



asociación de profesores
Kundalini Yoga

Conferencia de Yogi Bhajan:

Hábitos, Personalidad y el Cerebro Kundalini

Texto original extraído de www.3ho.org/kundalini-yoga/yogi-bhajan-lecture-habits-personality-and-kundalini-brain

Original en inglés, traducido en servicio para APKY Chile por Siri Tapa Kaur

Extractos de una conferencia dada el 25/03/97

Si tu lóbulo frontal, que es lo que dirige tu personalidad, no está desarrollado, y tu hipotálamo y tálamo no vienen a tu rescate, entonces tus hábitos personales estarán revueltos. Si no puedes activar tus chakras, vas a ser miserable. ¿Alguna vez has conducido un auto cuando la transmisión se resbala? Ves lo horrible que es eso. ¿Alguna vez has conducido un auto en una lluvia muy fuerte cuando los limpiaparabrisas no funcionan?

Dios está en todas partes, Dios es omnipresente, Dios es omnisciente. El hipotálamo y el tálamo deben ser simultáneos. No lo son. Y el tálamo controla tus hábitos automáticos: el hábito de levantarse temprano, el hábito de estar alerta, el hábito de ser flojo, el hábito de ser esto, el hábito de ser malo. Y el lóbulo frontal controla tu personalidad. Y debe ser un lóbulo frontal alerta. Tú lo llamas tercer ojo, tú lo llamas cuarto ojo, no me interesa, llámalo como quieras, pero el hecho es que se trata de tu lóbulo frontal.

Mira la punta de tu nariz. El lóbulo frontal se pondrá pesado como el plomo y tendrás un dolor de cabeza muy abrasador. Eso significa que se está abriendo. Una cosa muy simple, un tercer ojo abierto. Constante, constante, imponte a ti mismo por sobre tu debilidad; reorganiza los iones del cerebro para controlar y ser victorioso. Solo tú puedes ganar. Entrarás en una zona de penumbras en un minuto. Querrás abandonarla y salir. Es normal.

Tres minutos después el cerebro emitirá la suficiente secreción de morfina para que tu dolor desaparezca. Y así tendrás dominio de tu propio ser y el patrón de tu cerebro cambiará—el lado derecho y el izquierdo—de manera que lo que sea que

quieres ganar estará justo frente a ti. Puedes evitar el pago de la consulta. Un poco de ejercicio puede darte todo lo que necesitas en la vida.

Cada uno de ustedes debe convertirse en maestro. Si no te puedes mandar a ti mismo, no te puedes obedecer. Cuando no puedes mandar a tu más alto ser, no puedes obedecer a tu más alto ser; eres un tonto garantizado y registrado. Tu intuición te puede decir todo, solo si tú te mandas a ti mismo. Y luego te obedeces.

No encuentres a Dios, se encontrado por Dios. No intentes decir que alguien es bueno, tú se bueno. Dios es bueno y lo bueno te traerá cosas. Serás próspero, puro y agradable. Simplemente te debes abrir. La idea era disfrutar, reír y tener éxito en la vida, esto cambiará tus chakras. Hará que tu transmisión sea mejor, serás un mejor ser humano.

Oración Final de la Clase

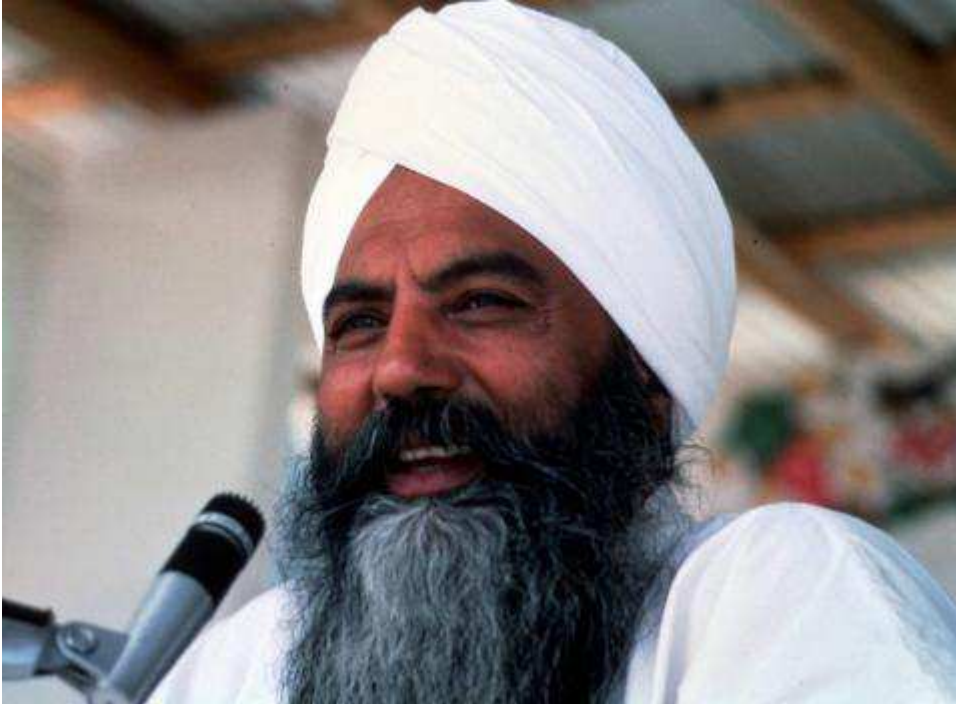
Tú Creador que me diste el alma para caminar a través de mi karma como un todo, para caminar día y noche, para ir a través de todo lo incorrecto y lo correcto. Dentro de Tu bendición, en mi oración Te pido. Dame la fortaleza y el coraje para ser. Sálvame del “ser y no ser” y otórgame el deseo de siempre estar en Tu luz, en Tu nombre, en Ti.

Mi espíritu es puro, mi mente está trabajando y mi cuerpo me está sosteniendo. Dame la fortaleza que me guíe de manera que pueda caminar a través de mi destino desde mi nacimiento hasta mi muerte y más allá con pureza, piedad, con cuidado, amabilidad y compasión, con lealtad a mí mismo de que puedo tener éxito y servir a la humanidad como mi mejor obra de caridad. Oh, Señor, dame la fortaleza de que Tú estás dentro de mí, que me sienta satisfecho de encontrarte en mi corazón. Y permite que cada palpito de mi corazón me diga que Tú estás dentro de mí para siempre. Sat Nam.

©The Teachings of Yogi Bhajan

ORIGINAL EN INGLÉS

YogiBhajanLecture: Habits, Personality, and theKundaliniBrain



Excerpts from a lecture given on 3/25/97 in New York, NY

If your frontal lobe, which is the master of personality, is not developed, and your hypothalamus and thalamus do not come to your rescue, then your personal habits are going to be messed up. If you cannot awaken your chakras, you are going to be miserable. Have you ever driven a car when the transmission is slipping? You see how horrible that is. Have you ever driven a car in a very heavy rain when the windshield wipers do not work?

God is everywhere, God is omnipresent, God is omniscient, then they say, “Go and find Him. Where? God is everywhere, you are nowhere—nowhere searching somewhere for that which is everywhere. Stop these mockeries. Simply know the truth—that your habits are controlled by the thalamus and hypothalamus. That's what Kundalini is all about.

Kundalini is medically well-explained. It's a simple science. Hypothalamus and thalamus have to be concurrent. They are not concurrent. And thalamus controls your automatic habits: habit to get up, habit to be alert, habit to be lazy, habit to be this, habit to be bad. And the frontal lobe controls your personality. And it must be an alert frontal lobe. You call it third eye, you call it fourth eye, I don't care, call anything, but the fact is, it's your frontal lobe.

Look at the tip of your nose. The frontal lobe will become heavy like lead and you will have a very scorching headache. That means it is opening. Very simple thing, open third eye. Steady, steady, impose yourself over your weakness; reorganize the ions of the brain to control and be the victor. Only your self-will can now win it. You are going to enter into a twilight zone in one minute. You will like to leave it and get out of it. It's normal.

Three minutes later the brain will issue the secretion of enough morphine that your pain will be vanished. And then you will have mastery on your own self and the pattern of your brain will change—the left side and right side—so that whenever you want to win, how to win will be right in your sight. You can save the fee of the consultant. Little exercise can give you all what you need in life.

Each one of you has to become a master. If you cannot command yourself, you cannot obey yourself. When you cannot command your higher self and you cannot obey your higher self, you are guaranteed registered foolish. Your intuition can tell you everything, provided you command yourself. And then you obey yourself.

Don't find God, be found by God. Don't try to say somebody is good, be good yourself. God is good and good will bring you goods. You will be prosperous, pure and pleasant. Simply you have to open up. Idea was to enjoy, laugh and excel our life, this will change your chakras. It will make your transmission better, you will be a better human being.

End of Class Prayer:

Thy Creator that gave me the soul to walk through my Karma as a whole, to walk along day and night, to go through every wrong and right. Within Thy blessing, in my prayer I ask Thee. Give me the strength and the courage to be. Save me from 'to be and not to be' and grant me the wish ever to be in Thy Light, in Thy Name, in Thy Self.

My spirit is pure, my mind is working and my body is sustaining. Give me the guiding strength so I can walk through this destiny from my birth to my death and beyond with purity, piety, with care, kindness and compassion, with loyalty to myself that I can excel and serve humanity as my best charity. Oh Lord, give me the strength as You are within me that I may satisfy to find You in my heart. And let each throbbing beat of my heart tell me all Thou is within me forever. Sat Nam.

©TheTeachings of Yogi Bhajan