



asociación de profesores
Kundalini Yoga

Conferencia de Yogi Bhajan: Dar un minuto a la paz

Texto original extraído de www.3ho.org/events/global-meditations/international-day-peace/yogi-bhajan-lecture-give-one-minute-peace

Texto original en inglés, traducido en servicio para APKY por Deep Prakash Kaur



(Extractos de la conferencia del 10/06/89).

La humanidad tiene que abandonar las tendencias de la guerra y darse cuenta de que la paz es la única manera. Tenemos que darle una oportunidad a la paz y eso es todo para nosotros.

En tu día, dale un minuto a la paz. Siéntate y simplemente relájate, siéntete tranquilo por dentro y haz una oración para honrar a quienes trabajan por la paz y por la tranquilidad de toda la humanidad. Honrémonos a nosotros

mismos. Reconozcamos nuestra paz interior. Medita a tu manera. Ponte en la postura que quieras y ora profundamente por tu paz interior y por toda la humanidad.

Trae tranquilidad y tranquilízate a ti mismo a través de la auto hipnosis en tu tranquilidad, en tu firmeza y en tu amor por toda la humanidad. Necesitamos la oración más profunda, la concentración y la fuerza interior de la mente para la paz universal para que la humanidad pueda vivir.

Da a la Madre Tierra la oportunidad de estar en paz. Da a la humanidad la oportunidad de vivir. Da a los niños del futuro la oportunidad de disfrutar de la facultad que el Creador ha creado para nosotros.

En este momento, tu proyección mental en la paz puede cambiar las mentes en guerra. La paz tiene un precio: la cabeza y el corazón de todos nosotros. Oremos.

© Las Enseñanzas de Yogi Bhajan

Yogi Bhajan Lecture: Give One Minute to Peace



Excerpts from a lecture on 6/10/89

Mankind has to drop the war tendencies and come to realize that peace is the only way. We have to give peace a chance and that's all for us.

In your day, give one minute to peace. Sit down and just relax, feel peaceful inside and give a prayer to honor those who work for peace and for the tranquility of all mankind. Let us honor ourselves. Let us recognize our inner peace. Meditate in your own way. Get into any posture you want and pray deeply for your inner peace and for the entire mankind.

Bring in tranquility and tranquilize yourself through self-hypnosis in your tranquility, in your steadfastness, and in your love for entire mankind. We need the deepest prayer, concentration and strength of the inner mind for universal peace so that mankind can live.

Give Mother Earth the chance to be in peace. Give mankind the chance to live. Give children of the future a chance to enjoy the faculty that the Creator has created for us.

At this time your mental projection in peace can change the warring minds. Peace has a price—the head and heart of all of us. Let us pray.

© The Teachings of Yogi Bhajan