

Como Yogui Kundalini somos guerreros, sanadores y conocedores. No sólo destruimos al estrés y sanamos sus males, también disfrutamos del estrés. Nos deleitamos en él, usándolo en pequeñas cantidades como si fuese una fina especia. Es el estrés astuto y maleducado el que no nos gusta, aquel torpe manejo estrés. En cambio, le damos la bienvenida al estrés para que se una a nosotros como nuestro invitado.



- Concientemente, usamos el estrés en pequeñas dosis homeopáticas para poner en alerta a nuestra mente y redirigir el flujo de nuestros pensamientos, para fortalecer nuestro sistema nervioso y desarrollar nuestro calibre.
- Usamos intencionalmente altas dosis de estrés para estimular los recursos sanadores de nuestro cuerpo.



Esta continua relación con el estrés, esta práctica, nos brinda una extraordinaria habilidad para dar lo mejor de nosotros bajo cualquier circunstancia.

