

Flores del Amor

Flores del Amor ayuda a expandir el amor incondicional. A medida que la consciencia se profundiza, el practicante experimenta gradualmente una sensación de conexión con todos los seres y con el mundo que le rodea. Fomenta la compasión, la apertura y una expresión natural del amor.



“La **meditación** es ser testigo de la

quietud

original de la mente sin apegarse a las emociones y pensamientos en movimiento.”

“La meditación no es una actividad, sino un estado en el que te

disuelves

en la **consciencia.**”

8 meditaciones traducidas a **42** idiomas



Descarga ahora: Escanea el código QR

✉ sadhana@mohanji.org

🌐 www.mohanji.org

Mohanji



Meditaciones de Mohanji

**MEDITACIONES GUIDAS
GRATUITAS PARA LA
ESTABILIDAD INTERIOR
Y LA CONSCIENCIA**

Mohanji

Poder de la pureza

El Poder de la Pureza es la meditación guiada de gratitud más emblemática de Mohanji, recibida por primera vez desde planos superiores de consciencia y compartida con la humanidad en 2007. La práctica se centra en el perdón, la gratitud y en bendecir a los demás. A través de este proceso, los practicantes se van liberando gradualmente de impresiones del pasado y cargas emocionales, permitiendo que el espacio interior se vuelva más ligero y abierto.

Dicha del Silencio

Dicha del Silencio comienza con la relajación del cuerpo y conduce gradualmente al practicante hacia una profunda quietud interior. En este estado de silencio, los pensamientos se aquietan de forma natural y la consciencia se expande más allá de la mente. Mohanji lo describe como entrar en una zona de vacío donde el sistema se vuelve silencioso y pacífico.

360 Grados

La Meditación 360° es una práctica avanzada de consciencia que expande la percepción más allá de la visión limitada de la mente. Al llevar la atención a la columna vertebral como eje de la consciencia, los practicantes cultivan estabilidad y equilibrio, así como la capacidad de observar las experiencias con claridad y ecuanimidad.

Libertad (Apta para niños)

La Meditación Libertad es una breve meditación guiada creada para aportar calma terapéutica y alivio emocional. Es especialmente útil para quienes experimentan ansiedad, inquietud o presión mental. La meditación favorece la relajación del sistema nervioso y fomenta una sensación de bienestar interior y estabilidad.

Puerta al cielo

Puerta al Cielo es una meditación diseñada para guiar la consciencia más allá de la mente ordinaria hacia dimensiones más sutiles de la consciencia. A través de la profunda quietud y la atención enfocada, los practicantes experimentan expansión interior y una sensación de conexión con estados superiores de existencia.

Meditación del milagro de Shirdi Sai Baba

Esta meditación guiada conecta a los practicantes con la presencia y la gracia de Shirdi Sai Baba. A través del recuerdo y la devoción, los participantes cultivan la fe, la entrega y la estabilidad interior, alineándose con la consciencia compasiva representada por Shirdi Sai Baba.

Meditación de Jagannath

La Meditación de Shree Jagannath está inspirada en la presencia sagrada del Señor Jagannath. La meditación combina devoción, consciencia y quietud interior, permitiendo a los participantes experimentar entrega y conexión con la consciencia universal representada por Jagannath.

