAVÍM sebe

Vyčistím energii ve svém těle

Vyčistím svou mysl (vypustím myšlenky na starosti minulé i budoucí) soustředím se pouze na tady a teď, na svou účast

Několikrát se zhluboka nadechnu a jemně narovnáím své tělo

2) SPOJÍM se s energií míru

Dám si chvilku na procítění energie svého vnitřního míru

Naladím se na pocit úcty, vděčnosti a posvátnosti v sobě

Jak vstoupím do posvátného prostoru, vnesu úctu, vděčnost a posvátnost také do celé své účasti

3) PŘIPRAVÍM svůj posvátný prostor

Vyčistím místnost, ve které se budu účastnit

(urovnám, rozpráším svěcenou vodu nebo nějakou esenci, zapálím svíčky, umístím květiny nebo i jinak...)

4) STANOVÍM si ZÁMĚR (čtete nahlas následující afirmace)

Záměry pro Worldwide Peace Choir (Celosvětový sbor míru) jsou:

Zpívám a poslouchám Pineal Tones© (pineální tóny)

jako oslavu

Míru ve mně,

Míru na Zemi a

Míru v Izraeli

Společně zpíváme a posloucháme Pineal Tones© (pineální tóny)

jako oslavu

Míru v nás,

Míru na Zemi a

Míru v Izraeli

5) OTEVÍRÁM posvátný prostor

Nyní je čas říci svou oblíbenou modlitbu, zazpívat zahajovací modlitební píseň nebo OM...

Můžete také jednoduše říci: Nyní otevírám posvátný prostor a zahajuji svou účast

6) Nyní se PŘIPOJUJI K ÚČASTI na Pineálních tónech

Zpívám a nebo poslouchám Pineální tóny z "Maui 2012 – Ancient Sounds for the Future." (Starodávne zvuky pro budoucnost)

Pro záměr čištění ranní sbor (stopy 1 – 14).

Pro záměr harmonizace odpolední sbor (stopy 15 – 28).

7) UZAVÍRÁM posvátný prostor

Nyní je čas pro oblíbenou závěrečnou modlitbu nebo píseň, prohlášení, "A TAK TO JE"
Tato slova na závěr slouží k dokončení a ukotvení účasti.

Tento článek je chráněn autorskými právy, máte však povolení jej sdílet všemi médii za respektování podmínky POUZE nekomerčním způsobem, v nezměněné verzi a s uvedením zdroje. Děkujeme.

© 2018 Terri Horiuchi, překlad do češtiny Jaroslava Kodýtková