Iniciático

- **Alfalum**
  - Ojos abiertos ritmo máximo-flor, punto, galaxia, girando en el chackra elegido-ojos cerrados con alfalum en posición preferente 3/4 y esfera pulsante en el chacka elegido durante la duración del fosfeno pulsante- 45' imagen en giro en el chackra.
- **Ombligo**
  - Punto en balanceo pulsación o giro - Corriente que asciende por las piernas y se concentra en el ombligo - La corriente entra por el tórax, cabeza, brazos, y se concentra en el ombligo - Representación del árbol, entrar y ser absorbido hacia la tierra por el ombligo - Rocas densas en el viaje -
- **Tensiones estáticas**
  - **2 Luz que parpadea ki-ki-ki en tensión y vibración con tensión mental en la relajación**
    - 2-2-2
    - contracción mental brusca y relajación progresiva 2-4
    - contracción progresiva relajación brusca 4-2
  - **Ejercicio de desdoblamiento**
    - Corriente de luz subiendo por las extremidades se concentra en el entrecejo y sale hacía el objeto o lugar
      - Miniaturizado en el fosfeno el lugar elegido y el doble por partes
      - Exterior persona/objeto
      - Interior persona/objeto
      - Sube por el interior baja por la periferia
  - **1 8-2-8**
    - Tensión en 8 s. repitiendo el pensamiento de fuerza en la contracción y la relajación. Músculo = Voluntad. Relajación busca completa.
    - Detalle de la relajación = concentración en un punto del caos visual
  - Cuerpos
    - Físico. Tiempo-Espacio
    - Matriz Etérica
    - Astral. Tiempo
    - Matriz Causal
    - Mental. Espacio
    - Metamorfoseada
    - Espiritual
    - Matriz consciente
    - Cosmos
- **Mantras**
  - **OM**
    - Lateral + punto de luz + OM cortado
    - Circular + corriente de chispas + OM largo + pronunciación = reposo
      - O = periné M = columna y giro sobre la cabeza
  - **AOM**
    - A = corriente ascendente O = giro frente M = rayos frente
  - **AUM**
    - A = ascendente U = encima cabeza M = infinito
  - **AWEN**
    - A = sube U = encima giro EN = desciende alrededor del cuerpo
  - **A-O**
    - A = dilatación entrecejo O = contracción de 1 s. a 1/6 s. llegando a KI
  - **ATUM**
    - A = sube TU = explosión luminosa M = círculos concéntricos
  - **ACUM**
    - A = sube CU = masa luminosa que irradia del cuerpo M = esta luz se funde con el sol
- **Neumofeno**
  - **Alterna**
    - Inspirar y espirar por una fosa (circular) y luego por la otra
  - **Equilátero**
    - 8-8-8
  - **Rectangular**
    - 8-4-8-4
  - **Isósceles**
    - 8-4-8
  - Condiciones
    - 1 Ligera falta de aire
    - 2 Mezclar en el neumofeno
    - 3 Ritmo en la respiración
    - 4 Regularidad en el ritmo
  - **Cuadrada**
    - 8-8-8-8
  - **Superficial**
    - 1 s. inspiración 1 s. expiración
  - **Circular**
    - Velocidad máxima 1/2 inspiración 1/2 expiración
  - **Cuadrada con refuerzos**
    - 8-8-8-8 con refuerzos en la inspiración y en la retención
- **Pensamiento a la sexta**
  - Subida de kundalini inducida por el ritmo a la sexta de segundo
- **Silla giratoria**
  - Salida del doble
- **Elevación alma**
  - Imagen en el fosfeno o delante - Tejado con tensiones del doble y balanceos - Árbol (meterse en el tronco) piernas como raíces, brazos elevados hacia el sol - Polo norte (aurora boreal) - Luna (viculación emotiva con una persona) cuerpo astral - Continuamos subiendo (esfera luminosa personas inteligentes) cuerpo mental - Equigravitación sol a los pies y descendiendo - Protuberancia y burbujas solares (almas de las personas) - Descenso con el cortejo por un tubo a través de una mancha solar - Estamos en el centro, contracciones y balanceos mentales con la imagen del maestro más venerado - Salimos por el polo hacia la Vía Láctea - Centro Universo ser gigante con los pies en una nube - Vuelta a nuestra galaxia - Centro del sol - salida del sol por la mancha acompañados del cortejo - Línea de equigravitación - Seres inteligentes - Seres emocionales - Tejado - Cuerpo irradiando luz sobre el mundo - Corrientes de luz giratorias en vórtices corporales
- **Girascopio Virtual**
  - Rotación del pensamiento
  - Subida de kundalini