

Meditație plăcută de la Satan

Aceasta este cea mai frumoasă meditație pe care am făcut-o vreodată. A fost un cadou pentru mine de la Tatăl Satan. Această meditație stimulează chakra coroanei și glanda pineală, iar efectele ei minunate de euforie persistă multă vreme după efectuarea meditației.

1. Începe cu respirația chakrală, în al 3-lea ochi. Inspiră și expiră de câteva ori (vezi *Meditația fundamentală* pentru a înțelege cum să faci asta – în cazul în care nu ești deja familiarizat cu ea).
2. Inspiră energie în mod profund prin al 3-lea ochi, până în chakra a 6-a. A 6-a chakră este situată în mijlocul capului, cam la jumătatea distanței dintre al 3-lea ochi și ceafă.
3. Ține-ți respirația până numeri la 5 (poți să ții mai mult dacă ești experimentat).
4. Acum expiră ușor, vizualizând energia inspirată ca pe o lumină strălucitoare care îți inundă toată partea superioară a capului.

Repetă întreg exercițiul de mai sus de 5-10 ori. Când ai terminat, relaxează-te și meditează pe energia și senzația euforică pe care ți-o conferă.

Atenție: poate crea dependență.

– *Înalta Preoteasă Maxine Dietrich*