

KY Meditatie Dagen

Yogische wetenschap zegt dat het aantal dagen dat je een bepaalde meditatie achter elkaar doet een specifiek resultaat heeft:

40 dagen meditatie om nieuwe ervaringen je eigen te maken en je capaciteiten te vergroten.

90 dagen meditatie om je onderbewuste helder te maken en nieuwe gewoontes op te bouwen.

120 dagen meditatie om het gewaarzijn in je dagelijkse leven te realiseren.

1000 dagen meditatie om meester van je zelf zijn te ervaren en je bewustzijn te bevestigen, voorbij elke verandering in tijd, ruimte en omstandigheden. Een 1000-dagen oefening projecteert ons nieuwgevonden gewaarzijn, meesterschap en bewustzijn, voor allen onpersoonlijk (het is onpersoonlijk persoonlijk) een discipline van genade, die allen zegent. In mythische en symbolische tradities, zoals numerologie, staat het voor de edelheid van het individu, "1", uitstromend en stralend, als ondersteund door de drie "0's", het lichaam, het denken en de geest, negatieve, positieve and neutrale redes; en de drie guna's. Het is ervaring en meesterschap vermengd in een zelfgekwalificeerd gewaarzijn van menselijke excellentie.

© The Teachings of Yogi Bhajan Page 2

KY 1000 days meditation from 14-2-2009 until 10-11-2011

Yogische wetenschap zegt dat er een specifieke tijdsduur nodig is voor speciale verlangde effecten gedurende de meditatie. De meeste meditaties worden gedaan voor 11 of 31 minuten.

Zie *KY Meditatie Minuten*

[Pinklotus](#) [KY Les](#) [KY Agenda](#) [KY Meditaties](#) [KY Kriyas](#) [KY Healing](#) [KY Maha Mudras](#) [KY Pranayamas](#) [KY Mudras](#) [KY Houdingen](#) [KY Numerologie](#) [KY Chakras](#) [KY Mantras](#)