



La lengua africana

FACULTAD QUE DESARROLLA: Clarividencia y Clariconocimiento

MATERIAL: No se necesita

CANCIÓN RELACIONADA: No se necesita

¿Preparad@ para una tercera forma de conexión?

La laringe está muy conectada con la zona del entrecejo o con el llamado “tercer ojo”. Así, haciendo unos sonidos de fricción de la laringe, en el momento en el que eres consciente de esta fricción, puedes notar cierta presión en la zona del tercer ojo.

Este ejercicio está basado en una práctica realizada por algunas tribus africanas para conectar con los seres difuntos.

PASO A PASO:

1- Resigue con la punta de la lengua el paladar. Desde la parte delantera a la parte de atrás.

Hazlo despacio y con los ojos cerrados. Intenta fijarte en lo que te ocurre. ¿Notas alguna cosa?

2- Repite el proceso varias veces, cada vez más rápido que la anterior.

3- Cuando lo hagas todo lo rápido que puedas, empieza a emitir cualquier sonido. Al mismo tiempo, fíjate en la zona del entrecejo.

4- Vuelve a hacer lo mismo (a la velocidad más rápida) pero esta vez, además, puntea con los dedos la zona del entrecejo, la del chacra coronilla y la del centro del pecho.

5- Ahora repítelo pero sin emitir ningún sonido y observa lo que pasa (puedes anotarlo en la libreta).