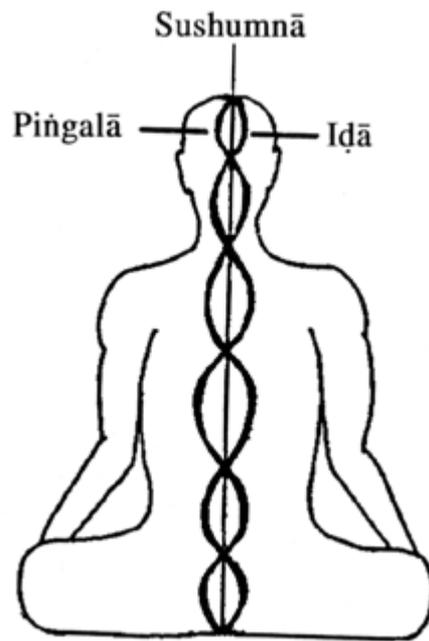


IDA E PINGALA



(Estratto da un post)

Pingala e Ida, così come il Sushumna, possono essere potenziati tramite energia Solare e Lunare. Trovo che questa sia la maniera più potente di potenziarli e bilanciarli.

Pingala è a destra, si estende dal testicolo destro al sopracciglio destro ed appena più in alto fino alla corona, ed è maschile/solare/fuoco.

Ida è a sinistra, si estende dal testicolo sinistro al sopracciglio sinistro ed appena più in alto fino alla corona, ed è femminile/lunare/acqua.

Di notte, invocate la potente energia lunare nel vostro Ida e Sushumna, io trovo che 20 respiri siano molto efficaci.

Di giorno, invocate la potente energia solare nel vostro Pingala e Sushumna, dovete mantenere Pingala, Ida e Sushumna equilibrati. Potete affermare un paio di volte o più "Il mio Pingala/Ida è permanentemente carico di energia Solare/Lunare e si unisce con il mio Ida/Pingala". Dopo si può anche espandere e contrarre i nadi e poi farli ruotare alla velocità della luce.

Suryae si può usare per potenziare il Sushumna, e Thor e Dagaz o Sowilo sono le Rune che ho trovato più utili per riparare il Sushumna. Notate anche, se volete potenziare il vostro Pingala o Ida, che DOVETE potenziare allo stesso modo il vostro Sushumna, e se state usando le rune per un nadi, usatele anche per l'altro e vale lo stesso per i mantra sanscriti.

Trovo anche che Thor sia utile per Ida e Sowilo per Pingala. Potete usare RaTha e RaMa. Per usare tali mantra, vibrare Ra (Sole/Fuoco) nel Pingala e poi Tha (Luna) o Ma (Acqua) nell'Ida. Unire Pingala e Ida è la stessa cosa che unire i chakra inferiori e superiori. Ra Ma e Ra Tha possono essere usate nei chakra per unire quelli superiori e quelli inferiori. Vibrare Ra nel vostro chakra del Plesso Solare e poi Tha/ma nel vostro 6° chakra.

Ho dimenticato di dire che i 3 nadi devono essere ugualmente potenti per unirsi. La meditazione dovrebbe essere fatta così ad esempio:

Di giorno, se invocate 20 respiri di energia solare nel vostro Pingala, invocate 10 respiri nel Sushumna.

Di notte, se invocate 20 respiri di energia lunare nel vostro Ida, invocate 10 respiri nel Sushumna.

Questo garantisce che i nadi siano bilanciati.

Si possono usare i mantra Ra e Tha, che sono sanscriti, per Sole e Luna per aiutare tutto questo. Inoltre, per le persone con la loro Pietra Filosofale, potete invocare energia Solare e Lunare nella vostra Pietra, quando la fate circolare, sentirete il vostro maschile e femminile che si uniscono; questo non è necessario ma accelera il processo ed è stato ispirato da un testo sull'alchimia. Prima che mi dimentichi, se invocate energia Solare e Lunare nella vostra pietra, DOVETE invocare energia Solare e Lunare nella vostra Aura!

Io invoco fuoco nel Pingala e Acqua nell'Ida, come dovrebbe essere. Sono ad un punto morto sul fatto di invocare aria o terra nel Sushumna, perché l'aria è il mediatore fra fuoco ed acqua e la terra è bipolare. Secondo un antico testo cinese, sole luna ed energia del fuoco sono del Sushumna.

