

महाप्राण गुरुदेव गीतिका के पद्यों के आधार पर स्वभाव का निर्धारण:-

पद्य (1)

इन्हें प्रकृति से अनुराग होता है। जब भी ये market जाते हैं chance अच्छी करते हैं। ये स्पष्टवक्ता होते हैं।

आसन- शाशांकासन, सर्वांगासन, खैचड़ी मुद्रा  
मंत्र - एगो मे सासओ अप्पा

(2) जल्दी मित्र बनाते हैं। music के fan होते हैं। जल्दी close हो जाते हैं। ये अपने जीवन का निर्धारण नहीं कर पाते हैं।

निवारण:- 9 बार महाप्राण ह्वानि  
योगिक क्रियाएं 3 पैर की दस क्रियाओं में से एक क्रिया की आवृत्ति  
प्राणायाम - अनुलोम विलोम

(3) ये संतोषी होते हैं। ये आलसी हैं। ये आलसी और रुढ़िवादी होते हैं। ये चमत्कार में विश्वास करते हैं।

उपाय:- वायु मुद्रा  
आसन- श्रुजंगासन  
मंत्र ३ नामों लिए सब्बसाहूणं  
उद्दिष्ट ठी पमाइए

ध्यान