

Mantras más utilizados en meditaciones de Kundalini Yoga, con su significado y beneficio.

### **Ad Guray Nameh (Mangala Charan Mantra)**

*Ad Gure Name, Llugad Gure Name, Sat Gure Name, Siri Guru De-Ve Name*

*Yo me postro a la sabiduría prístina.*

*Yo me postro a la sabiduría verdadera a través de las eras.*

*Yo me postro ante la sabiduría verdadera.*

*Yo me postro ante la gran sabiduría invisible.*

Eres guiado desde el inicio y centro primordial, a través de cada momento de experiencia y actividad, guiado en la verdad más profunda de tu corazón y ser por la infinitud no vista de tu ser superior. Este es un mantra que limpia las nubes de dudas y nos abre a la guía y a la protección. Envuelve el campo electromagnético con luz protectora.

### **Ad Sach (Kundalini Shakti Mantra)**

Ad Sach, Llugad Sach, Jebhi Sach, Nanak Josi Bhi Sach.

*Verdad en el principio.*

*Verdad durante las épocas.*

*Verdad en este momento.*

*Nanak dice, esta verdad siempre será.*

Este mantra conecta al interlocutor con el infinito, y al infinito con el interlocutor. Es del Jap Ji.

Ad Sach, Llugad Sach, JeBHE Sach, Nanak Josi BHE Sach.

Nota la ligera diferencia entre este mantra y el anterior. Este es del Shlok 17 del Sukhmani Sabih, las palabras de Guru Arjan, el quinto Guru Sikh. Cuando las cosas no se mueven, este mantra agrega las semillas de la prosperidad en tu personalidad. Todo lo que esta atorado se moverá.

### **Ap Sahae Hoa**

Ap Sahae Hoa Sache Da Sacha Doa, Har Har Har

*El señor mismo se ha vuelto mi protector. La verdad de la verdad me ha puesto a su cuidado, Dios, Dios , Dios.*

Este mantra aleja la negatividad de los ambientes circundantes y de tu interior. Es un regalo que te permite penetrar en lo desconocido sin miedo. Brinda protección y equilibrio mental.

### **Ang Sang Wahe Guru**

*El éxtasis viviente y dinámico del universo está bailando dentro de cada una de mis células.*

Este mantra elimina pensamientos obsesionantes.

### **Ardas Bhai**

Ardas Bhai, Amar Das Guru, Amar Das Guru Ardas Bhai  
Ram Das Guru, Ram Das Guru, Ram Das Guru, Sachi Sai

Esta es una permutación y combinación simple de palabras que se manifiesta más allá del reino de la creatividad y la actividad. Este mantra asegura que todas las necesidades estén proveídas y garantiza que la oración será escuchada. Ardas Bhai es una oración mantrica. Si la cantas, tu mente, cuerpo y alma automáticamente se combinan y, sin tener que decir lo que quieres, la necesidad de la vida se ajusta.

### **Ek Ong Kar Sat Nam Siri Wahe Guru (Adi Shakti Mantra)**

*El creador y la creación son uno. Esta es nuestra verdadera identidad. El éxtasis de esta sabiduría va mucho más allá de las palabras.*

El mantra de ocho partes (ashtang) corresponde a los ocho centros energéticos del cuerpo (7 chakras más el aura). Estas ocho palabras son las letras del “código” o el número telefónico de la línea directa para conectarte a ti, la criatura, con tu Creador. Este fue el primer mantra que Yogi Bhajan enseñó durante su primer año en los Estados Unidos. Este mantra crea una interrelación receptiva entre tú y la energía creativa universal. Es muy poderosa para despertar la energía kundalini y suspender la mente en éxtasis.



### **Ek Ong Kar Sat Gur Prasad (Siri Mantra)**

Ek Ong Kar Sat Gur Prasad, Sat Gur Prasad Ek Ong Kar.

*Dios y nosotros somos uno, yo se esto por la gracia del verdadero Gurú.  
Yo se esto por la gracia del verdadero Gurú, que Dios y nosotros somos uno.*

Este mantra es un Gatka Shabd: aquel que invierte la mente. Es la esencia del Siri Gurú. Si el mantra se canta tan solo cinco veces, detendrá la mente y la pondrá en reversa. Puede parar cualquier cosa negativa. Es tan fuerte que eleva al ser más allá de la dualidad y establece el flujo del espíritu. Este mantra hace a la mente tan poderosa que elimina todos los obstáculos. Sus efectos positivos suceden rápido y duran mucho tiempo. Necesita ser cantado con reverencia en un lugar de reverencia. Después de

cantar este mantra, cualquier cosa que digas se amplificará y creará con gran fuerza. Así que ten una proyección positiva y no digas nada negativo por un tiempo. Normalmente, cuando cantas de manera correcta, tu te beneficias, y cuando lo cantas incorrectamente ellos no tienen ningún efecto dañino. Pero si tu cantas este mantra incorrectamente, tiene un contragolpe. Normalmente invocamos lo sagrado antes de practicar este mantra. Canta el Mul Mantra o el Mangala Charan mantra antes de practicarlo.

### **Gobinde Mukande (Gurú Gaitri Mantra)**

Gobinde, Mukande, Udare, Apare,  
Hariang, Kariang, Nirname, Akame.

*Sostenedor, Liberador, Iluminador, Infinito,  
Destructor, Creador, Sin Nombre, Sin Deseo.*

Este mantra puede eliminar los bloqueos kármicos o errores del pasado. Tiene el poder de purificar el campo electromagnético, haciendo que sea más fácil relajarse y meditar. Es un mantra protector, un ashtang mantra (ocho partes). También ayuda a limpiar la mente subconsciente, equilibra los hemisferios del cerebro, dándole compasión y paciencia a aquel que media en él.

### **Guru Guru Wahe Guru (Guru Mantra de Guru Ram Das)**

Guru Guru Wahe Guru Guru Ram Das Guru

*Sabio, sabio es aquel que sirve al infinito.*

Este un mantra de humildad, relajación, autosanación y alivio emocional. Apela al espíritu de humildad y gracias del reino de Guru Ram Das, con su luz guiadora espiritual y gracia protectora. Reconecta la experiencia del infinito con lo finito y, por consiguiente, te rescata en medio de la prueba y el peligro.

La primera parte, Guru guru wahe guru, es un nirgun mantra (nirgun significa sin ninguna cualidad) – aquel que vibra solamente con el infinito, sin tener componentes finitos -. Proyecta la mente hacia la fuente de conocimiento y éxtasis. La segunda parte, Guru ram das guru, es un sirgun mantra (sirgun significa con forma). Por consiguiente, proyecta la mente al infinito y, luego brinda una relación guiadora en un nivel práctico. Este mantra se le fue dado a Yogi Bhajan por Guru Ram Das en su ser astral.

### **Har Hare Hari Wahe Guru**

Este es un shakti mantra más un bhakti mantra. Expresa las tres cualidades de la palabra har, la Infinitud Creativa: semilla, flujo y conclusión. Este mantra puede llevarte a través de cualquier bloqueo en la vida.

### **Mul Mantra**

Ek Ong Kar, Sat Nam, Karta Purkh, Nirbho, Nirver, Akal Murat, Alluni, Saibhang  
Gurprasad, Jap,  
Ad Sach, Llugad Sach, Hebhi Sach, Nanak HosiBbhi Sach.

*El Creador y toda la creación son uno. Esta es nuestra identidad verdadera. El hacedor de todo. Más allá del miedo. Más allá de la venganza. Imagen del infinito. No nacido. Autoiluminado, completo en el ser. Este es el regalo del Guru. Medita!*

*Verdad Pristina, verdadera a través de todo tiempo. Verdadero en este momento. Oh Nanak, por siempre verdadero.*

Estas son las primeras líneas del Siri Guru Granth Sabih, pronunciado por Guru nanak. El más alto de todos los mantras, contiene la raíz del sonido que es la base de todos los mantras eficaces. Sahej Sukh Dhian: la manera de meditar cómoda y feliz que está perfectamente equilibrada. El objetivo de la vida es permanecer en un flujo perfecto y contactar con la percepción del alma en cada momento. Este mantra orienta como una brújula en dirección a Dios. Forma la base de la conciencia de nuestra alma misma.

### **Ong Namō (Adi Mantra)**

Ong Namō Guru Dev Namō

*Me postro ante la sabiduría divina sutil, el maestro divino interior.*

Este es un mantra yóguico antiguo que permite al que canta relacionarse inmediatamente con el maestro divino interior. Adi significa primordial o primero, y Mantra significa la proyección mental creativa que utiliza el sonido. Se usa para sintonizarse antes de las clases de Kundalini Yoga, para centrarnos en el ser superior y para guía espiritualmente tanto al maestro como a los estudiantes durante la clase.

### **Pavan Guru (Pran Bandha Mantra)**

Pavan pavan pavan pavan  
Par para pavan guru  
Pavan guru wahe guru  
Wahe guru pavan guru

Pavan es el aire, la respiración, el portador del prana, la fuerza vital. Esto es Dios en acción. Este mantra incrementa la energía pránica y da la experiencia de “que la fuerza esté contigo”.

### **Ra Ma Da Sa (Siri Gaitri Mantra o Siri Mantra)**

Ra Ma Da Sa Sa Se So Jong

*Ra:sol, Ma:Luna, Da: Tierra, Sa: Infinidad impersonal, Se:Tú, Sa Se: Totalidad del infinito, So: Sentido personal de identidad y fusión, Jong: El infinito, el cual vibra y es real, So Jong: “Yo soy Tú”.*

Este mantra es un mantra curativo en Kundalini Yoga y es una afinación del ser con el universo. Da equilibrio. Estos ocho sonidos estimulan el flujo kundalini en el canal central de la columna para la sanación. Este mantra combina Tierra (ra ma da) y Éter (sa se so jong), con Sa como la palabra conectora.

### **Sa Re Sa Sa (Antar Naad Mantra)**

Sa re sa sa, sa re sa sa sa re sa sa sa rang  
Jar re jar jar, jar re jar jar, jar re jar jar ja rang

Sa es el infinito, la totalidad, Dios. Es el elemento éter. Es el origen del principio y contiene todos los demás efectos. Es sutil y más allá de lo sutil. Jar es la creatividad de la tierra. Es el elemento denso, el poder de manifestación, lo tangible, lo personal. Estos

sonidos se entretajan y, luego, se proyectan a través del sonido de ang o totalidad completa. Te da la capacidad de una comunicación eficaz, así que tus palabras contienen maestría e impacto. Este mantra te ayuda a conquistar la sabiduría del pasado, presente y futuro. Te da paz y prosperidad aun cuando esto no estaba en tu destino.

### **Sat Nam (Bij Mantra)**

Este mantra es, probablemente, el mantra utilizado de manera más amplia en la práctica de Kundalini Yoga. Sat significa verdad, la realidad de la existencia propia. Nam significa identidad. En un bij (semilla) mantra. Dentro de la semilla esta contenido todo el conocimiento de la verdad incorporada de una manera condensada. Cantar este mantra despierta el alma y te da tu destino. Este mantra equilibra los cinco elementos (tattvas).

### **Sa Ta Na Ma (Panj Shabd)**

*Sa: Infinito, totalidad del cosmos*

*Ta: Vida (nacimiento de forma desde el infinito)*

*Na: Muerte (o transformación)*

*Ma: Renacimiento*

Panj significa cinco y expresa los cinco sonidos primarios del universo (SSS, TTT, NNN, MMM y AAA), es la forma atómica o naad del mantra Sat Nam. Se utiliza para incrementar la intuición, equilibrar los hemisferios cerebrales y crear un destino para alguien cuando no existía ninguno. Este mantra describe el ciclo continuo de la vida.

### **Sat Siri Siri Akal (Mantra para la Era de Acuario)**

Sat Siri Siri Akal, Maha Akal, Maha Akal, Sat Nam, Akal Murat, Wahe Guru.

*Gran Verdad, Gran Inmortalidad. Verdad es su nombre, Imagen Inmortal de Dios. Mucho más allá de las palabras es su Sabiduría.*

Este mantra capta la frecuencia de la Era de Acuario a medida que cruzamos el umbral hacia ella. Este mantra nos ayuda a establecernos fuera del cambio de tiempo como seres inmortales. Somos perpetuos. Todo lo que hacemos viene del espacio perpetuo del alma.

### **Sat Narayan (Chotei Pad Mantra)**

Sat Narayan Wahe Guru, Hari Narayan Sat nam

*Sat Narayan es el verdadero Sostenedor*

*Wahe Guru es sabiduría indescriptible*

*Hari Narayan es Sostenedor creativo*

*Sat Nam significa verdadera identidad.*

Cantar este mantra da paz interna, felicidad y buena fortuna. Te hace intuitivamente claro y puro en tu conciencia. Incluso, una persona con baja autoestima puede volverse majestuosos al cantarlo. Las palabras invocan los diversos nombres de Dios para ayudar a traer prosperidad, paz mental y la capacidad para ver más allá de este mundo para comprender el infinito.

## **Wahe Guru (Guru Mantra)**

*Estoy en éxtasis cuando experimento la sabiduría indescriptible.*

Este es un mantra de la infinitud el éxtasis y del habitar en Dios. Expresa la experiencia indescriptible de ir de la oscuridad a la luz (de la ignorancia al entendimiento). Es el maestro infinito del alma. Es un trikuti mantra; equilibra las energías de los principios generadores, organizadores y transformadores. Expresa el éxtasis a través del conocimiento y la experiencia. Es el gurumantra, el cual detona el destino. Se dice que cantar Wahe Guru es igual a cantar jar 11.000 veces.

## **Wahe Guru Wahe Llio**

Wahe Guru Wahe Guru Wahe Guru Wahe Llio

*Mucho más allá de la descripción es su Sabiduría Infinita.*

Este es el mantra de éxtasis. Este mantra significa “ indescriptiblemente grande es la máxima e infinita sabiduría de Dios”. Llio es una variación afectuosa, pero respetuosa de la palabra Lli, la cual significa alma. La palabra Llio envía el mensaje directamente al alma. “¡Oh, mi alma, Dios es!”. Este mantra causa un roce muy sutil en contra del centro del paladar superior, y estimula el meridiano conocido como el punto de Cristo en occidente y, en el oriente, como sattvica buda bindu. La lengua y los labios corresponden al sol y a la Luna en su movimiento. Alivia las heridas de la vida con dicha infinita que este mantra induce.

Los mantras son **sílabas** o grupos de sílabas sin un significado o definición literal o específico. La palabra mantra proviene del **sánscrito** y quiere decir liberar la mente (man: *mente*; tra: *liberar*).

Los mantras se repiten un determinado número de veces con un propósito específico, y por el ritmo y vibración que producen, tienen el **poder de enfocar la mente y motivar cambios**. A medida que repetimos y nos concentramos en el mantra, nuestra mente no tiene espacio ni tiempo para otros pensamientos y por ende, logramos relajarnos y meditar más profundamente.

El principio de un mantra es el concepto básico de que **el sonido es vibración y toda vibración a su vez genera energía** y por lo tanto tiene la habilidad de generar cambio en el campo donde se introduce.

Los mantras pueden repetirse en voz alta o mentalmente y frecuentemente se usan junto con [mandalas](#) y otras herramientas de meditación.

Se cree que los mantras se originaron en tradiciones védicas aunque desde la creación del lenguaje, las palabras han sido consideradas como **poderes creadores o destructores**. De hecho, el énfasis que ponemos a nuestros nombres propios tiene que ver con la energía que le asignamos a nuestro ser dentro de nuestra cultura y que nos identifica como individuos y nos "crea" dentro de nuestro grupo.

Un mantra muy popular es **Om**, que según [el hinduismo](#) es el sonido creador del universo y el principio de la existencia. De igual manera, existen otros mantras

usados en el hinduismo y budismo, que tienen objetivos específicos y el propósito general de asistir al individuo en su camino espiritual. Sin embargo, si trabajamos con la **intuición** podemos también crear nuestros propios mantras, los que resuenan con nuestra esencia. La combinación de la vibración del sonido y la intención con la cual lo usamos hace que cualquier mantra sea poderoso y efectivo.

Algunos mantras populares, además del Om, son **Hung** que se refiere a mente inmutable; **Hasa**, que significa alegría; y **Ah**, que significa palabra.

En el hinduismo también se trabaja con **mantras raíz** que representan una vibración específica de un objeto o forma material a la cual queremos acceder. Por ejemplo, cada [chakra](#) tiene un mantra asociado.

Para trabajar el chakra de la raíz, se usa el mantra Lam. El segundo chakra se trabaja con Vam. El tercer chakra resuena con Ram. El cuarto chakra responde a Yam. El quinto chakra corresponde a Ham. El tercer ojo vibra a la frecuencia de Om. El séptimo chakra se activa con cada una de las letras sánscritas pero frecuentemente se trabaja con un sonido nasal de N.

También existen mantras que han sido invocados por gurús o se le atribuyen a maestros superiores, y que se utilizan a menudo en **prácticas de meditación** con intenciones específicas. Por ejemplo, **Om Mani Padme Hum**, se usa para calibrar nuestra esencia humana con la divina.

Otro mantra que ha cobrado interés en las últimas décadas proviene de Hawaii. El **Ho'oponopono** es a la vez mantra y técnica de sanación. La palabra en sí traduce vagamente a *rectificar un error*. La práctica de Ho'oponopono está basada en la creencia que cada individuo tiene poder sobre su propia vida y es responsable por su propia sanación. En resumen, cada persona tiene memorias asociadas con emociones y al sanar esta asociación, podemos sanar y cambiar nuestra vida.

Algunos repiten Ho'oponopono como cualquier otro mantra. También, como parte de la adaptación a través de los años, la práctica de Ho'oponopono consiste en enfocarse en una persona con quien tenemos algún conflicto pasado o presente, y aunque pensemos que son ellos los que nos han hecho algo, repetimos "*Lo siento, Perdóname por favor, Te amo y Gracias.*" Practicar estos mantras tiene el poder de sanarnos y purificar nuestras emociones y cuerpos.

Aunque los mantras ya establecidos están conformados a menudo por palabras con un significado ya otorgado, es importante que en la práctica no nos detengamos a racionalizar su significado, pues va en contra de la esencia de los mantras, que es **despejar la mente de cualquier pensamiento**.

En ceremonias hindúes, a veces se trabaja con **mapalas** que son accesorios similares a un rosario, que tienen 108 bolitas (algunas veces 21) para recitar este número de veces el mantra escogido. Muchos de quienes practican disciplinadamente con mantras siguen esta tradición y trabajan con mapalas en sus ratos de meditación, usualmente en la mañana y tarde. Es frecuente encontrar la práctica de mantras en ciclos de 3 o múltiplos de 3, hasta 108.

Sin embargo para usar mantras no es necesario establecer una ceremonia específica. De hecho, usar los mantras como instrumento de relajación y meditación es bastante fácil. El simple hecho de repetir un mantra (en voz alta o en

la mente), en cualquier momento que se necesite, lo hace efectivo. Puede ser en el bus, en una reunión o mientras caminamos nuestro perro. En cualquier momento donde necesitemos despejar la mente de preocupaciones, problemas o pensamientos negativos, o invocar la solución a alguna situación, usar mantras será efectivo.

Para crear un estado de relajación y calma, podemos usar ritmos más lentos, mientras que si necesitamos energizarnos, podemos recitar el mantra a un ritmo más veloz y juguetón.

### **EJERCICIO PARA COMENZAR**

1. Siéntese en un lugar donde no será interrumpido por al menos media hora.
2. Escoja el mantra de su preferencia o empiece con un Om.
3. Identifique la intención de la meditación y el uso del mantra.
4. [Siga los pasos para meditar](#). Concéntrese en su respiración por 5 minutos, siguiendo el ritmo natural del cuerpo.
5. Empiece a vocalizar el mantra, tomando aire lentamente y pronunciando el sonido al exhalar, prolongándolo lo que más pueda. No lo fuerce. Repita a su propio ritmo, intentando no dejar momentos de silencio entre un mantra y el siguiente.
6. Siga el ritmo natural de su respiración sin quedar sin aliento. Cuando sienta que la transición es natural y sin esfuerzo, vaya bajando la voz hasta que el canto del mantra sea interno.
7. Deje que el canto interno vaya bajando de volumen también hasta encontrarse con silencio.
8. Disfrute de este silencio por el tiempo que desee.

## **LA TRANSMUTACIÓN (THAU)**

1. Este libro de Magia Blanca, no le gusta a ningún Mago Negro.
2. Toda persona que lea este libro y lo repudie, es porque es Maga Negra.
3. Todo estudiante de Ocultismo que repudie este libro, es porque es Mago Negro.
4. Toda asociación de fornicarios, es Maga Negra.
5. JEHOVÁ prohibió la fornicación, y todo el que desobedezca las ordenanzas del Señor JEHOVÁ, es Mago Negro.
6. Nuestros discípulos solteros de ambos sexos, pueden transmutar su energía sexual con la RUNA OLIN.

### **[\[editar\]](#) PRACTICA**

7. En posición de pie firme, hará el discípulo varias inspiraciones y exhalaciones rítmicas.



8. Conforme inspira el aire, debe unir su Imaginación y su Voluntad en vibrante armonía, para hacer subir energía sexual por los dos cordones ganglionares de la Médula hasta el cerebro, entrecejo, cuello y corazón, en sucesivo orden.

9. Luego exhalará el discípulo el aliento imaginando firmemente que la energía sexual se ha fijado en el Corazón.

10. Al exhalar el aliento, el discípulo vocalizará el Mantram "**TORN**" así:

**TOOOOOORRRRRRRNNNNNN...**

11. Así es como nuestros discípulos solteros de ambos sexos, pueden transmutar su energía sexual.

12. Las energías sexuales también se transmutan con el sentido estético, con el amor a la música, a la escultura, y con las grandes caminatas, etc.

13. El soltero que quiera no tener problemas sexuales, debe ser absolutamente puro en pensamiento, en la palabra y en la obra.

14. Con las prácticas de la RUNA OLIN, debemos realizar varios movimientos de los brazos.

15. Debe el discípulo colocar la mano derecha en la cintura.

16. Extenderá ambas manos hacia el lado izquierdo, la mano izquierda algo más elevada que la derecha, estirados los brazos formando ángulo agudo con el tronco.

17. Colóquense ambas manos en la cintura.

18. YO, AUN WEOR, el auténtico y legítimo AVATARA de la nueva ERA DE ACUARIO, declaro que todas las Ciencias del Universo se reducen a la Kábala y a la Alquimia.

19. El que quiera ser Mago, tiene que ser Alquimista y Kabalista.

20. El que quiera tener la Medicina Universal, tiene que ser Alquimista y Kabalista.

21. Hay Magos Negros como el terrible y monstruoso Parsival Krumm-Heller, y como aquel tal Cherenzi, que enseñan a los discípulos una Magia Sexual negativa, durante la cual eyaculan el licor seminal.

22. Esos cultos fálicos los practicaron los malvados Magos Negros Cananeos y los hechiceros de Cartago, de Tiro y de Sidón.

23. La Magia-Sexual negativa de Parsival y de Cherenzi, formaba parte de los cultos Tántricos de los Cananeos.

24. Esa Magia-Sexual negativa de Parsival y de Cherenzi, la practicaron los Magos Negros Lemuro-Atlantes para congraciarse con los demonios.

25. Esas ciudades quedaron reducidas a polvo, y todos esos malvados penetraron en el abismo.
26. Cuando el hombre derrama el semen, recoge de los mundos sumergidos millones de átomos demoníacos que infectan nuestro Cordón Brahmánico y nos hunden dentro de nuestros propios infiernos atómicos.
27. Con la Magia-Sexual, los tres alientos del Akasha puro quedan reforzados.
28. Empero si el hombre eyacula el semen, esos tres alientos harán descender el Kundalini hacia abajo, hacia los infiernos atómicos del hombre.
29. Esa es la cola del Satán.
30. Ningún discípulo debe derramar ni una sola gota de semen.
31. Aquí le entrego a la humanidad la llave de todos los imperios del Cielo y de la Tierra.
32. Aquí le entrego a la humanidad la clave de todos los poderes y la llave de todos los imperios del Cielo y de la Tierra, porque no quiero ver más este triste hormiguero de la humanidad sufriendo tanto.
33. Yo, después de haber estudiado todas las bibliotecas espiritualistas del mundo, he llegado a la conclusión lógica de que todo se reduce a los Números y a la Alquimia.
34. Nada gana uno con meterse en la cabeza tantas teorías.
35. Todos esos millones de volúmenes que se han escrito sobre Teosofismo, Espiritismo, Rosacruzismo, Magnetismo, Hipnotismo, Sugestión, etc., lo único que sirve es para volver la gente loca.
36. Todas las escuelas espiritualistas están llenas de gentes maniáticas.
37. Entre las escuelas espiritualistas vemos los más variados tipos de locura.
38. Las teorías llenan a las gentes de locura.
39. Entre las filas espiritualistas muchos se dejan crecer el pelo y la barba y creen que con eso se van a volver dioses.
40. En las corrientes espiritualistas abundan los más variados tipos de desequilibrio mental.
41. Realmente lo único que le sirve a uno en la vida es tener una buena mujer y practicar Magia-Sexual todos los días.
42. Debemos vivir la vida intensamente vivida, con rectitud y con amor.
43. Ganarnos el pan de cada día con el sudor de nuestra frente, y ser buenos ciudadanos.

44. Con las enseñanzas prácticas que le he entregado a mis discípulos en este «Manual de Magia Práctica» cada uno de vosotros puede convertirse en un verdadero DIOS inefable.

45. Yo, AUN WEOR, soy un Logos de precedentes Mahamvantaras y por lo tanto, tengo autoridad suficiente para hablar de estas cosas.

46. Viviendo la vida con rectitud y con amor, nuestros discípulos van recibiendo sus Iniciaciones en los mundos internos.

47. Todos los libros que se han escrito sobre espiritualismo, están llenos de contradicciones.

48. Todos dicen lo mismo.

49. Todos se contradicen a sí mismos.

50. Unos autores se contradicen con otros, y un mismo autor se contradice cada cinco minutos.

51. Total, el pobre lector termina su vida como maniático, lleno de desequilibrios mentales.

52. YO, AUN WEOR, juro en el nombre del PADRE muy Amado. En el nombre del HIJO muy Adorado, y en el nombre del ESPÍRITU SANTO muy Sabio, que todo aquél que practique las enseñanzas de este «Manual de Magia Practica», se convertirá en un DIOS terriblemente Divino del UNIVERSO.

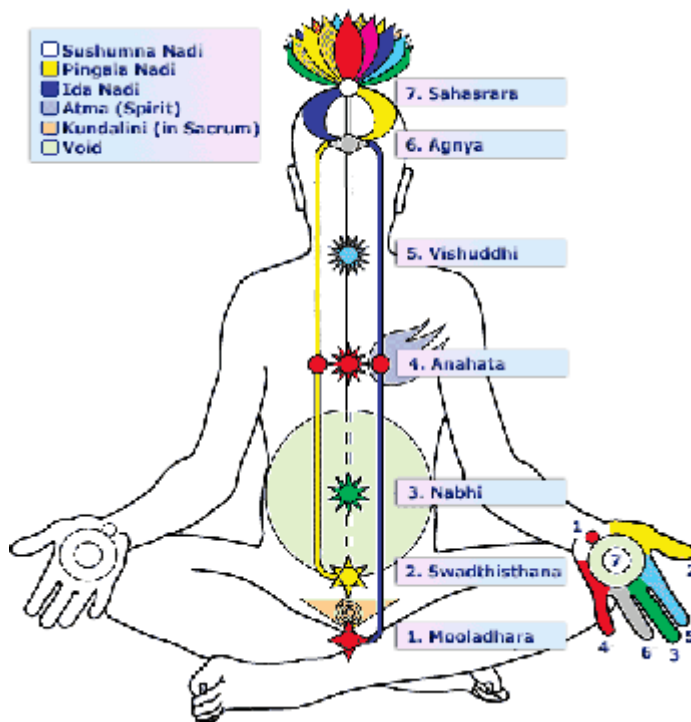
Existen **Mantras** para muchas facetas de la vida, para lograr relajarse, para alejar los malos pensamientos, para requerir protección, para aumentar el amor etc. La palabra mantra proviene del suscrito *man* que significa mente y *tra* que habla de liberación y protección. Así según la cultura budista **los mantras** son recursos para proteger nuestra mente de ciclos improductivos entre pensamiento y acción.

### **Los mantras tibetanos**

Practicar **los mantras** tiene **beneficios** a nivel físico y espiritual

- **Los Mantras** son una ayuda para lograr la relajación.
- Ayudan a lograr mayor sosiego, logran equilibrar la ansiedad.
- Al concentrarse en la repetición cíclica de un sonido , todo lo demás desaparece. La mente está focalizada y tranquila.
- Según el Budismo tibetano la repetición de los mantras un número determinado de veces llevaría al logro supremo. Lo cierto es que el mantra con la constante repetición tiene un efecto de **auto-hipnosis**, de **sofronización**.

- El mecanismo de actuación de los mantras sería similar al de [la publicidad subliminal](#). No es necesario saber el significado del mantra para que su sonido ejerza efectos sobre la persona.
- **El mantra Om** es el primer sonido del Universo según el Hinduismo.
- Según la tradición hindú los mantras elevan la conciencia a un plano superior y liberan la mente de su condicionamiento material.

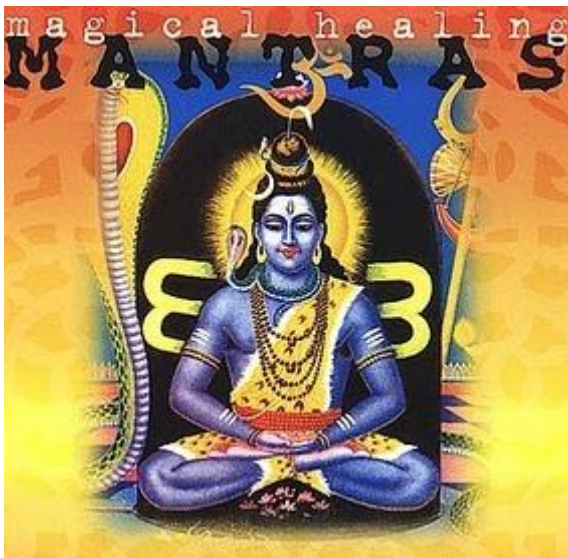


Según el budismo los mantras se pueden además de recitar escribir para recordarlos y beneficiarse de su influencia espiritual.

## MANTRAS

- OM ARAPACHANA DHIH: Mantra de la Sabiduría y el aprendizaje, este mantra después de haberlo pronunciado así varias veces, se vuelve a hacer repitiendo varias veces la última sílaba con lo que sería así OM ARAPACHANA DHIH DHIH DHIH DHIH ...
- UM BANZA TARE SARVA BIGANEN SHINDHAM KURU SOHA: Mantra para impedir los desastres.
- OM MANI PADME HUM: Mantra de la compasión, generalmente usado para alcanzar el bienestar los anhelos o aspiraciones de individuos o grupos de personas, tiene el poder de aliviar el sufrimiento.
- OM AH HUM: Mantra dotado de un gran poder que purifica la mente del ser.
- TARE TÛTARE TURE MAMA SARVA BHAM DZALA BHAYA SHINDHAM KURU SOHA: Mantra para impedir la Destrucción Provocada por las Aguas.

- RAM YAM KHAM: Mantra para purificar el lugar.
- TARE TURE SARVA DUSHING BIKANEN BHAM PEH SOHA: Mantra para impedir el Mal Causado por los Demonios.
- UM BEMA TARE SENDARA HRI SARVA LOKA WASHUM KURU HO: Mantra que aumenta el Poder.
- .UM TARE TÛTARE TURE SARVA ATA SIDDHI SIDDHI KURU SOHA: Mantra que cumple los Deseos.
- TARE TURE SARVA DZORA BENDA BENDA DRKTUUM SOHA: Mantra que impide el Mal causado por los Ladrones.
- UM TARE TÛTARE TURE MAMA SARVA RAM RAM DZALA BHAYA SHIDHAM KURU SOH: Mantra para impedir la Destrucción Provocada por el Fuego.



- TARE TÛTARE TURE MAMA SARVA YAM YAM DZALA BHAYA SHINDHAM KURU SOHA: Mantra para impedir la Destrucción Provocada por el Viento.
- UM RATANTA TARE SARVA LOKA JANA PITEYA DARA DARA DIRI DIRI SHÉNG KURU UM. Mantra para Aumentar la Sabiduría.
- UM TARE TÛTARE TURE MAMA SARVA EH EH MAHA HANA BHAYA SHINDHAM KURU SOHA: Mantra para impedir las Calamidades Nacidas del Cielo.
- TARE TÛTARE TURE MAMA SARVA DIK DIK DIKSHENA RAKSHA RAKSHA KURU SOHA: Mantra que impide la Destrucción Causada por los Ejércitos.
- UM TARE TÛTARE MAMA SARVA RANDZA DUSHEN DRODA SHINDAM KURU SOHA: Mantra que impide las Calamidades Nacidas del Infierno.
- OM TARE TÛTARE TURE BRAJA AYIU SHEI SOHA: Mantra que Otorga Longevidad.

- UM TARE TÛTARE TURE SARVA HAM HAM DUSHING HANA HANA DRASAYA PEH SOHA: Mantra para Impedir el Mal que afecta a los Ganados.
- OM TARE TÛTARE TURE SARVA DIKSHA DZALA YAHA RAHA RA PEH SOHA: Mantra Que Impide los Efectos de un Veneno.
- UM GARMA TARE SARWA SHATDRUM BIGANEN MARA SEHNA HA HA HEH HEH HO HO HUNG BINDA BINDA PEH: Mantra Para Apaciguar a los Demonios.
- UM TARE TÛTARE TURE SARVA DZARA SARVA DHUKKA BRASHA MANAY PEH SOHA: Mantra que Cura las Enfermedades.
- .UM TARE TÛTARE SARVA HEH HEH DZALEH DZALEH BENDA PEH SOHA: Mantra que Impide el Mal Causado por las Bestias Salvajes.
- UM TARE TÛTARE TURE DZAMBEH MOHEH DANA METI SHIRI SOHA: Mantra que Otorga Prosperidad.

Vías| [Reikiactivo.com](http://Reikiactivo.com) , [Esoterismos.net](http://Esoterismos.net)

Fotos| [Space-pau.space.live.com](http://Space-pau.space.live.com), [devshopee.com](http://devshopee.com), [pondomar.blog](http://pondomar.blog)

## **EN LA FRONTERA DE LO IMPOSIBLE: MAGOS, MEDICOS Y TAUMATURGOS EN E L MEDITERRANEO ANTIGUO EN TIEMPOS DEL NUEVO TESTAMENTO (EN PAPEL)**

**ANTONIO PIÑERO**, EL ALMENDRO, 1997

ISBN 9788480050296

### **Capítulo I. MEDICINA, MILAGRO Y PRÁCTICAS MÁGICAS EN EL MUNDO CANANEO.**

por Jesús-Luis Cunchillos (Consejo Superior de Investigaciones Científicas, Madrid)

- I. ¿Qué es y qué representa el mundo cananeo o semítico nor-occidental
- II. Medicina, milagro y magia en el mundo cananeo
  1. En Canaán se ejerce la medicina tanto humana como animal (veterinaria)
    - a) Medicina humana
    - b) Medicina animal
  2. En la cultura cananea no se conoce, que sepamos, el milagro

3. Las practicas mágicas
  - a) Exorcismos, conjuros
  - b) Encantamientos y hechizos
  - c) *Omina*. Presagios
  - d) Necromancia

## **Capítulo II. LA MAGIA EN EL ANTIGUO TESTAMENTO.**

por Antonio Piñero (Universidad Complutense, Madrid)

- I. La condena de la magia
  - II. Restos de magia en el antiguo testamento
    - a) La oración
    - b) Los lugares sagrados
    - c) El ritual de los sacrificios
    - d) Ritos apotropaicos
    - e) Los amuletos
    - f) La invocación a los muertos
    - g) Cabellos y vestidos
    - h) El aceite
    - i) La palabra y el nombre divino
    - j) Lo puro y lo impuro
    - k) La contramagia divina
    - l) Los milagros

## **Capítulo III. MEDICINA Y TERAPIAS EN EL ANTIGUO TESTAMENTO**

por Robert North (Pontificio Instituto Bíblico, Roma)

- I. Algunos trabajos recientes
- II. La experiencia bíblica del dolor y de las disfunciones corporales
  - 1. La cabeza y sus dependencias
    - Ojos
    - Oídos
    - Nariz
    - Dientes
  - 2. Corazón como nombre de todos los órganos internos
  - 3. Piel y huesos
  - 4. Organos sexuales y parto
- III Los remedios en el ámbito bíblico
  - 1. Ungüentos y vendas
  - 2. Instrumentos quirúrgicos
- IV. El médico
  - 1. El retrato del médico en el Sirácida
  - 2. El estado social y la formación del médico
  - 3. Castigos por presuntos errores
  - 4. Imhotep e Hipócrates como imágenes ideales del médico
  - 5. Hospitales, medicina pública y preventiva
  - 6. Dios, tu sanador (Ex 15,26)

## **Capítulo IV. MEDICINA, RELIGIÓN Y MAGIA EN EL MUNDO GRIEGO**

por Luis Gil (Universidad Complutense, Madrid)

Delimitación del campo

- I. Magia y religión



- II. Medicina y religión
- III. Medicina y magia
- IV. Medicina mágica, religiosa y técnica: implicaciones
- V. Dinamicidad cósmica
- VI. La medicina religiosa
- VII Las curaciones milagrosas (thaumata)
- VIII. Salud, enfermedad, curador
- IX. La medicina popular: causas de la enfermedad
- X. Los métodos terapéuticos
- XI. La profilaxis mágica

## **Capítulo V. HOMBRES DIVINOS Y TAUMATURGOS EN LA ANTIGÜEDAD. APOLONIO DE TIANA**

por Carmen Padilla (Universidad de Córdoba)

I. Concepto de hombre divino en la antigüedad clásica y helenística: estado de la cuestión

II. Apolonio de Tiana

- 1. Apolonio como figura histórica
- 2. Apolonio según Filóstrato
- 3. Apolonio, taumaturgo
  - a) Relatos de milagro
  - b) Relatos de predicción
  - c) Relatos de visión a distancia
  - d) Relatos en los que Apolonio es el beneficiario de su propia actividad taumaturgia
- 4. Apolonio como *theios aner*

## **Capítulo VI. LOS MILAGROS DE JESÚS EN LOS EVANGELIOS SINÓPTICOS. POSIBILIDAD E HISTORICIDAD**

por Jesús Peláez (Universidad de Córdoba)

### A) Posibilidad del milagro

San Agustín

Santo Tomás de Aquino

Benedicto XIV

R. Bultmann

Algunas reflexiones

### B) Historicidad del milagro

#### 1. Precisiones en torno al corpus de relatos de milagro de los evangelios.

- a) El vocabulario del milagro
- b) No es oro todo lo que reluce
- c) Menos beneficiarios de lo que parece
- d) Una oferta diversificada
- e) Las dificultades aumentan

#### 2. Los milagros de Jesús y la historia

- a) La historicidad global de la actividad taumatúrgica de Jesús
  - Los milagros de Jesús según Jesús
  - La imagen del Mesías esperado
  - Testimonios exteriores

#### b) Historicidad de cada relato de milagro en particular.

## **Capítulo VII. LAS CURACIONES MILAGROSAS DEL NUEVO TESTAMENTO A LA LUZ DE LA MEDICINA POPULAR**

por Luis Gil (Universidad Complutense, Madrid)

## I. Diversos planos en la consideración del nuevo testamento

II. Las curaciones milagrosas en el nuevo testamento, especialmente en los evangelios

1. Designaciones de la enfermedad
2. Tres dolencias particulares: hidropesía, lepra, ceguera
3. Los endemoniados
4. Otras curaciones

## **Capítulo VIII. ¿HAY MAGIA EN EL NUEVO TESTAMENTO?**

por H. C. Kee (Universidad de Filadelfia)

Los factores "magia, milagro y medicina" en los textos grecorromanos

Los papiros mágicos

¿Magia en el nuevo testamento?

- ¿Magia en los Evangelios?
- ¿Magia en los Hechos de los Apóstoles?

Los contrastes entre el nuevo testamento y los textos mágicos

## **Capítulo IX. MAGIA, MEDICINA Y MILAGRO EN EL JUDAISMO POST-BÍBLICO**

por Angeles Navarro (Universidad Complutense, Madrid)

Introducción y planteamientos generales

### I. Medicina

1. Situación del médico
2. Fuentes del conocimiento médico
3. La cirugía

### II. Magia

### III. Los milagros

## **Capítulo X. MILAGRO, MAGIA Y CURACIÓN EN LOS HECHOS APÓCRIFOS DE LOS APÓSTOLES**

por Francois Bovon (Universidad de Harvard)

### Introducción

- a) Los milagros y los relatos de milagros
- b) La literatura apócrifa cristiana
- c) La tesis propuesta
- d) Las diversas imágenes de los Apóstoles

#### I. Los milagros de los apóstoles

- a) La victoria sobre el mal
- b) La variedad de milagros
- c) El variado alcance de los relatos
- d) Las diversas imágenes de los apóstoles

#### II. La palabra, los sacramentos, el martirio

- a) La palabra
- b) Los sacramentos
- c) El martirio

### Síntesis

### Posdata

## **Apéndice. MEDICINA, MAGIA, MILAGRO (CONCEPTOS Y ESTRUCTURAS MENTALES). PLANTEAMIENTO FILOSÓFICO**

por Gustavo Bueno (Universidad de Oviedo)

Introducción: precisiones al subtítulo

## Siete presupuestos para el planteamiento del problema

### Planteamiento del problema

I. La "inserción longitudinal" de la Magia, la Medicina y el Milagro en la cultura (el "todo complejo")

La independencia "estructural" de las tres instituciones

Anomalías

La "inserción longitudinal" de la Magia

La "inserción longitudinal" de la Medicina

La "inserción longitudinal" del Milagro

II. La "inserción transversal" de la Medicina, la Magia y el Milagro en la cultura (el "todo complejo")

Tabla de alternativas sintácticas

Posibilidad de interpretaciones semánticas

### Presupuestos para la interpretación

La primera alternativa (Me,Mi,Ma) y el "realismo institucional"

La segunda alternativa (Me,Mi)/Ma y el "hierologismo"

La tercera alternativa (Me,Ma)/Mi y el "naturalismo mágico"

La cuarta alternativa (Mi,Ma)/Me y el "naturalismo racionalista"

La quinta alternativa (Me/Mi/Ma) y el "nominalismo institucional"