

آموزش هیپدر و کینزی

نویسنده: ایمان حدیقه

www.jadoogarepars.persianblog.ir

jadoogarepars@yahoo.com



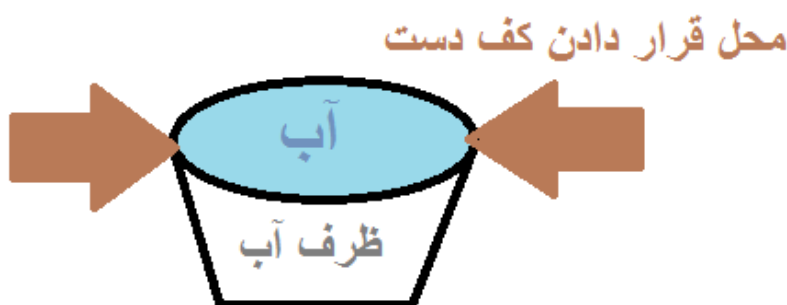
هیدروکینزی مهارتے ذہنے است برای کنترل یا ایجاد تغییر در آب یا مایعات شیه آب.

هیدروکینزی بر خلاف ظاهرش بسیار ساده است.

به خاطر دارم در مستندی نشان میداد، راهبه ای يك کاسه چینه را پر از آب کرد و کف هر دو دستش را نزدیک کاسه کرد و آب شروع کرد به لرزیدن!

تمرین اول:

يك کاسه چینه سفید رنگ را روی میز یا مقابل خود قرار بدهید. حالا آنرا تا جای که لبریز نشود پر از آب کنید. حالا چند دقیقه خود را ریلکس کنید و در این حین به آب نگاه کنید و انرژی خود را به ست آب بفرستید. حالا هر دو دست خود را نزدیک ظرف کرده و کف هر دو دست را روی لبه های ظرف قرار داده و همچنان انرژی خود را به ست آب بفرستید و سعی کنید آب را متلاطم کنید و کاری کنید که آب مانند ویبره شروع به لرزیدن کند.



اگر در این تمرین موفق نشدید، هیچ اشکالی ندارد، به سراغ تمرینات بعدی بروید و بعداً دوباره به سراغ تمرین اول بروید.

تمرین دوم:

يك ظرف شیشه ای یا چینه بزرگ بردارید و درون آن تقریباً تا هفتاد درصد حجم ظرف، آب بریزید. پس از ده تا پانزده دقیقه مدیتیشن هر دو دست خود را داخل آب کرده و دست ها را به پشت کف ظرف بچسبانید طوری که کف دست ها رو به بالا باشد. حالا همانند زمانی که با نقاط انرژی کف دست چرخ روانی را در تله کینزی به حرکت در می آورید شروع به هدایت انرژی به سمت آب کنید. خواهید دید که آب متلاطم می شود.

برای اینکه بهتر متوجه حرکات و امواج آب بشوید می توانید يك شیشه سبک مانند کاغذ یا تکه ای چوب کبریت که روی سطح آب بماند، داخل آب بیاندازید.

اگر موفقیت حاصل نشد تمرین را هر روز ادامه دهید. در ضمن تمرین بعدی می تواند به موفقیت شما در این تمرین کمک کند.

تمرین سوم:

این تمرین به منظور تقویت هیدروکینزی انجام می شود. هر روز به مدت ۱۵ دقیقه تصور کنید که داخل بدنتان به جای خون، آب گردش دارد. این احساس را در خود به وجود بیاورید که آب درون رگ های شما جریان دارد.

این تمرین را حداقل به مدت دو هفته انجام بدهید.

تمرین چهارم:

یک از ویژگی های هیدروکینزی، کشیدن و هل دادن یا همان Push و Pull هست. یعنی شما باید بتوانید آب را به سمت خود جذب کنید یا از سمت خود برانید. برای کسب و تقویت این مهارت این تمرین را انجام بدهید. مقداری آب روی زمین بریزید. مهم نیست زمین چگونه باشد فقط نباید همه آب را به خود جذب کند. حالا با کمک دستان خود سعی کنید آب را جذب کنید و به سمت خود بکشید. یک بار دیگر سعی کنید آب را دور کنید و به هر جهت که می خواهید هل بدهید. این تمرین را آنقدر تکرار کنید تا در آن حرفه ای بشوید.

نکته:

حتما در مواقع باران از فرصت استفاده کنید و به زیر باران بروید و قطرات باران را روی خود حس کنید. سعی کنید با آن همراه شوید و از قطرات باران انرژی دریافت کنید.

نگاه کردن به آب جویبار و رودخانه و گوش دادن به صدای آن میتواند قدرت شما در هیدروکینزی را افزایش بدهد.