

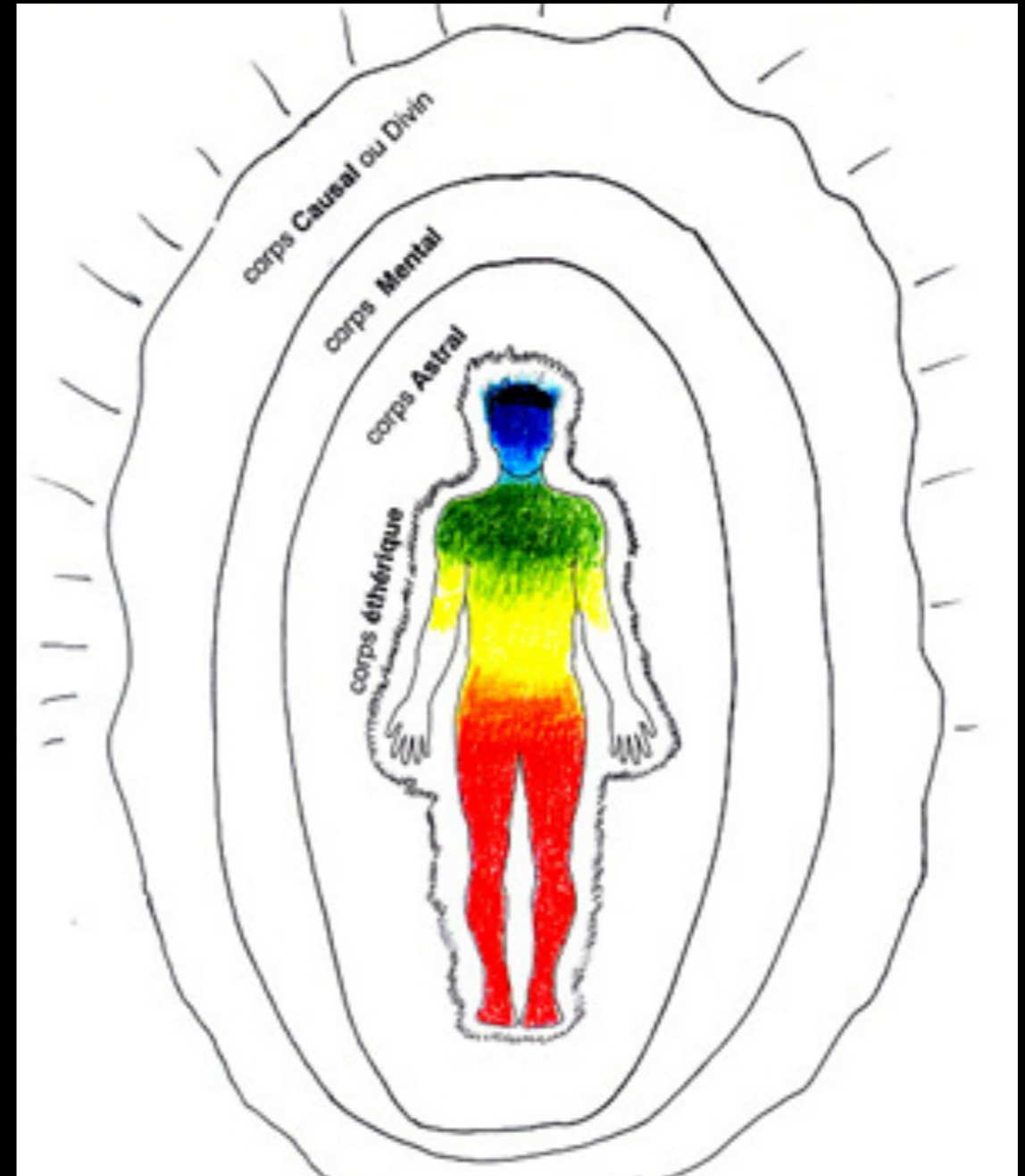


Campo Energético Humano.

www.naturalezacosmica.blogspot.com.es

¿QUÉ ES EL AURA?

- Qué es el aura, si no una luz que emerge de nosotros, mostrando lo que en realidad somos.
- Al tratar de describir con términos físicos lo que es el Aura, inmediatamente la asociamos con la palabra energía, la cual viene del griego energos, que quiere decir "producir movimiento, la palabra aura, por su parte, precede de otra palabra griega, aer, que quiere decir "brisa".
- Si tenemos la capacidad de asociar mentalmente los significados de ambas palabras, tendremos una imagen mental del aspecto del aura.
- Al fluir la energía, las personas pueden cambiar a cada momento: el aura también esta sujeto a este cambio.



- Se le llama aura a un conjunto de fuerzas electromagnéticas de densidades variables que salen de los cuerpos físicos, vitales, etéreos, mentales, emocionales y espirituales.
- Estas partículas de energía permanecen en suspensión alrededor de nuestro cuerpo en forma de una cubierta oval. Esta cubierta áurica sobresale del cuerpo un promedio de 1 m alrededor de nosotros, extendiéndose por encima de la cabeza, y mas allá de los pies, hundiéndose en el suelo.
- Sobre la cubierta áurica inferior se puede encontrar flotando, hasta 15 m por encima de ella, otra cubierta áurica, la cual recibe el nombre de cuerpo áurico superior. Algunos miembros de la comunidad científica han llamado al aura, campo de energía; otros, los hombres de la religión, forma espiritual; y los estudiosos del esoterismo, cuerpo astral.
- Respecto a los motivos por lo0 que se le ha llamado, al aura, de tan diversas maneras; cada grupo ha emitido su opinión de acuerdo a sus estudios.
- Así, la gente que ha investigado el aura en los laboratorios, es la que le ha dado el nombre de campo de energía; tales como el medico ingles Walter Kilner, el cual aceptó el concepto del aura. Y se propuso hacerla visible al ojo humano, y después de numerosas experimentas lo consiguió; hasta el ingeniero soviético, Semyon D. Kirlian, el cual obtuvo los resultados mas espectaculares, con respecto al aura, al lograr una fotografía que mostraba una forma luminiscente alrededor de los dedos de su mano.
- Respecto a los motivos por los que se le llama al aura, forma espiritual; debemos basarnos mas en los datos disponibles, que en las demostraciones científicas.

- La existencia de un segundo cuerpo, superior al físico, sin forma material; ha sido aceptado desde hace mucho tiempo por todos los estudiosos del alma. Los relatos y leyendas relacionados con las formas espirituales humanas se remontan a los orígenes del hombre: todas las religiones nos hablan de estas formas, intangibles Y luminosas, que rodeaban a algunos hombres; los iluminados.
- Por otra parte, hay un grupo de seres humanos que tiene la facultad de ver más allá de lo que llamamos visión normal. Estos seres privilegiados han recibido el don de ver la Luz que nos rodea, la manifestación de la Energía Universal, y le han llamada cuerpo astral.
- Vivamos nuestra propia experiencia, sin importar que el aura sea un campo de energía, una forma espiritual o un cuerpo astral.
- La visión del aura y su aspecto de arco iris, verdaderamente maravilloso; debe ser un lenguaje que debemos aprender y comprender, para conocer la luz... su Luz.
- ¿Si quieres un arco iris, podrías soñar con El... y reflejarte en su Luz?

LOS CAMPOS DE ENERGIA.

- Todo ser vivo esta formado de un cuerpo físico y de un campo de energía. Ya que la vida conforma una actividad eléctrica, esta crea unos campos electromagnéticos, que forman el aura humana.
- Cada ser humano esta formado por infinidad de campos electromagnéticos que crean fuerzas que están constantemente interactuando.
- Nuestro campo electromagnético o aura humana esta constantemente interactuando con otros campos energéticos, como el de las montañas, playas, ríos, minerales, plantas, animales y otras personas. Si no fomentamos la armonía entre todos los campos energéticos con los que interactuamos cada día, nuestras fascias se encogen o bloquean, por el choque energético y la no-asimilación armónica con otros campos energéticos.
- Podríamos redefinir el campo energético humano CEH y explicar su funcionamiento y la visión científica sobre su existencia, pero esto nos llevaría un volumen entero, por tanto nos conformaremos con la observación de que el CEH esta formado a la vez por partículas fluídicas y por ondas energéticas.

- Veamos porqué se realiza una curación con la imposición de manos.
- Los cuerpos vivientes irradian un calor y una energía. Esta energía es la fuerza vital propiamente dicha. Esta energía que irradiamos es pensamiento, es emoción, es sentimiento, es fuerza vital, es energía espiritual.
- En muchas culturas y a lo largo de la historia se ha conocido y nombrado esta energía. Podemos hacer un breve recorrido por distintas religiones que proclaman la existencia de los campos de energía.
- Por ejemplo: los chinos a la energía la llaman Chi, los japoneses la llaman Ki, los polinesios la llaman Mana, los indios de Norteamérica la llaman Orenda, los hindúes la llaman Prana, los hebreos la llaman Ruach, los países islámicos la llaman Baraka y los sanadores más actuales y occidentales como Wilhelm Reich lo llaman energía orgónica.
- Esta energía puede ser transferida a una persona o a uno mismo con un dolor o con una carencia de energía en esa zona, se convierte en energía salutífera, en energía sanadora que ayudará a restablecer el nivel de prana y por tanto de la salud en dicha zona.
- Toda materia viva irradia un campo de energía o de vitalidad, y esta energía por motivos variados y complejos puede escasear o abundar, o simplemente tener una información u otra. Por supuesto la escasez de energía hace que la sustancia física se encoja, que no vibre, que no tenga vitalidad, que se encuentre en estado deprimido. Y a través de nuestro tacto curativo podemos hacer que dicha zona se restablezca y cobre de nuevo esa alegría de vivir o vitalidad.

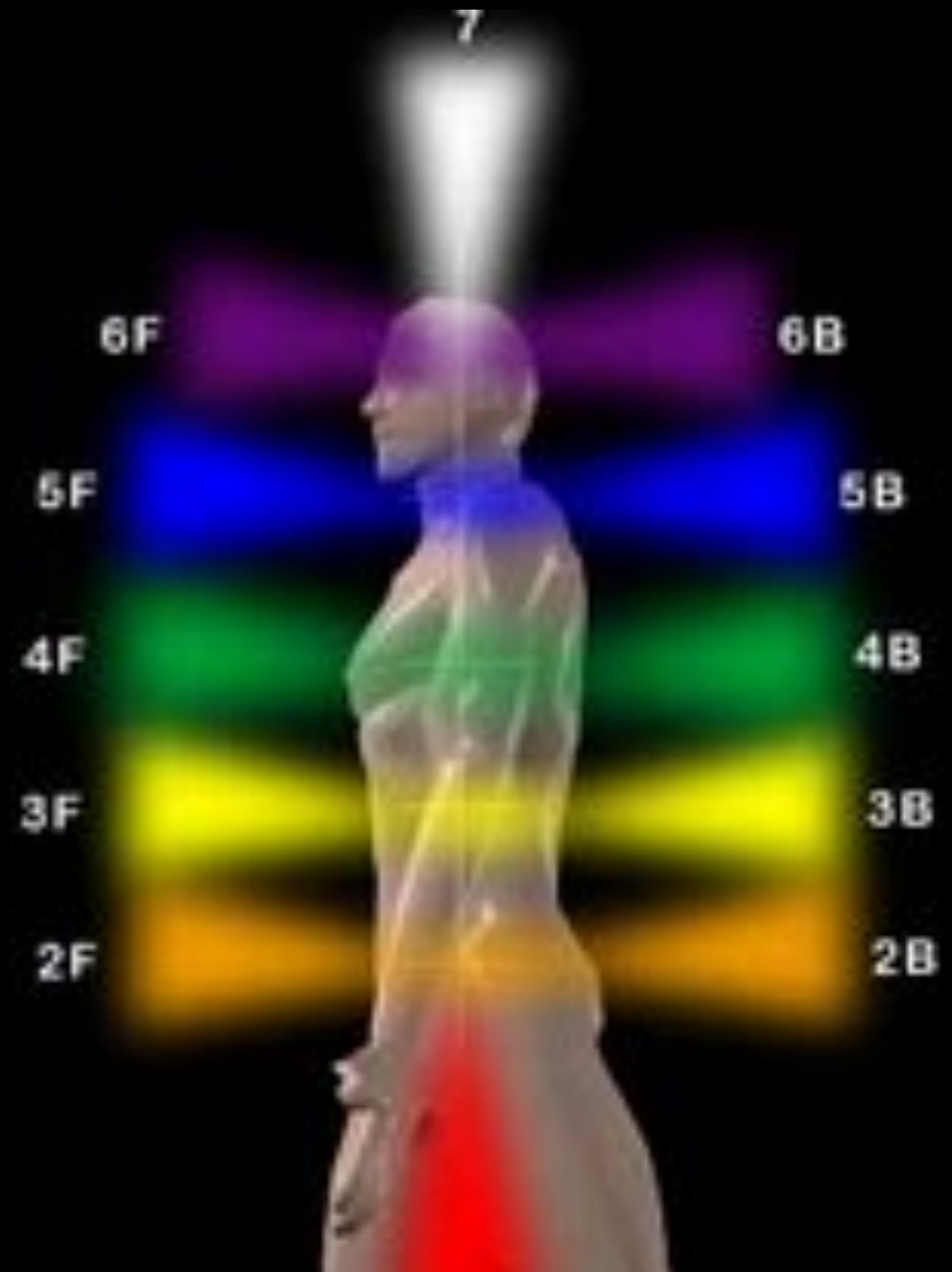
- Todo cuerpo vivo dispone de un doble etéreo, que es el espejo del cuerpo físico. Es energía que vibra a una frecuencia más alta que la del cuerpo físico. Aquí está el patrón energético que dará la forma a la materia física.
- Nosotros podemos influir cambios en este patrón energético a través de la energía, mediante la imposición de manos o simplemente deseando que así ocurra, cambiando el patrón mental-emocional del doble etéreo por un nuevo patrón mental-emocional que hará que las próximas células que se regeneren lo hagan bajo una nueva perspectiva más saludable.
- En el ámbito energético cada vez que pulsa el LCR manda una onda de energía hacia el aura que la recarga y le da forma y vida. Esta onda áurica, o sea esta onda energética se proyecta alrededor del cuerpo entre unos centímetros hasta cerca de un metro del cuerpo físico. Es imprescindible hacer que nuestro cuerpo, que nuestra aura pulse por todos y cada uno de sus rincones. La perfección de este sistema nos lleva indudablemente a la salud holística de la persona.
- Seguro que muchos de los problemas mentales, emocionales, de conducta o cualquier patología que venga de la psique, se pueden tratar con éxito desde el nivel cráneo-sacral. Porque muchos de estos problemas psicológicos nosotros somos los que le hemos permitido que entren y no los hemos asimilado bien, se están somatizando en el tejido fascial, en forma de bloqueo o trauma.

- Si nosotros ponemos de nuevo a pulsar todo el cráneo y el cuerpo entero dichos problemas no entrarán con tanta facilidad ni se somatizarán en el cuerpo, ya que la pulsación del líquido cefalorraquídeo, por tanto el impulso rítmico craneal, nunca permitirá que absorbamos ningún tipo de energía negativa, es como estar conectado con Dios con la fuente universal que solo permitirá que únicamente entre en nosotros la perfección. O sea que todos los psicólogos y psiquiatras deberían apoyarse en técnicas cráneo-sacrales.
- Para una vida sana y equilibrada en todos sus niveles es necesario que el ritmo del LCR vaya fluidamente por todo el organismo y que por tanto se realice el movimiento de flexo-extensión por todo el cuerpo, en especial por el cráneo. .
- Nosotros sólo tendremos que estar centrados y conectados con nuestro autentico Ser interior, para adquirir la perfecta sabiduría interior. Esta alineación nos pone en contacto directo con la fuente de energía universal y esto nos hace que nuestra fuerza vital aumente, nuestro poder curativo se pone en marcha y podemos usar esta energía sin agotar nuestras reservas internas, si no conectándonos con la fuente universal de la energía.
- El conectarnos a la energía es parte de todos nosotros y al principio de la creación de la Tierra, en las civilizaciones del Mu o Lemuria y de la Atlántida, los niños recibían las iniciaciones de los campos de energía en la escuela elemental, así como otras enseñanzas terapéuticas. Los cambios telúricos que destruyeron Lemuria y la Atlántida, provocaron una gran desorganización social y cultural. Una selecta minoría que consiguió refugiarse en la India y en el Tíbet, consiguió preservar estos conocimientos de sanación y ajuste energético del ser humano. De ahí que en la India haya una tradición tan autentica sobre el conocimiento del campo energético humano y universal, con sus Chakras o ruedas de energía.

- Una persona que sea practicante de Reiki u de otra técnica sanadora y que por tanto sus canales de energía están mas abiertos y predispuestas a la curación tendrá mas facilidad y mejores resultados de hacer terapia cráneo-sacral.
- Podemos contar un poco la historia reciente de un Ser que por su deseo más profundo de encontrar métodos de curación energética nos trajo la técnica de curación llamada Reiki y que es un complemento muy bueno para realizar terapia cráneo-sacral.
- De hecho es seguro que al realizar algunas posiciones de las manos en Reiki se realice en algún momento las técnicas cráneo-sacrales. O sea que se produzcan momentos en donde se pare y se reordene el movimiento respiratorio primario, con tan solo colocar nuestras manos en el cuerpo por un tiempo mas o menos alargado. Pero por supuesto si conocemos las técnicas de antemano podremos ser mucho más facilitadores del toque terapéutico.

Los Chakras

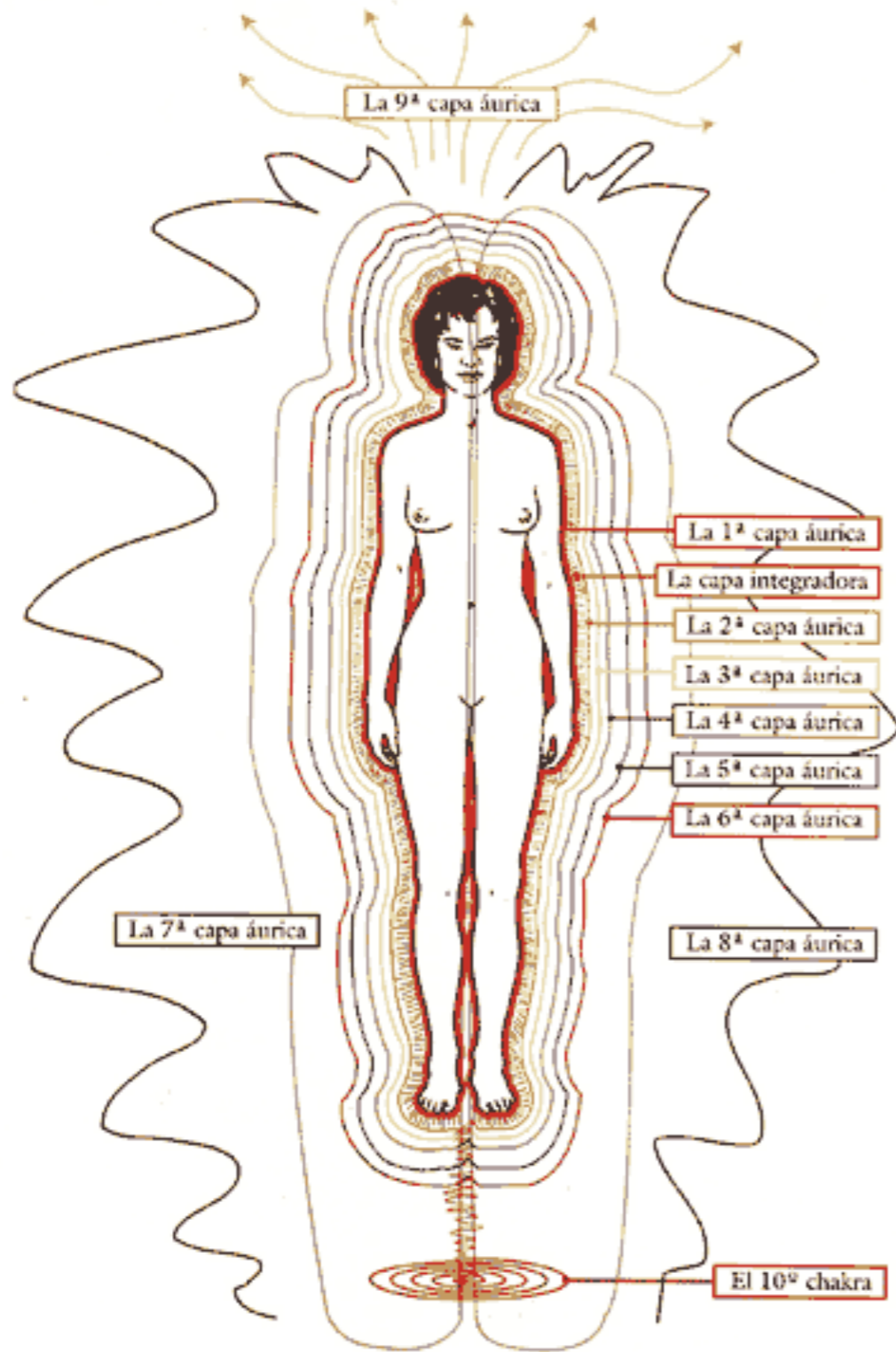
- El sistema energético humano comprende siete capas de energía dentro del aura. Los chakras se encuentran en la primera capa de energía y ejercen influencia sobre los estados físicos, emocionales y mentales.
- Actúan como conductores de energía que se mueven a través de todas las capas del aura. Su salud e integridad se mantienen gracias a un estilo de vida básico y fundamentado y a pensamientos positivos y afectuosos con respecto a uno mismo y al mundo que nos rodea.
- La palabra chakra procede del antiguo sánscrito y significa rueda de luz. Los seres humanos actualmente presentan siete chakras mayores y veintiún chakras menores y, además, todos los puntos de acupuntura actúan como chakras.



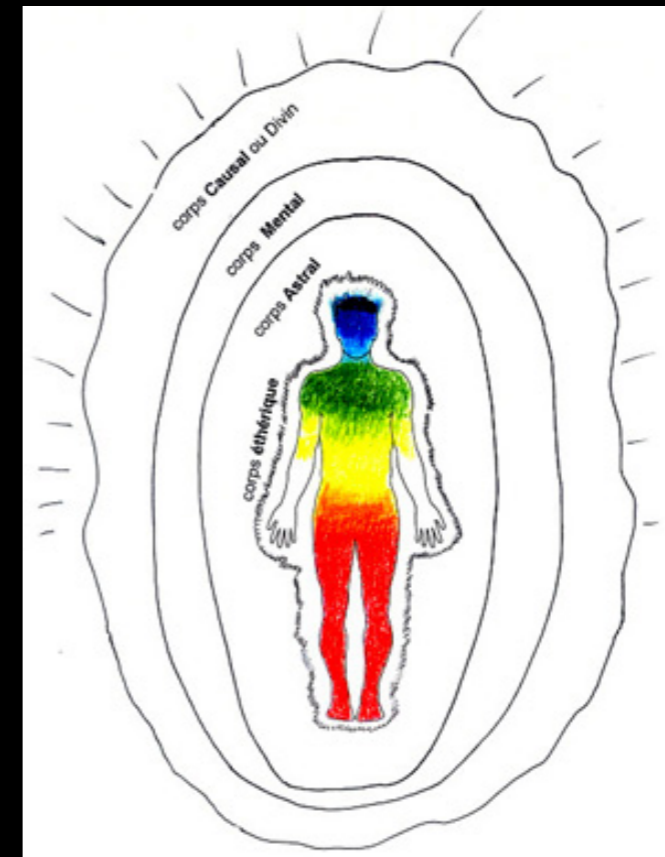
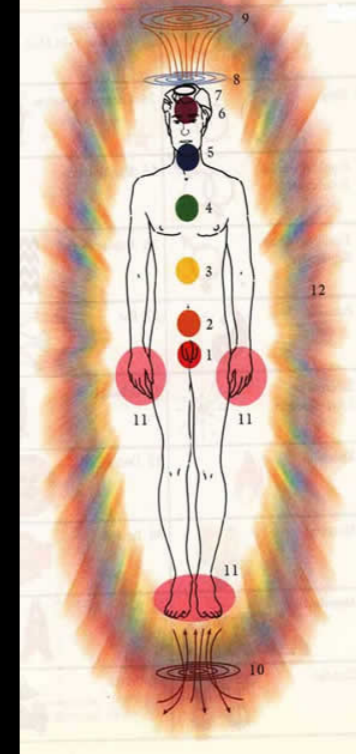
- Cada chakra o centro energético está ligado a un elemento. Así, por ejemplo, el elemento tierra está asociado al chakra Raíz. Este chakra está situado en la base de la espina dorsal y conduce la energía hacia las caderas, las piernas y los pies.
- Cada chakra se corresponde con una serie de diferentes cualidades y sustancias. Por ejemplo, cada chakra resuena con un color o con una nota musical. Encontramos afinidades con determinados minerales, piedras preciosas e incluso plantas.
- Los chakras comprenden diferentes niveles de conciencia, actividad y carga energética. Por ejemplo, el chakra de la Raíz es rojo y posee una vibración muy densa. Influye en nuestra capacidad de estar presentes en nuestro cuerpo y produce la fuerza vital que necesitamos para vivir.
- Los tres chakras inferiores se consideran dentro de la categoría de energía magnética, mientras que los cuatro chakras superiores son de naturaleza eléctrica.
- Los tres chakras inferiores son también conocidos como los chakras femeninos y se caracterizan porque su función es específicamente receptiva. Toman la energía de la tierra y del entorno más inmediato. Establecen un vínculo entre los seres humanos y la madre tierra y los acontecimientos y las cualidades que nos relacionan con la familia, un grupo, una tribu o una comunidad. Estos chakras tratan también acerca de cómo podemos dominar nuestra vida a través de nuestros instintos y haciendo uso de la energía ancestral heredada para mantener nuestra fuerza vital. Estos chakras portan igualmente los patrones responsables de la enfermedad y la salud, así como del valor, la astucia y la prudencia, que se necesitan para sobrevivir.

- Los cuatro chakras superiores se conocen también como los chakras masculinos. Se asocian en primer lugar al hecho de que dan energía en forma de amor, comunicación, comportamientos saludables y de reflexión interior. Nos vinculan con el origen y se activan en el momento en el que nosotros nos convertimos en seres espirituales y adquirimos capacidad de amar.
- 7° Chakra de la corona (Sahasrara).
- 6° Chakra de la frente (Ajña).
- 5° Chakra de la garganta (Vishuda).
- 4° Chakra del corazón (Anahata).
- 3° Chakra del plexo solar (Manipura).
- 2° Chakra del sacro (Swadhisthana).
- 1° Chakra de la raíz (Muladhara).

Las capas del aura



Los primeros doce chakras



Anatomía del Espíritu.

- El termino de anatomía del espíritu lo acuño la Dra. Caroline Myss. Esta es mi contribución para hacer eco a sus enseñanzas y su conocimiento.
- El espíritu es energía y es una energía creadora constante. Este es un proceso constante de co-creación, no lo hacemos solos. Cada individuo pone el 50% de la energía creadora y la fuerza divina o central pone la otra mitad. Cada instante estamos creando pensamientos, tomando decisiones sobre nuestra actitud, nuestras emociones, sentimientos, pensamientos, creencias, resentimientos, sobre la forma en que vemos las cosas y a las personas, sobre la calidad y cantidad de amor que manifestamos, sobre la forma en que juzgamos, etc. En todo momento estamos trabajando con energía. Nuestros pensamientos, nuestra actitud todo es energía. Tenemos el desafío de asumir conscientemente esa responsabilidad y usar este poder creador para engrandecernos en vez de para empequeñecernos. De manera sencilla, cada vez que escogemos criticar, juzgar, maldecir la energía que creamos empequeñece tanto al que critica cómo al que es criticado (ver crítico, verdugo). Cada vez que escogemos crear sentimientos y pensamientos de compasión y de confianza se engrandece tanto el que los transmite como el que los recibe (ver ser luminoso). El que lo recibe se siente respetado, reconocido, aceptado, honrado, dignificado. El que lo da se esta conectando con su corazón y este va creciendo. En símbolo es una bendición. La magia es que al bendecir se engrandece tanto el que bendice como el que es bendecido.

- Principios:
- 1 - Cada pensamiento crea una forma. En metáfora es cómo si tuviéramos un caldero mágico dentro, donde se vierten intenciones, pensamientos, sentimientos hacia uno mismo y hacia los demás. De nosotros depende si en ese caldero mágico se vierten bendiciones o maleficios. Lo mágico es que con nuestro espíritu le damos vida y forma creando un ambiente emocional y psíquico que va dejando huella en el mundo. En términos de Jung, es la forma en que nos conectamos con el inconsciente colectivo de la humanidad.
- 2 -La Ley de atracción magnética atrae lo que es similar y a lo que más se teme. En esto se basa el dicho de la profecía que se hace realidad. De tanto pensarlo, de tanto decirlo, de tanto temerlo, se hace una realidad. Desde pequeños nos ponen etiquetas de inteligentes, limpios, burros, miedosos, débiles, fuertes, traviesos, irresponsables, inútiles y las personas las hacen realidad en sus vidas. Viven esas expectativas. Asumen las etiquetas y las incorporan a quiénes son (ver arquetipos).
- 3 -Todo se mueve en ciclos. Una y otra vez se repiten los patrones dándonos nuevas oportunidades para recordar y cambiar o seguir repitiendo. Freud decía: “Recordar o repetir.”

- 4- El Ego y su necesidad de cultivar un orgullo basado en la necesidad de sentirse en control, de saber porque pasa lo que pasa y en tener expectativas sobre el cómo deben suceder las cosas junto con los juicios de valor que lo acompañan es lo primero que termina cerrando la comunicación con lo divino.
- El Ego quiere ser Dios, quiere tener el poder y el control. Dios pide todo lo contrario, un acto consciente de confianza absoluta en lo divino que significa simplemente quitarse del camino y aceptar los designios de los planos de arriba. En símbolo el ángel caído desconfía en Dios, el diablo es el Ego que busca tomar control en vez de entregar el control al plano divino, que busca someter en vez de someterse al plano divino. Se puede decir que el mundo del presente en símbolo representa el plano del ángel caído. El hombre ha perdido su fe y su confianza en el plano divino y busca por su propia mano crear el mundo basado en el control sobre la naturaleza, el ejercicio de poder basado en las armas y las jerarquías. La ilusión esta basada en un sentido de seguridad a través de la acumulación de poder y de control. Cuando la sombra del Ego es lo que rige la co creación es con el símbolo del ángel caído y sus seguidores. Cuando el Ego se entrega conscientemente en un acto de fe, de confianza al Poder Divino la co creación es con el plano de arriba. La forma más sencilla de distinguir entre el plano de arriba y el plano de abajo es: el plano de arriba pide entregar el control mientras el plano de abajo pide ejercer el control; el plano de arriba pide no tener expectativas ni juicios sobre los acontecimientos, el plano de abajo vive para hacer realidad las expectativas y para hacer juicios de valor. El plano de arriba busca un sentido de seguridad basado en un acto de fe y confianza entre el hombre y las fuerzas divinas mientras que el plano de abajo busca la seguridad en el ejercicio de poder y la desconfianza en el plano de arriba. El plano de arriba tiene una agenda impersonal y cósmica, mientras el plano de abajo tiene una agenda sectaria basada en el mundo material de objetos y donde unos valen más que otros.

- ¿en qué forma estos principios se relacionan con la vida cotidiana? ¿qué es eso de la anatomía del espíritu?
- El lenguaje del plano espiritual son los símbolos, las metáforas, las parábolas y por supuesto los arquetipos. Jung fue el primero en utilizar el término de arquetipos para hablar del inconsciente colectivo. El inconsciente colectivo es como un gran mar donde el tiempo no existe, y donde todos y todo co existimos formando parte de un gran todo.
- El mapa se encuentra en nuestro cuerpo en lo que en la antigua sabiduría hindú conoce con el nombre de Chakras o discos de energía electromagnética. A través de estos discos se conecta el plano físico al plano de energía espiritual. 1. Los campos de energía.- El universo es energía pura, todo lo que te rodea esta echo de energía, cada objeto, cada ser, cada reino de la naturaleza, es importante entonces que en el camino del metafísico, se encuentra el percibir con mayor claridad la energía que te rodea; es energía es vida y tu debes ser capaz de percibirla en todo momento.
- La percepción de la energía de esta manera describe un nuevo entendimiento del mundo físico, los seres humanos aprendemos a percibir lo que era anteriormente un tipo invisible de energía. Antes los científicos asumieron una actitud de escepticismo científico, por la influencia que hubo en la edad media, Helena de supercherias, en lo que todo era magia. Por ello, después se demandaron evidencias sólidas para cualquier nueva afirmación acerca de como funciona todo en el mundo y en el universe, pero ahora una nueva dimensión de observación esta naciendo: el mundo del metafisico.
- Einstein trabajó toda su vida para mostrarnos que lo que percibimos como materia sólida, es principalmente un espacio vacío, como un patrón de energía fluyendo a través de ella, asimismo la mecánica cuántica ha mostrado que cuando se observa esta energía a cada vez mas pequeños niveles, resultados sorprendentes pueden ser vistos.

- Para poder percibir la energía con mayor claridad, se recomienda que tu acudas frecuentemente a los bosques, a lugares en donde existe muchísima vida vegetal, ya que estas emanan una energía sumamente poderosa que es bastante fácil de percibir; si tu te levantas temprano en la mañana, digamos a las seis cuando el sol empieza a salir, es muy fácil percibir las energías de las plantas y de los árboles, lo que tu vas a ver es una energía blanca que rodea a todos los árboles, a todas las hojas, a todo lo que tiene vida a tu alrededor, es una visión sensacional, es increíble, debes experimentarlo para poder conocerlo, esto es apertura de conciencia.
- Para poder facilitar las visualizaciones, también es importante que tu acudas sin haber tomado alimento alguno y de preferencia que ya hayas decidido dejar de comer carne, ya que eso te inhibe y te impide la visualización de la energía con mayor libertad que cuando Tu eres vegetariano.
- 2. El robo de energías.- Los seres humanos veremos muy pronto el universo, como constituido por una sola y dinámica energía, una energía que puede sostenernos y responder a nuestras expectativas, y también veríamos que hemos sido desconectados de una fuente mucho mas grande de esa energía, que nos hemos desconectado s nosotros mismos, y por lo tanto, nos hemos sentido débiles, inseguros y vacíos. Para enfrentar este déficit o faltante de energía, los seres humanos siempre hemos buscado incrementar nuestra energía personal de la Unica manera que hemos creído posible y esta es el buscar psicológicamente robársela a otros humanos. Se abre entonces una competencia inconsciente que subyace a todos los conflictos humanos en el mundo.

- Los seres humanos aún y cuando estemos inconscientes, tenemos la tendencia a controlar y dominar a otros, queremos ganar la energía que existe en nuestros semejantes. Aunque muchos sabemos que esto no dura, esta energía es temporal, La verdadera energía, viene de una fuente superior del universe y esta si es definitivo.
- La violencia y el sentido de competencia es la necesidad de control y de poder, para robar la energía del vencido.
- En otras palabras el ser humano esta tratando siempre de dominar, consciente o inconscientemente, cuando el logra dominar, el siente una satisfacción y entonces esta recibiendo energía de aquí a quien venció psicológica o físicamente, sin embargo después de un tiempo, el siente una depresión porque esta energía que robo no es de su vibración, solo trae un aparente beneficio muy temporal, de ahí que todos aquellos logros que se hacen en competencias deportivas o intelectuales, son solamente efímeras, solo traen una aparente felicidad pero muy corta, muy temporal.
- Tenemos que aprender a conectarnos a una fuente superior de poder y aquí recordaremos lo que ya hemos tratado en el capítulo anterior, cuando hablamos de la energía del sol, la manera de reconectarnos a la fuente de poder es precisamente hacer el saludo al sol, no solo el saludo, sino la integración consciente a su energía, esa es la fuente de poder del ser espiritual, cuando tu te decides a tomarla, a pedirla, a solicitarla, entonces tu estas conectado con una fuente superior, este es el primer paso, posteriormente tu buscarás esa propia energía dentro de ti mismo, en donde se encuentra tu alma, tu ser espiritual, ya que esa es la conexión interior que debes lograr y con ello eliminarás finalmente, la absurda tendencia y equivocada por cierto, de estar robando energía a los demás, y con ello enpezaremos a construir el mundo de la nueva era.

- 3. La conexión con la energía interna y superior.- Como habíamos dicho anteriormente, la conciencia mística es como una forma de vida que es alcanzable y es la clave para finalizar los conflictos humanos en el mundo, ya que durante la experiencia, estaríamos recibiendo la energía de otra fuente en la que aprenderíamos a conectarnos s voluntad,
- Debes tratar de comer lentamente para aprovechar la energía del alimento, para beber agua Dura y viva lentamente Dara absorber su energía y también respirar profundamente sobre todo cuando estás en contacto con la naturaleza, en la playa, en los bosques, en el campo, así absorbes la energía del aire. ello te vuelve mucho mas sensitivo a todas las energías que te rodean.



EXPRESIONES DE LAS EMOCIONES MAL DIGERIDAS.

- Muchos de nosotros tenemos cargas emocionales o mentales.
- Sentimientos mal digeridos, mal asimilados o expresados se convierten en un quiste energético emocional.
- Esto se puede almacenar en los dientes, en la mandíbula, en el plexo solar, en los genitales y los trapecios.
- Donde hay más facilidad en enmascarar o guardar esas expresiones de los sentimientos o emociones no digeridas o asimiladas unas veces o no respetadas otras veces.

LAS EMOCIONES AFECTAN AL TEJIDO FACIAL.

- Como tema más importante tenemos que saber que cualquier trastorno psíquico como el estrés, el miedo, el enfado, la ira, la depresión, o cualquier emoción negativa produce una tensión y acortamiento del tejido fascial. Tales circunstancias provocan dolores y molestias en la misma zona o en otras partes del cuerpo mas alejadas, debido a la tensión reciproca de membranas o tejido fascial. Todas las fascias están unidas y forman una perfecta interrelación en todas partes del cuerpo.
- Muchos bloqueos mentales a lo largo de nuestra vida, hoy en día todavía tienen repercusión en nuestras membranas craneales internas y en muchas partes del organismo. Tensiones profundas e internas que están constantemente, las 24 horas al día activas, tensas, agotándonos y degenerando los tejidos e impidiendo la libre circulación de los líquidos.
- Este hecho tan real como desconocido nos va creando, formando o cultivando un montón de posibles enfermedades y verdaderos puntos débiles de salud. Estamos llenos de tensiones internas, tensiones fasciales, que normalmente son provocadas por un traumatismo físico o por un bloqueo emocional o mental no asimilado correctamente. Esta circunstancia hace que la pulsación del líquido cefalorraquídeo se vea también afectada, provocando fallos de comunicación del organismo con el sistema nervioso central. Esto es un proceso degenerativo.

- Por tanto ya sabemos que los sucesos mentales y emocionales implican tensión somática y de igual manera la tensión corporal tiene implicaciones mentales y o emocionales.
- El terapeuta ayuda a eliminar la tensión somática y el paciente debe de estar preparado por si le vinieran recuerdos de experiencias pasadas con su emoción asociada. A menudo este hecho puede pasar inadvertido o resultar doloroso.
- El paciente puede o no asociar la liberación somática con algo relacionado con la represión inconsciente de una experiencia pasada y el sentimiento-emoción asociado a ella.
- La observación de este hecho nos trae el entendimiento de que es muy posible que estemos llenos de energía psíquica reprimida o no asimilada por todo el organismo, provocándonos una acumulación de estrés en el cuerpo.

EL ESTRÉS.

- Podemos definir la palabra estrés como tensión o agotamiento por algo que nos angustia, por que todavía el organismo no se ha podido adaptar a unas nuevas circunstancias, tanto agradables, como desagradables.
- El cuerpo se encuentra estresado porque se encuentra en un proceso de adaptación. Incluso el placer si no es en el momento apropiado y la circunstancia requiere de una rápida adaptación a respuestas autonómicas nos puede generar estrés.
- Si el organismo no ha tenido éxito en procesar y adaptarse a un reto o a una nueva situación, el cuerpo somatizara o almacenara en los tejidos esta energía potencial que no ha sido asimilada correctamente. Los tejidos en especial las fascias y su sutil movimiento pulsátil que sucede por su interior se verán afectados. Esto crea un bloque energético y la suma de varios de estos nos creara una armadura energética alrededor de la zona del cuerpo donde se halla bloqueado la experiencia no asimilada correctamente o traumática. El bloqueo funciona bajo tres niveles interdependientes el muscular, el emocional y el energético. Cualquier intento por abrir o liberar los bloqueos es bueno y positivo para la vida.

- Podemos trabajar el bloqueo a nivel emocional a través del psicodrama, el psicoanálisis, la psicoterapia, etc. el nivel muscular lo podemos trabajar con los masajes, el hata yoga, las danzas, la expresión corporal, etc. la sanación a nivel energético la podemos encontrar a través de un curandero o sanador energético, de la meditación o a través del toque terapéutico o de la terapia cráneo-sacral.
- Si el movimiento rítmico del líquido cefalorraquídeo se ve afectado en alguna parte de nuestro organismo, el movimiento de expansión y contracción se verá afectado también, provocando un bloqueo o fallo energético en dicha zona. La zona ya no respira, ya no pulsa, ya no recibe el movimiento respiratorio primario y esto es lo que nos sucede en algunos huesos y suturas de nuestras cabezas.
- Esto puede provocar todo tipo de patologías físicas o psicológicas. Este mal y en especial el estrés es una de las claves fundamentales de muchos problemas de espalda, de articulaciones y de muchas alteraciones psicológicas.
- Teniendo esto en cuenta, vamos a escuchar y equilibrar todos los micro-movimientos existentes en el cráneo y en el sacro, principalmente. Este ajuste del movimiento de expansión y contracción de todos los huesos cráneo-sacrales, nos creará un nuevo equilibrio en nuestro cuerpo y alma y será capaz de encontrar su auto-curación.
- Cuanto mayor es la edad de una persona es probable que tengan más bloqueos y que estos hallan hecho una gran armadura alrededor rígida e inteligente. Esta armadura se hará resistente y reacia a la apertura o al desbloqueo. Pero con perseverancia y con un buen número de técnicas disponibles para usar, podemos ayudar al paciente a liberar parte de su tensión emocional. Las personas somos muy diferentes y reaccionamos de manera muy diversa a las circunstancias de la vida. Por ello la sanación de un paciente se convierte en todo un arte vivo y dinámico.

LA LIBERACIÓN DE LA EXPRESIÓN.

- Como seres humanos sentimos emociones, sentimientos y sensaciones y en muchas ocasiones necesitamos expresar, comunicar y por tanto no reprimir.
- Todo es una corriente de energía en libre circulación, activa, viva, fluyendo y expandiéndose.
- La expresión somática de los sentimientos se produce natural y espontáneamente, gracias al hecho de que los tejidos corporales están impregnados por el sistema nervioso.
- Por ejemplo las expresiones de la ira, la alegría, el placer, la tristeza, etc. son manifestadas a través de nuestros músculos fasciales y de los diferentes gestos corporales. Todo gracias a que el sistema músculo-esquelético está ampliamente inervado por el sistema nervioso y por tanto por las configuraciones cerebro-funcionales.
- La vida es una constante congruencia de campos de energía interactuando. Aquí por tanto también hablamos de la libre circulación de las energías. Por tanto también sabemos que al reprimir la expresión de las emociones o de los sentimientos bloqueamos parte de la corriente energética, que envuelve nuestro organismo.
- Cuando bloqueamos una emoción, bloqueamos un segmento de nuestro cuerpo. Por ejemplo cuando contenemos el llanto, seguidamente notaremos una contracción muscular en la garganta el llamado nudo en la garganta.

- Al ver una película de cine y las circunstancias sentimentales nos hacen sentir una gran emoción o sentimiento que nos provoca el llanto, si lo bloqueamos se produce el nudo en la garganta. Estamos bloqueando la libre circulación de la energía, de la emoción y por tanto hay una zona del cuerpo que se tensa, se comprime se retrae.
- A esto lo llamamos un bloqueo energético que se verá rápidamente aliviado si le colocamos nuestras manos y nuestra atención inmediatamente en la zona del cuerpo afectada.
- Toda esta reacción, por supuesto repercute directamente en el tejido fascial y en el libre movimiento del líquido cefalorraquídeo.
- El tejido fascial se tensa se contrae se reprime y se produce un acortamiento y contracción del tejido fascial.
- La parte interior de la fascia el aracnoides que es casi hueco se vera reducido su espacio y ya no podrá circular el líquido cefalorraquídeo. Esto nos obliga a adaptar un patrón corporal nuevo, nuestro cuerpo se va encorvando, torciéndose, deformándose y adaptándose a la fuerza de la gravedad con formas y mecanismos nada saludables ni perfectos.
- Una persona con el pecho hundido denotará que reprime los sentimientos, con el pecho inflado es que estará llena de orgullo, una gran lordosis lumbar puede indicarnos un bloqueo en la experiencia sexual, un cuello rígido o con chepa nos indicara la gran carga de problemas que se hecha a la espalda, etc.

- Tenemos que aprender a descargar nuestros sentimientos o emociones de una buena manera, mejorando y aprendiendo cada vez más de ellos.
- Nuestra evolución depende de adquirir la experiencia correcta emocional, mental o sentimental de los hechos que experimentamos en la vida.
- Se trata de poder vivir y actuar sin las cargas emocionales o mentales negativas del pasado. Todo proceso terapéutico tiene lugar en el presente, aunque los hechos y las causas vengan del pasado. Que ese dolor, esa rabia, esa duda, ese temor, etc. del pasado hoy en día ya no nos repercuta en nuestra salud y nos afecte a la hora de mantener relaciones con otras personas. Nos relacionamos con el mundo a través de emociones, sentimientos y pensamientos y obras con los demás.
- Al hacer varias sesiones de terapia cráneo-sacral y devolver el movimiento respiratorio primario a todo el organismo vamos a encontrar la libertad absoluta de interactuar con el mundo sin las repercusiones traumáticas del pasado. Gracias al haber liberado los recuerdos existenciales más o menos traumáticos de la memoria celular. Y todo gracias al movimiento respiratorio primario al impulso rítmico craneal.
- Se trata de liberar todas las tensiones físicas de los tejidos corporales, ese músculo agarrotado o esa fascia esclerotizada, o esa articulación rígida.
- Todas las tensiones físicas vienen primeramente del plano energético, del aura humana hacia la materia.

- Esa tensión muscular al principio fue una energía del campo sutil, como el miedo, la rabia, la duda, el enojo, la inseguridad, el egoísmo, el estrés, la ansiedad, etc. Que en su momento le abrimos paso a nuestra psique, o sea que en su día abrimos nuestro campo, energético para verla, entenderla y asimilarla. En este momento esa mente-emoción o energía psíquica entró en nosotros y nos cargamos con esa información, errónea y más o menos traumática.
- Este a grandes rasgos es un mecanismo que usamos para cargarnos con una energía negativa o de baja frecuencia vibratoria.
- El siguiente paso positivo a seguir es el asimilar la energía, entenderla, aprender de ella, para sacar la experiencia emocional, la experiencia del ser y así haber entendido y experimentado esta carga energética. Esto nos da autoconocimiento.
- El siguiente paso es soltar o liberar la carga energética. Ya tenemos la sabiduría de ella y ahora la dejamos ir. No nos apoderamos de ella ni nos la creemos del todo, nosotros somos mucho más que esa carga energética que hemos experimentado. Entonces los pasos son coger, asimilar y soltar o expresar.
- El problema está que cuando no realizamos correctamente algunos de estos pasos la energía esa no fluye ni sirve para aprender, entonces se estanca y se somatiza en el cuerpo, en especial en el tejido fascial. Ahora ya tenemos una energía no asimilada que crea una tensión muscular que irá afectando a nuestros tejidos que se encuentren cerca de la zona del cuerpo donde la energía se reprimió.

- Esta energía emocional-mental reprimida saldrá a veces a la conciencia y nos manejará y confundirá, nos influenciará e intentará que la información guardada en esa carga energética se repita, para su auto conservación.
- O sea que sin querer lo veremos todo con una realidad perturbada por una visión del mundo o de las circunstancias modificada. La mayoría no se dan cuenta de ello, de que están siendo llevados por una emoción y perdiendo la visión real y global de la situación. Las emociones no asimiladas se repiten y nos manipulan la verdadera realidad.
- En este momento que afloró esta energía psíquica y empezó a perturbarnos es cuando hay que actuar y hacer un trabajo de descarga.
- Primero no creernos del todo este estado de ánimo, luego recordar de donde vino, luego mandar toda la energía positiva y amorosa al pasado y a todos los implicados, para retomar un nuevo entendimiento mas positivo y correcto para nosotros. Perdonar y pedir que sea todo lo mejor para ese momento. Saber que hasta el dolor nos sirvió para aprender algo, y que en el fondo no es tan malo, pues es una parte de los sentimientos humanos. Forma parte de nuestra experiencia.
- Una vez enviado energía salutífera al pasado, nos relajaremos y buscaremos otros estados de ánimo distintos a los anteriores, mucho más bellos, libres y saludables.

- Este trabajo de descarga y perdón del pasado se mejora enormemente si visualizamos y nos afirmamos que yo soy el rayo violeta, transformador y purificador. O realizamos esta afirmación: “Yo soy la llama violeta, la llama consumidora que disuelve todo error pasado y presente su causa y su núcleo y toda creación indeseable que mi ser externo sea responsable”.
- Por supuesto este trabajo es un poco evolucionado y hay que estar muy consciente de nuestros estados internos.
- Este tipo de sanaciones se realizan de igual manera a través de la terapia cráneo-sacral, que sin lugar a dudas es muy eficaz en sanar recuerdos y traumas del pasado. Aunque nosotros no seamos conscientes de ello la terapia cráneo-sacral nos sana en cuerpo, alma y espíritu.
- Vamos más allá del tiempo y del espacio.
- Nuestra aura, nuestra personalidad, nuestra alma y por tanto nuestro Ser están directamente relacionados con lo que hemos vivido y lo que hemos sido en esta y en otras vidas.
- Nuestra energía es un proceso psicológico de lo que hemos experimentado. Es la experiencia del Ser y lo que hayamos aprendido de ella el camino que tenemos que llevar. Por tanto vamos a aprender de nuestra experiencia, de nuestro Ser, del estrés, de las emociones, de los sentimientos, de los pensamientos y actos. Este es nuestro legado de vida que propongo profundizar.

- 1. Los campos de energía.
- - El universo es energía pura, todo lo que te rodea esta echo de energía, cada objeto, cada ser, cada reino de la naturaleza, es importante entonces que en el camino del metafísico, se encuentra el percibir con mayor claridad la energía que te rodea; es energía es vida y tu debes ser capaz de percibirla en todo momento.
- La percepción de la energía de esta manera describe un nuevo entendimiento del mundo físico, los seres humanos aprendemos a percibir lo que era anteriormente un tipo invisible de energía.
- Antes los científicos asumieron una actitud de escepticismo científico, por la influencia que hubo en la edad media, Helena de supercherias, en lo que todo era magia. Por ello, después se demandaron evidencias sólidas para cualquier nueva afirmación acerca de como funciona todo en el mundo y en el universe, pero ahora una nueva dimensión de observación esta naciendo: el mundo del metafisico.
- Einstein trabajó toda su vida para mostrarnos que lo que percibimos como materia sólida, es principalmente un espacio vacio, como un patrón de energía fluyendo a través de ella, asimismo la mecánica cuántica ha mostrado que cuando se observa esta energía a cada vez mas pequeños niveles, resultados sorprendentes pueden ser vistos.

- Para poder percibir la energía con mayor claridad, se recomienda que tu acudas frecuentemente a los bosques, a lugares en donde existe muchísima vida vegetal, ya que estas emanan una energía sumamente poderosa que es bastante fácil de percibir; si tu te levantas temprano en la mañana, digamos a las seis cuando el sol empieza a salir, es muy fácil percibir las energías de las plantas y de los árboles, lo que tu vas a ver es una energía blanca que rodea a todos los árboles, a todas las hojas, a todo lo que tiene vida a tu alrededor, es una visión sensacional, es increíble, debes experimentarlo para poder conocerlo, esto es apertura de conciencia.
- Para poder facilitar las visualizaciones, también es importante que tu acudas sin haber tomado alimento alguno y de preferencia que ya hayas decidido dejar de comer carne, ya que eso te inhibe y te impide la visualización de la energía con mayor libertad que cuando Tu eres vegetariano.
- 2. El robo de energías.- Los seres humanos veremos muy pronto el universo, como constituido por una sola y dinámica energía, una energía que puede sostenernos y responder a nuestras expectativas, y también veríamos que hemos sido desconectados de una fuente mucho mas grande de esa energía, que nos hemos desconectado s nosotros mismos, y por lo tanto, nos hemos sentido débiles, inseguros y vacíos. Para enfrentar este déficit o faltante de energía, los seres humanos siempre hemos buscado incrementar nuestra energía personal de la Unica manera que hemos creído posible y esta es el buscar sicológicamente robársela a otros humanos. Se abre entonces una competencia inconsciente que subyace a todos los conflictos humanos en el mundo,
- Los seres humanos aún y cuando estemos inconscientes, tenemos la tendencia a controlar y dominar a otros, queremos ganar la energía que existe en nuestros semejantes. Aunque muchos sabemos que esto no dura, esta energía es temporal, La verdadera energia, viene de una fuente superior del universe y esta si es definitivo.

- La violencia y el sentido de competencia es la necesidad de control y de poder, para robar la energía del vencido.
- En otras palabras el ser humano esta tratando siempre de dominar, consciente o inconscientemente, cuando el logra dominar, el siente una satisfacción y entonces esta recibiendo energía de aquí a quien venció psicológica o físicamente, sin embargo después de un tiempo, el siente una depresión porque esta energía que robo no es de su vibración, solo trae un aparente beneficio muy temporal, de ahí que todos aquellos logros que se hacen en competencias deportivas o intelectuales, son solamente efímeras, solo traen una aparente felicidad pero muy corta, muy temporal.
- Tenemos que aprender a conectarnos a una fuente superior de poder y aquí recordaremos lo que ya hemos tratado en el capítulo anterior, cuando hablamos de la energía del sol, la manera de reconectarnos a la fuente de poder es precisamente hacer el saludo al sol, no solo el saludo, sino la integración consciente a su energía, esa es la fuente de poder del ser espiritual, cuando tu te decides a tomarla, a pedirla, a solicitarla, entonces tu estas conectado con una fuente superior, este es el primer paso, posteriormente tu buscarás esa propia energía dentro de ti mismo, en donde se encuentra tu alma, tu ser espiritual, ya que esa es la conexión interior que debes lograr y con ello eliminarás finalmente, la absurda tendencia y equivocada por cierto, de estar robando energía a los demás, y con ello empezaremos a construir el mundo de la nueva era.
- 3. La conexión con la energía interna y superior.- Como habiamos dicho anteriormente, la conciencia mística es como una forma de vida que es alcanzable y es la clave para finalizar los conflictos humanos en el mundo, ya que durante la experiencia, estaríamos recibiendo la energía de otra fuente en la que aprenderíamos a conectarnos con voluntad,

- Debes tratar de comer lentamente para aprovechar la energía del alimento, para beber agua Dura y viva lentamente Dara absorber su energía y también respirar profundamente sobre todo cuando estás en contacto con la naturaleza, en la playa, en los bosques, en el campo, así absorbes la energía del aire. ello te vuelve mucho mas sensitivo a todas las energías que te rodean.
- La curación pránica es uno de los tratamientos más antiguos y extendidos para las enfermedades físicas. El método de curación con el prana sirve para curar el cuerpo físico, dirigiendo el prana hacia uno o más chakras etéricos. La idea es que, estimulando un chakra de este modo, se vivificarán también los órganos corporales y glándulas endocrinas correspondientes.
- Prana es una palabra sánscrita derivada de pra y de la raíz verbal an, y se refiere a la “fuerza vital” que vivifica el cuerpo etérico y el sistema nervioso. El yogui Ramacharaka nos da la siguiente definición: “El prana es la fuerza por la cual se produce toda actividad en el cuerpo; mediante la cual todos los movimientos del cuerpo son posibles; por la cual todo funciona; y a través de la cual se manifiestan todos los signos de vida”.
- El prana, generalmente, se cree que en su origen está formado por emanaciones del sol, que más tarde son absorbidas por el chakra esplénico.
- Según la filosofía yóguica, el prana se divide en cinco clases; sin embargo, para la finalidad de este artículo, no es necesario entender en detalle de qué modo se divide el prana y cómo fluye a través del cuerpo etérico.

- Tratamiento de los Chakras
- Una función importante de los chakras es la de vivificar el cuerpo físico denso, incluidas las glándulas endocrinas. Desde este punto de vista, la enfermedad puede empezar por una debilidad en algún chakra, que luego afecte la actividad de los nadis. Los nadis son un sistema de canales etéricos o hilos sutiles de fuerza que subyacen al sistema nervioso. Por lo tanto, la actividad de los nadis influye en el sistema nervioso que, a su vez, influye en el sistema glandular y en las hormonas enviadas por la sangre a lo largo del cuerpo. Así, una debilidad en los chakras se traduce en una debilidad en el cuerpo físico denso.
- Este método de curación con el prana sirve para curar el cuerpo físico, dirigiendo el prana hacia uno o más chakras etéricos. La idea es que, estimulando un chakra de este modo, se vivificarán también los órganos corporales y glándulas endocrinas correspondientes. Por ejemplo, si el paciente tiene un problema de hígado, entonces hay que tratar su chakra del plexo solar, y si tiene alguna afección pulmonar, hay que tratar su chakra de la garganta.
- Cuando un chakra funciona mal, porque es poco activo o demasiado activo, hay dos clases de tratamiento:

- Estímulo. Si al chakra que vivifica la zona enferma del cuerpo físico se le diagnostica como poco activo, entonces puede enviarse la energía pránica a estimular ese chakra para que se active más.
- Absorción. Y si al chakra se le diagnostica como hiperactivo, entonces se puede enviar prana para estimular un chakra superior, con el fin de reducir la actividad del chakra inferior. A lo largo de la evolución, el centro del corazón controlará el plexo solar, la garganta controlará el sacral, el entrecejo controlará el corazón y la garganta, y la coronilla controlará el entrecejo y el básico. Así, por ejemplo, si el centro sacral se considera hiperactivo, entonces hay que enviar el prana para vivificar el centro de la garganta con el fin de abstraer la energía del sacral.
- La curación por el prana utiliza el cuerpo etérico planetario como medio de unión entre el curador y el paciente. La separación no existe, porque los cuerpos etéricos de ambos forman parte integrante del cuerpo etérico planetario, que es un todo ininterrumpido y continuo. En otras palabras, existe una conexión etérica que une al curador con el paciente, aunque estén separados por cientos de kilómetros. Cuando esto sucede, que es el caso llamado del “curador a distancia”, es necesario que éste establezca una relación con el paciente. El sentimiento positivo, que incluye la aceptación, el aprecio y el respeto, puede producir la relación necesaria. Por eso, antes de enviar el prana, lo primero que tiene que hacer el curador es enviar en seguida una emoción positiva, que sirva para vivificar una conexión etérica que una su cuerpo etérico con el del paciente.
- Una vez que se ha diagnosticado al paciente y se ha identificado uno de sus centros para ser estimulado, el siguiente paso del curador es el de enviar prana a ese centro. El análisis de la sección anterior sugiere que el chakra de un paciente sólo puede ser receptivo al prana que procede del correspondiente chakra del curador, porque únicamente el chakra del curador es el que utiliza el mismo tipo especializado de prana. Por lo tanto, el curador tiene que tener el concepto de que existe un canal, o conexión etérica vitalizada, a lo largo del cual puede enviarse el prana sanador desde el “centro necesario” en su cuerpo etérico hasta el correspondiente centro en el cuerpo del paciente.

- Transmisión del Prana
- ¿Cómo envía el curador este prana? El término mente consciente indica la combinación de la corriente de la conciencia (que permite a la persona llegar al autoconocimiento), el cuerpo mental y el cerebro físico. No hay que olvidar que el cuerpo etérico forma parte del cuerpo físico. Así como la mente consciente puede dirigir los movimientos del cuerpo físico denso, puede dirigir también los movimientos del cuerpo físico etérico. Como insiste continuamente Alice Bailey, una ley fundamental y universal es que “la energía sigue al pensamiento”. Se trata de que el curador, simplemente a través de la dirección mental, sea capaz de enviar corrientes de prana al paciente, a condición de que se haya vitalizado una conexión etérica entre ellos.
- Calidad del Prana
- Para evitar agotarse, el curador tiene que atraer a su cuerpo etérico un prana adicional para reemplazar el que está enviando al paciente. ¿Cómo se puede atraer este prana adicional? Aunque el prana no sea absorbido por los pulmones, su succión está relacionada con la respiración. El movimiento respiratorio activa el chakra esplénico, que a su vez absorbe el prana de la atmósfera. La respiración profunda y rítmica permite asimilar más prana que la respiración poco profunda o la respiración irregular. Sin embargo, puede que el curador no necesite cambiar su ritmo respiratorio deliberadamente para aspirar un prana adicional, porque su subconsciente sabe cambiar de forma automática su ritmo respiratorio por él.

- El prana enviado por el curador es más que un simple prana, o vitalidad. Es importante entender que la calidad de este prana dependerá de las fuerzas que actúan en el cuerpo etérico del curador. Dado que el cuerpo etérico es un punto de concentración para todas las energías internas, este prana se verá afectado por las fuerzas que proceden del aparato emocional del curador, de su mente y de su cuerpo causal. Por lo tanto, es muy importante que el curador tenga una estabilidad emocional y una claridad mental a la hora de enviar energía pránica, de modo que las fuerzas que dan calidad a esta energía sean terapéuticas para el paciente.
- En resumen, el prana absorbido por el curador pasa por una transformación en dos fases antes de ser enviado: primero es diferenciado por el centro esplénico en prana vyana, samana, apana o upana, y una vez que el prana especializado ha alcanzado uno de los chakras mayores, recibe la calidad de la fuerza que actúan en ese chakra.
- El Trabajo Curativo
- ¿Qué efecto tiene esta energía en el paciente? El trabajo curativo es circulatorio. Una vez que la energía pránica es dirigida por el pensamiento hacia un chakra del paciente, no se acumula en ese chakra, sino que el prana atraviesa el chakra, después los nadis, el sistema nervioso, la glándula endocrina correspondiente y el órgano enfermo, para después influir en el resto del cuerpo físico denso. Este proceso debería ser considerado como un sistema de “inundación”, con un efecto purificador y estimulante.

- Se puede hacer la siguiente analogía con respecto a la comida. Si una persona débil no es capaz de digerir la comida, el remedio consiste en prepararle una comida que esté ya parcialmente digerida, para que su estómago pueda asimilarla. Del mismo modo, si una persona es incapaz de absorber y dar calidad al prana por sí misma, puede que sea capaz de absorber lo que ya le ha sido preparado por otra y, de ese modo, conseguir la fuerza necesaria para recuperar el funcionamiento normal de sus órganos.
- Modos de Distribución
- No es necesario que el curador envíe directamente el prana desde su chakra al correspondiente chakra del paciente. En realidad, esta energía puede ir primero a otro de los centros del curador que actúe como punto de distribución. Se han localizado tres chakras distintos como posibles puntos de distribución: el esplénico, el plexo solar y el entrecejo.
- Vamos a suponer que el curador distribuya un prana especializado a través de su propio chakra esplénico. No hay por qué utilizar un chakra desarrollado, porque todos los chakras menores, incluido el esplénico, se cree que están desarrollados al nacer. Para estar seguro de que el prana tenga calidad terapéutica, el curador tiene que tener una “pureza física”, obtenida mediante el control de la sexualidad, una alimentación prudente y el ejercicio físico adecuado. Alice Bailey describe la distribución esplénica de la siguiente forma: “es el prana distribuido o transferido por un curador natural (sin ninguna formación, sin mucho conocimientos esencial, y con muy poca, por no decir ninguna, orientación espiritual). Cura sin saber cómo ni por qué; el prana se limita a fluir a través de él como una fuerte corriente de vitalidad animal, normalmente desde el centro esplénico y no desde ninguno de los siete centros.”

- Supongamos ahora que el curador distribuya un prana especializado a través de su chakra del plexo solar, lo cual requiere que este chakra esté desarrollado. Para que el prana tenga calidad terapéutica, el curador ha de tener una “pureza emocional”, es decir, ha de saber controlar sus deseos. H. Naylor nos da la siguiente descripción para este tipo de distribución,: “La mayor parte de éste (prana) procede del plexo solar e irradia desde aquí más que desde el tercer ojo (chakra del entrecejo). Se extiende por las manos si uno sabe dirigirlo”. Eso indica que el prana puede enfocarse con las manos, gracias a los chakras menores de las manos. Utilizando así este tipo de chakras, el curador es capaz de enfocar el prana directamente hacia el chakra receptor del cuerpo etérico del paciente.
- En el último caso, el curador dirige y distribuye prana especializado a través de su chakra del entrecejo, lo cual requiere que este chakra esté desarrollado. Para que el prana tenga la calidad adecuada, el curador ha de tener “pureza mental”, es decir, entender la divinidad esencial de un ser humano. E. Chaney da la siguiente descripción para la distribución desde el entrecejo: “una vez que el discípulo ha estimulado el tercer ojo, automáticamente se convierte en curador... Es capaz de crear un tremendo poder que, fluyendo desde el entrecejo hacia las manos y luego a lo largo de la conexión etérica hasta alcanzar al paciente, puede realizar una curación milagrosa e instantánea.”
- Eso indica que los chakras de las manos pueden enfocar el prana procedente del entrecejo, del mismo modo que H. Naylor indica que las manos pueden enfocar la energía procedente del plexo solar; y también el prana procedente del chakra esplénico.

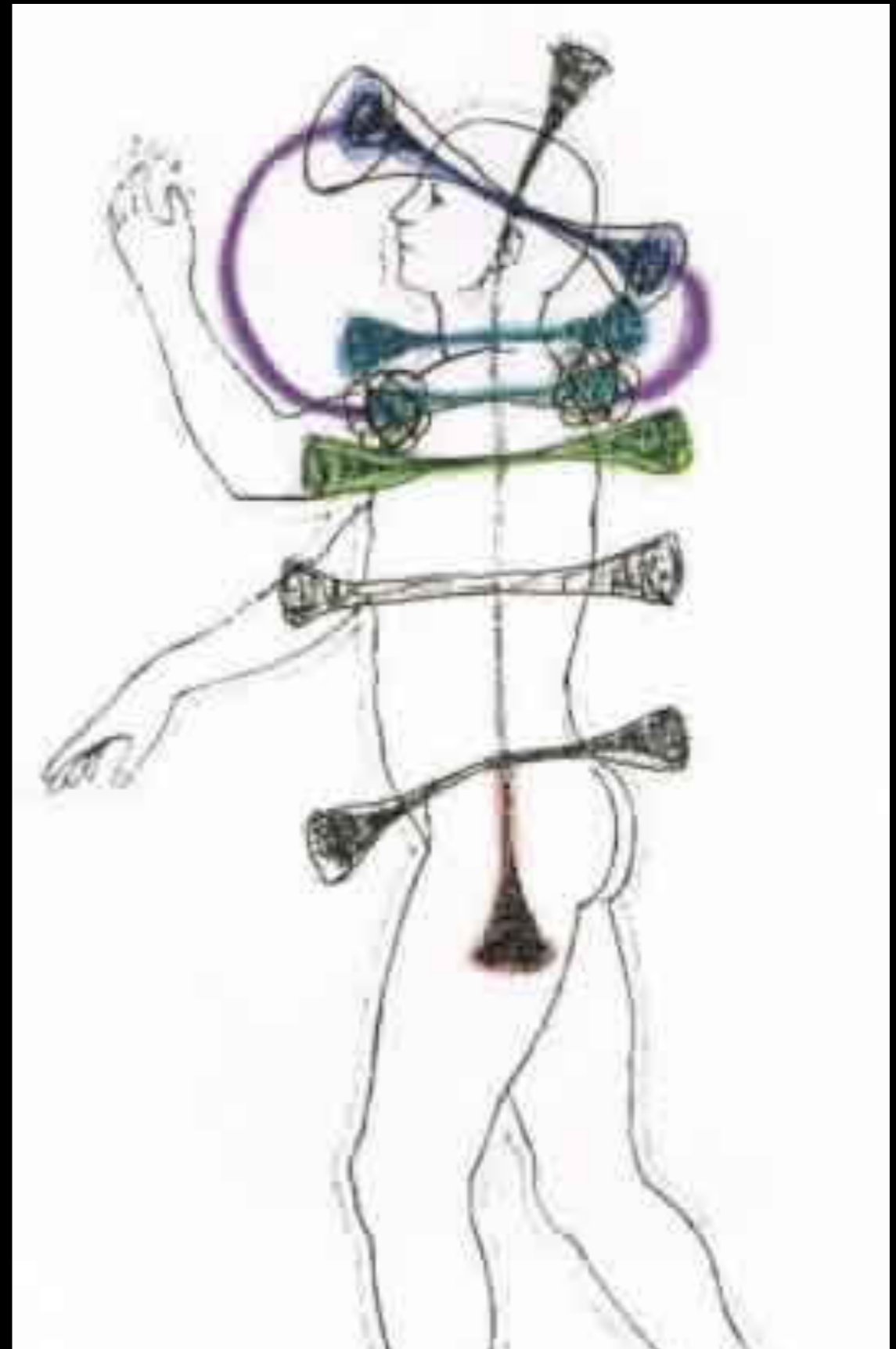
- ¿Qué ventaja tiene distribuir el prana a través del chakra del entrecejo, en vez de distribuirlo mediante los otros dos métodos? Alice Bailey nos da esta respuesta: “Todos los centros del cuerpo del paciente pueden ser receptivos a esta energía, y no uno solo, como en las dos curaciones anteriores”.
- La intención del paciente controla la actividad de sus propios chakras. Por eso, cualquiera que sea el método de curación pránica, para que los resultados sean efectivos, por lo general, hace falta que el paciente pida ayuda, crea en el curador y desee verdaderamente ser curado de manera de que sus chakras sean receptivos a la influencia del curador. Un chakra, esté desarrollado o no, tiene la importante función de utilizar el prana para vivificar una parte del cuerpo físico denso. Por lo tanto, el paciente es capaz de responder al tratamiento con el prana, independientemente del desarrollo de su chakra, con tal de que tenga la receptividad adecuada.
- Consideraciones Importantes
- Como hemos dicho antes, la persona que cura con el prana intenta estimular o abstraer la energía de uno o más chakras del paciente. En cualquier caso, al curador le conviene ser cauto a la hora de determinar cuáles son los centros que han de ser tratados y cómo los tiene que tratar, porque se pueden cometer muchos errores. Es mejor no producir ningún efecto sobre el paciente que cometer una equivocación, como, por ejemplo, estimular de repente un centro que ya es hiperactivo o extraer energía de un centro agotado. Por lo tanto, antes de practicar la curación con el prana, es importante diagnosticar cuidadosamente al paciente.

- En vez de hacer los diagnósticos por sí mismo, el curador tiene otra alternativa, sugerida por varios autores: puede invocar la ayuda de una inteligencia superior. Por ejemplo, Alice Bailey se refiere a la misión de un “maestro” o de un “grupo de maestros”; H. Edwards, a los “doctores espirituales” o “inteligencias curativas espirituales”; y G. Meek, a las “entidades descarnadas”. Sin embargo, Alice Bailey añade que el curador tiene que ganarse el derecho a solicitar dicha ayuda en nombre del paciente. Se supone que este derecho se lo gana mediante la entrega, la constancia y la purificación. En otras palabras, no todos los curadores que invocan esta ayuda la reciben.
- Si la ayuda de la inteligencia superior es bien merecida o ha sido bien solicitada, entonces dicha inteligencia sabrá hacer el diagnóstico correcto, así como dirigir las energías necesarias para cualquier forma de curación pránica. Normalmente, se obtienen mejores resultados cuando se está bajo la dirección de la inteligencia superior, porque ésta tiene un mayor conocimiento de los flujos de energía que hay en el cuerpo etérico y, por lo tanto, puede ejercer un control mental más esmerado sobre dichos flujos.
- Efectividad de la curación
- Una vez que se han dado todos los pasos necesarios para la curación pránica, ¿mejorará la salud del paciente? Muchas veces sí, pero los resultados sólo son provisionales. Recordemos que la enfermedad física puede tener una causa externa o bien una causa interna. Si tiene una causa interna, ésta puede estar a nivel etérico, emocional o mental. Si la causa está a nivel emocional o mental, entonces la debilidad en los chakras etéricos no sería más que un reflejo de un problema más profundo y fundamental. La curación por telepatía y por radiación, dentro de la curación por los chakras, son métodos que pueden devolver la armonía a niveles más profundos.

La sanación pránica.

- LOS CAMPOS DE ENERGIA
- Todo ser vivo esta formado de un cuerpo físico y de un campo de energía. Ya que la vida conforma una actividad eléctrica, esta crea unos campos electromagnéticos, que forman el aura humana.
- Cada ser humano esta formado por infinidad de campos electromagnéticos que crean fuerzas que están constantemente interactuando.
- Nuestro campo electromagnético o aura humana esta constantemente interactuando con otros campos energéticos, como el de las montañas, playas, ríos, minerales, plantas, animales y otras personas. Si no fomentamos la armonía entre todos los campos energéticos con los que interactuamos cada día, nuestras fascias se encogen o bloquean, por el choque energético y la no-asimilación armónica con otros campos energéticos.
- Podríamos redefinir el campo energético humano CEH y explicar su funcionamiento y la visión científica sobre su existencia, pero esto nos llevaría un volumen entero, por tanto nos conformaremos con la observación de que el CEH esta formado a la vez por partículas fluídicas y por ondas energéticas.
- Veamos porqué se realiza una curación con la imposición de manos.

- Los cuerpos vivientes irradian un calor y una energía. Esta energía es la fuerza vital propiamente dicha. Esta energía que irradian es pensamiento, es emoción, es sentimiento, es fuerza vital, es energía espiritual.
- En muchas culturas y a lo largo de la historia se ha conocido y nombrado esta energía. Podemos hacer un breve recorrido por distintas religiones que proclaman la existencia de los campos de energía.
- Por ejemplo: los chinos a la energía la llaman Chi, los japoneses la llaman Ki, los polinesios la llaman Mana, los indios de Norteamérica la llaman Orenda, los hindúes la llaman Prana, los hebreos la llaman Ruach, los países islámicos la llaman Baraka y los sanadores más actuales y occidentales como Wilhelm Reich lo llaman energía orgónica.



- Esta energía puede ser transferida a una persona o a uno mismo con un dolor o con una carencia de energía en esa zona, se convierte en energía salutífera, en energía sanadora que ayudará a restablecer el nivel de prana y por tanto de la salud en dicha zona.
- Toda materia viva irradia un campo de energía o de vitalidad, y esta energía por motivos variados y complejos puede escasear o abundar, o simplemente tener una información u otra. Por supuesto la escasez de energía hace que la sustancia física se encoja, que no vibre, que no tenga vitalidad, que se encuentre en estado deprimido. Y a través de nuestro tacto curativo podemos hacer que dicha zona se restablezca y cobre de nuevo esa alegría de vivir o vitalidad.
- Todo cuerpo vivo dispone de un doble etéreo, que es el espejo del cuerpo físico. Es energía que vibra a una frecuencia más alta que la del cuerpo físico. Aquí está el patrón energético que dará la forma a la materia física.
- Nosotros podemos influir cambios en este patrón energético a través de la energía, mediante la imposición de manos o simplemente deseando que así ocurra, cambiando el patrón mental-emocional del doble etérico por un nuevo patrón mental-emocional que hará que las próximas células que se regeneren lo hagan bajo una nueva perspectiva más saludable.
- En el ámbito energético cada vez que pulsa el LCR manda una onda de energía hacia el aura que la recarga y le da forma y vida. Esta onda áurica, o sea esta onda energética se proyecta alrededor del cuerpo entre unos centímetros hasta cerca de un metro del cuerpo físico. Es imprescindible hacer que nuestro cuerpo, que nuestra aura pulse por todos y cada uno de sus rincones. La perfección de este sistema nos lleva indudablemente a la salud holística de la persona.

- Seguro que muchos de los problemas mentales, emocionales, de conducta o cualquier patología que venga de la psique, se pueden tratar con éxito desde el nivel cráneo-sacral. Porque muchos de estos problemas psicológicos nosotros somos los que le hemos permitido que entren y no los hemos asimilado bien, se están somatizando en el tejido fascial, en forma de bloqueo o trauma.
- Si nosotros ponemos de nuevo a pulsar todo el cráneo y el cuerpo entero dichos problemas no entrarán con tanta facilidad ni se somatizarán en el cuerpo, ya que la pulsación del líquido cefalorraquídeo, por tanto el impulso rítmico craneal, nunca permitirá que absorbamos ningún tipo de energía negativa, es como estar conectado con Dios con la fuente universal que solo permitirá que únicamente entre en nosotros la perfección. O sea que todos los psicólogos y psiquiatras deberían apoyarse en técnicas cráneo-sacrales.
- Para una vida sana y equilibrada en todos sus niveles es necesario que el ritmo del LCR vaya fluidamente por todo el organismo y que por tanto se realice el movimiento de flexo-extensión por todo el cuerpo, en especial por el cráneo. .
- Nosotros sólo tendremos que estar centrados y conectados con nuestro autentico Ser interior, para adquirir la perfecta sabiduría interior. Esta alineación nos pone en contacto directo con la fuente de energía universal y esto nos hace que nuestra fuerza vital aumente, nuestro poder curativo se pone en marcha y podemos usar esta energía sin agotar nuestras reservas internas, si no conectándonos con la fuente universal de la energía.

- El conectarnos a la energía es parte de todos nosotros y al principio de la creación de la Tierra, en las civilizaciones del Mu o Lemuria y de la Atlántida, los niños recibían las iniciaciones de los campos de energía en la escuela elemental, así como otras enseñanzas terapéuticas. Los cambios telúricos que destruyeron Lemuria y la Atlántida, provocaron una gran desorganización social y cultural. Una selecta minoría que consiguió refugiarse en la India y en el Tíbet, consiguió preservar estos conocimientos de sanación y ajuste energético del ser humano. De ahí que en la India haya una tradición tan auténtica sobre el conocimiento del campo energético humano y universal, con sus Chakras o ruedas de energía.
- Una persona que sea practicante de Reiki u de otra técnica sanadora y que por tanto sus canales de energía están mas abiertos y predisuestas a la curación tendrá mas facilidad y mejores resultados de hacer terapia cráneo-sacral.
- Podemos contar un poco la historia reciente de un Ser que por su deseo más profundo de encontrar métodos de curación energética nos trajo la técnica de curación llamada Reiki y que es un complemento muy bueno para realizar terapia cráneo-sacral.
- De hecho es seguro que al realizar algunas posiciones de las manos en Reiki se realice en algún momento las técnicas cráneo-sacrales. O sea que se produzcan momentos en donde se pare y se reordene el movimiento respiratorio primario, con tan solo colocar nuestras manos en el cuerpo por un tiempo mas o menos alargado. Pero por supuesto si conocemos las técnicas de antemano podremos ser mucho más facilitadores del toque terapéutico.

¿Mito o realidad? Sanación pránica.

- ATREA llegó a la curación pránica en busca de su propia curación. Pasó seis años en la India practicando meditación vipasana y estudiando. También estudió medicina ayurvédica durante varios años con Sri H. W. L. Poonja, discípulo directo de Sri Ramana Maharsi. En 1991 encontró al maestro que le introdujo a los métodos ancestrales de introspección. Nacido en California, vive actualmente en París, donde practica la curación pránica y ayurvédica, e imparte talleres y seminarios de sanación.
- Desde hace años se utiliza la energía vital o prana para prevenir o curar padecimientos. Sin embargo, no todos la conocen.
- Curar con energía vital o prana. Ese es el concepto más sencillo que existe para describir a la sanación pránica, una ciencia milenaria que para algunas personas es muy efectiva, sin embargo, para otras no.
- Los sanadores emplean un sistema de técnicas que permiten utilizar el prana, conocido también como ki, para facilitar los procesos de recuperación y desarrollo de los seres, restableciendo el equilibrio energético alterado en todo trastorno físico, emocional y mental.

- Un sanador pránico saca la energía sucia del área afectada del paciente, donde se va a trabajar, y proyecta una limpia para aliviar o curar el padecimiento. Si bien esta técnica no es nueva y muchas prácticas de la India, China y Filipinas fueron reveladas por otras personas, fue el urólogo filipino Choa Kok Sui quien, en 1987 la recopila, experimenta y aplica.
- En uno de sus libros Manual Práctico de Curación Pránica, se menciona que desde niño se interesó por el yoga, los fenómenos psíquicos, la mística y el ki kung (arte de generar fuerza interna) y que estuvo vinculado con yoguis, sanadores y clarividentes. Pero, fue el maestro Mei Ling quien le enseñó muchas técnicas y conceptos avanzados de curación. Después su conocimiento lo transmitió a los demás.
- La doctora Eufemia Guamán, ginecóloga y sanadora pránica del Centro Integral Ollantay, corrobora esa información. “Cuando Choa Kok Sui estuvo dictando una conferencia en Colombia sobre sanación pránica, siempre enfatizó su deseo de que sus técnicas no se degeneren”.
- También mencionó que cualquier persona puede convertirse en sanador, pero debe estudiar su aplicación correctamente y hacerlas en un centro autorizado donde se le otorga un certificado con su firma.

- El traumatólogo Víctor García García, presidente de la sede Asociación Sanación Pránica de Ecuador en Guayaquil, dice que Sanación Pránica es una organización mundial cuya base se encuentra en Filipinas y se llama Instituto de Estudios Interiores, y parte de una Fundación Pránica Mundial.
- Por eso, todos los cursos de sanación pránica que se dan en más de 50 países están respaldados por las leyes de derecho de autor. Los instructores tienen que seguir un proceso de estudio y firmar un contrato en el que se comprometen bajo promesa de ley enseñar el contenido de las técnicas.
- “Para, sanación pránica no es una medicina alternativa, sino un estilo de vida. La defino como una ciencia para el desarrollo interior de la conciencia; y sus técnicas pueden ser aplicadas en cualquier ámbito del saber”, agrega García.
- Quiénes la practican
- Las técnicas de sanación pránica se practican en Ecuador desde hace nueve años y hasta hoy alrededor de mil personas de todas las especialidades, incluyendo médicos o psicólogos, han realizado cursos, según los registros que existen en la Asociación de Sanadores Pránicos en Guayaquil.
- Sin embargo, el ginecólogo Fernando Noboa Bejarano, el pediatra Luis Sarrazín, el alergólogo Plutarco Naranjo y el radiólogo Germán Valenzuela al preguntarles si conocían acerca de la sanación pránica se excusaron de opinar por desconocer al respecto o por no tener mayor conocimiento.

- No así el cirujano general y laparoscopista Ignacio Hanna Musse. Para él, la sanación pránica es una alternativa más para alguien que desea curarse, siempre y cuando no se la emplee como medicina inicial de tratamiento o de atención al paciente, sino como coadyuvante a la medicina tradicional.
- La sanación pránica –dice Hanna– no es otra cosa que el aprovechamiento de la energía que todos tenemos y si el paciente cree en la medicina alternativa hay que darle la oportunidad de utilizarla, mientras no afecte a sus órganos o sistemas.
- “En qué se puede oponer la sanación pránica, si el sanador lo único que hace es colocar sus manos sobre las zonas afectadas para que haya un traspaso de energía e incluso, a veces, cura a distancia”, agrega Hanna.
- El doctor Carlos Solís Beltrán, subgerente médico del Hospital del IESS en Milagro, aunque no practica la sanación pránica, porque afirma que su formación es académica y su medicina se basa en la evidencia, respeta esta práctica. De hecho, en la institución donde labora hay médicos que la aplican, especialmente quienes hacen medicina física y rehabilitación. “He visto resultados positivos en casos de problemas de colon irritable, migraña o lumbalgias que no habían podido ser superadas. Por eso tengo que aceptar que es una realidad”.

- Cuerpo bioplásmico.
- Científicos determinaron que existe un cuarto estado de la materia llamado bioplásmico o aura. Los tres primeros son líquido, sólido y gaseoso.
- En Rusia, en 1939, el doctor Semyon Kirlian y su esposa mientras investigaban ciertas plantas con una cámara fotográfica especial, descubrieron cómo alrededor de las hojas se formaba un halo de 3 mm y a ese evento le llamaron efecto Kirlian.
- Sobre esa base se hicieron estudios del aura y hoy la fotografía Kirlian se ha desarrollado; ya no solo se hacen tomas en las manos, sino en el cuerpo, así se diagnostica según el resultado de la energía cuáles son los trastornos que presenta el organismo.
- Pero el aura no solo es una capa de luz. Se descubrió también que tiene tres partes. La interior, que se extiende 5 a 7 cm más allá del cuerpo físico en una persona saludable, pero si está enferma o débil solo llega a medir 3 cm o a veces menos. La otra se la conoce como rayos de la salud, porque estos son perpendiculares y salen de los poros e interpenetran al aura externa e interna. Por último, se menciona a la externa que se extiende aproximadamente 70 cm y en alguien sano mide hasta 1 metro, pero en un enfermo presenta agujeros y ranuras a través de los cuales se drena o escapa la energía vital.

- El plasma, como también se conoce al aura, es "efectivamente un campo de energía invisible compuesto de moléculas grandes que contienen iones positivos y negativos; además, se parece mucho al cuerpo físico, por eso lo llaman doble etéreo", dice García.
- Incluso los doctores Harold S. Burr y Leonard Ravitss, de la Universidad de Yale, en 1948 lo definieron como "Campo de vida".
- Asimismo, según la revista electrónica Discovery DSalud, el científico y profesor universitario argentino, Livio Vinardi, en 1980 fue a los EE.UU. y durante diez años, en colaboración con la Universidad Estatal de San Francisco (California), en las Escuelas de Física y Biología, dirigió el Proyecto de Medición del Potencial Bioplásmico y concluyó que nuestro límite externo no está en la piel, sino que somos una estructura energética que posee un cuerpo físico y otro más sutil que lo interpenetra por completo al que se ha llamado aura, bioplasma, doble etérico, linga sharira, entre otros.
- ¿Qué son los chakras?
- Así como el cuerpo físico tiene sus órganos vitales, el cuerpo bioplásmico o etérico tiene centros de energía denominados chakras. Fue el cirujano ruso Mikhail Kuzmich Gaikin, en Leningrado, quien confirmó en 1953 su existencia.

- La doctora Guamán explica que los chakras son como ruedas o discos que se clasifican en mayores, menores y minichakras, y están ubicados a lo largo de la columna vertebral, además, se relacionan con glándulas de secreción interna y con una red de filamentos nerviosos, pero en el aura. Se encargan de absorber la energía, eliminarla y distribuirla en las diferentes partes del cuerpo.
- Los chakras no constituyen solamente un fluido energético, sino que actúan como un patrón de programación mental y física. Si el aura está defectuosa, significa que el cuerpo físico visible (con sus distintas partes y órganos) también está alterado; y si la primera se sana, el segundo igual. Por eso, es muy importante limpiar los chakras con prana para incluso prevenir enfermedades.
- “Los sanadores pránicos utilizan las fuentes del prana que provienen del aire, la tierra y el sol, más que la propia del cuerpo. Es un principio que la energía se transfiere de una fuente más poderosa a una más elemental. Por ejemplo, si una persona está deprimida y nos habla durante una hora nos traslada su energía negativa; pero si se está frente a alguien positivo y toma la vida con calma, eso será transmitido”, dice el sanador pránico, Gonzalo Arcos.
- Para comprobar si esas energías afectan o no, es importante -dice Víctor García- explicar que el cuerpo humano está constituido por el 75% de agua y mediante esta se transmite la información entre una célula y otra.

- “Cuando alguien está en contacto con el medio ambiente o con personas bajo determinadas circunstancias, nuestro cuerpo absorbe esa información al que está expuesto (producido por los campos magnéticos) y en ese instante ocurren cambios internos en la estructura molecular del agua”.
- El científico japonés Masaru Emoto, en 1994, mientras estudiaba los efectos de la sanación pránica a distancia descubrió que las moléculas de agua sufrían cambios impresionantes.
- Sucedió así. En Australia se encontraban unos sanadores tratando una muestra de agua que estaba ubicada en el laboratorio de Masaru en Tokio, Japón. Luego de que terminó la meditación, el japonés congeló unas gotas de esa agua y al analizarlas vio que la estructura molecular tratada se había transformado en un hermoso hexágono cristalino.
- Posteriormente investigó las moléculas de agua poniéndole rock metálico y vio que se desestructuraron en imágenes desagradables y oscuras, a diferencia de aquellas que estuvieron expuestas a música armoniosa que adquirirían un color dorado. Estas investigaciones quedaron registradas en más de mil fotografías.
- El sanador Víctor Silva estudió las investigaciones de Masaru. En muchos de sus casos de sanación él emplea curación con cuarzos, que en realidad contienen moléculas de agua petrificada, y como estas son muy sensibles a la comunicación mental facilitan o dinamizan la fuerza energética de la sanación tanto del paciente como del sanador.

- Predisposición.
- Para que el tratamiento con sanación pránica sea exitoso, el afectado debe estar predispuesto a curarse, de lo contrario no funciona, aseguran los entendidos. Silva agrega que ante la realidad científicamente comprobada la energía en el ser humano está en la mente y cada pensamiento es un impulso energético que intercede en la función fisiológica. Por eso el sanador debe elevar a nivel de conciencia el problema de salud para que el enfermo reconozca la cuota de responsabilidad que tiene en su dolencia. Por ejemplo, el miedo, la inseguridad, los traumas, entre otros, influyen en la salud, al igual que el estrés enferma.
- “Cuando el paciente no colabora, la sanación no da resultado, pues el 95% depende de él y el 5% restante del sanador, que lo hace con la venia de Dios, porque el sanador no es un mago”, dice Silva, quien ha podido atender a pacientes en otros países sin conocerlos, solo usando la práctica de la autocuración sugestiva.
- Por último, García sugiere que un paciente que recibe sanación pránica no necesariamente tiene que dejar el tratamiento con su médico, para así buscar la sanación tanto física como energética.

- Es un revolucionario y completo sistema de técnicas naturales de sanación que utilizan el prana para curar y/o prevenir variadas enfermedades, y para obtener una mejor calidad de vida, en todos sus aspectos salud física, incluyendo el cuerpo físico y la salud material y financiera, salud emocional y mental.
- Como un Arte y una Ciencia, PRANIC HEALING fue ampliamente practicada en antiguas civilizaciones en China, Egipto e India Utilizando una metodología que "no toca", PRANIC HEALING utiliza prana para producir cambios bioquímicos específicos para acelerar la habilidad natural del cuerpo para prevenir, aliviar y sanar un amplio espectro de enfermedades, tanto físicas como psicológicas. El toque físico no es necesario porque el practicante trabaja en el cuerpo energético en vez de en el cuerpo físico.
- Teniendo grandes logros incluso donde la medicina ortodoxa aún no ha llegado, como es el ejemplo del tratamiento brindado a pacientes sanados de SIDA, o donde aparentemente "ya no se puede hacer nada". (Leer artículo "Sanación Pránica una sana alternativa de vida al alcance de las manos".)
- Está siendo actualmente practicada por médicos, enfermeras, masajistas, acupunturistas, quiroprácticos, practicantes de shiatsu, y muchos otros dentro del campo de la salud. Los ha posibilitado para sanar consistentemente en el menor tiempo posible. Estos profesionales han encontrado que es muy efectiva y fácil de aprender y aplicar. Siendo practicada y estudiada también por maestros y practicantes de otros diversos métodos de curación energética, para profundización de conocimientos y obtención de mejores resultados. Y por muchos de aquellos deseosos de una mejor calidad de vida espiritual y material, seres con gran vocación de servicio y deseo de ayudar al prójimo, madres, amas de casa, maestros, artistas, instructores y practicantes de yoga, tai-chi, etc, y por muchos de aquellos que se sienten enfermos de estar enfermos!

QUE ES PRANA

- El Arte y Ciencia de la Sanación Pránica, se basa en la utilización del prana o energía vital que mantiene al cuerpo humano vivo, fortaleciéndolo y permitiéndole desarrollar todas sus actividades, para restablecer el desequilibrio energético cuando este se ha perdido, lo que se manifiesta como una dolencia o "enfermedad", o, para prevenir y mantener un óptimo estado de bienestar general.
- Prana es una palabra sánscrita que literalmente significa "fuerza de vida", la bioenergía invisible o energía vital que mantiene el cuerpo vivo y en un estado de buena salud. Los japoneses llaman a esta energía sutil "ki", los chinos "chi", los griegos "pneuma", en Polinesia es conocida como "mana", en hebreo es llamada "ruah" que significa aliento de vida. Cuando el cuerpo está enfermo o sufriendo, la fuerza de vida y el campo energético del cuerpo están afectados.
- Hay tres fuentes principales de prana de elementos naturales: el aire, el sol, y la vegetación. Una cuarta fuente es el Prana Divino que es recibido como resultado de la meditación y la plegaria.
- Un practicante de Sanación Pránica aprende a obtener el prana de todas las fuentes naturales listadas anteriormente y transmitirlo entonces a otros con propósitos de sanación.

EL PROCESO DE SANACION.

- La fotografía Kirlian ha demostrado la existencia de un cuerpo "vital" o energético que interpenetra y se extiende más allá del cuerpo físico visible. La enfermedad aparece primero en este cuerpo energético (a veces nombrado como etérico o bioplásmico) antes de manifestarse en el cuerpo físico. El Sanador Pránico limpia el cuerpo energético removiendo el prana sucio y energiza el cuerpo energético con prana fresco vital, facilitando así el proceso natural de sanación del cuerpo físico.
- En esta forma básica, este proceso de limpieza y energización es tan simple que puede ser fácilmente aprendido y usado por cualquiera.
- El ejercicio directo del sanador pránico, se hace sobre el Campo Bioenergético del individuo, conocido también como AURA y sobre los centros receptores y distribuidores de esta energía llamados Chakras. Al no trabajar sobre el cuerpo físico, el sanador no necesita 'tocar' al paciente.

- En las palmas de tus manos hay centros de energía llamados chakras. A través de simples ejercicios, enseñados en el Curso Básico, estos chakras serán activados.
- Una vez activados se volverán sensibles para sentir las energías de otros y las propias.
- Podrás explorar el campo energético o aura, para localizar bloqueos y/o fugas energéticas, y estar habilitado para limpiar, energizar y revitalizar el área con nuevas energías.
- Aprenderás también técnicas para parar el drenaje energético de tu cuerpo que muchos practicantes de la salud han experimentado trabajando con otros sistemas.

ORIGENES.

- Tiene sus orígenes en tiempos antiguos. Los rishis indios, taoístas chinos, y monjes tibetanos, son algunos de los muchos que han venido utilizando el "Prana" o energía en sanación por siglos. Hasta hace poco tiempo, sin embargo, este sistema fue enseñado y practicado secretamente y selectivamente por miedo a que fuese mal utilizado.
- Master Choa Kok Sui ha redescubierto estas técnicas antiguas y, a través de una cuidadosa investigación en The Institute for Inner Studies en Manila, los desarrolló como una ciencia documentada.
- The Institute for Inner Studies es un cuerpo de investigación especializado que está continuamente dedicado a impulsar investigaciones para la evolución. The World Pranic Healing Foundation fue fundada en 1990 para quitar el misterio de esta forma antigua de sanación y enseñarla a las personas comunes para beneficiar a toda la humanidad y el planeta.
- Master Choa ha enfatizado en la enseñanza de esta técnica en los países del tercer mundo donde una pequeña intervención de sanación puede hacer una gran diferencia.

- La Curación/Sanación Pránica pensada por MCKS es un sistema holístico para el cuidado de la salud, es no-religioso, respetuoso de todo credo, raza y religión. La Curación/Sanación Pránica no intenta reemplazar a la medicina ortodoxa, sino complementarla.
- Hoy en día es practicada tanto por médicos, que la combinan con sus tratamientos oleopáticos, homeopáticos y naturistas, así como por terapeutas de diferentes disciplinas y personas de todo tipo de profesión, culturas y creencias, transformándose en un método de sanación de orden y aplicación universal.
- Las técnicas desarrollados son resultado de mas de 20 años de estudio, experimentación y corroboración del Gran Maestro Choa Kok Sui, que desarrollo una técnica practica, sencilla en su aplicación, de gran efectividad en los resultados; que puede ser corroborada repetidamente en situaciones similares y ofrece gran seguridad a quien la aplica y a quien la recibe.
- Las sesiones de Curación/Sanación/Terapia/Energía Pránica no están licenciadas por el Estado/Gobierno pero son complementarias a las artes de sanación licenciadas por los gobiernos.

- Las sesiones de Curación/Sanación/Terapia/Energía Pránica no están licenciadas por el Estado/Gobierno pero son complementarias a las artes de sanación licenciadas por los gobiernos.
- La Curación/Sanación/Terapia/Energía Pránica no pretende reemplazar a la medicina ortodoxa, sino más bien complementarla.
- Los Practicantes de la Curación/Sanación/Terapia/Energía Pránica no tocan físicamente a los sujetos/clientes.
- Los Practicantes de la Curación/Sanación/Terapia/Energía Pránica no prescriben medicamentos o tratamientos médicos.
- Los Practicantes de la Curación/Sanación/Terapia/Energía Pránica no interfieren con medicamentos prescritos y/o tratamientos médicos.
- La Curación/Sanación/Terapia/Energía Pránica de Master Choa Kok Sui® (Master Choa Kok Sui Pranic Healing®) es un sistema de técnicas de sanación basado en energía altamente desarrollado que utiliza "prana" para balancear, armonizar y transformar los procesos energéticos del cuerpo, limpiando, energizando y balanceando el campo electromagnético del cuerpo, o aura.
- - GrandMaster Choa Kok Sui
- Fundador de la Sanación Pránica Moderna

Nueva Energía y Separación del Espíritu.

- Por algún tiempo les hemos estado hablando sobre la Nueva Energía de la Tierra. Les hemos estado explicando que la vieja rejilla magnética del Planeta está desapareciendo, que se está desintegrando, y que esa es la razón por la que los seres humanos que se nutren de esa vieja energía, están experimentando todo tipo de dolencia física, mental y emocional.
- En la década de los '90 de su siglo pasado, los científicos de todo el mundo comenzaron a buscar una explicación para la poderosa emisión de rayo gamma que sus instrumentos estaban captando en distintas regiones del espacio.
- Estos rayos gamma con sus intensos colores, eran por regla general ubicados a unos diez mil años luz de la Tierra. Sin embargo, esa distancia que establecía el mundo de la ciencia se correspondía con la perspectiva lineal del momento en el planeta, y no representaba en forma alguna la “distancia real” a la que estos eventos maravillosos estaban ocurriendo.
- En el Universo todo ocurre en el Ahora, y las distancias, tal y como son establecidas desde la Tierra, no representan otra cosa que “la medida de la separación que experimenta el Ser Humano del mundo del Espíritu”.

- Esa es una fórmula de la física de este Universo, que expresada en ecuaciones matemáticas de distinto nivel, será muy utilizada en el futuro para poder establecer el lugar en el que se halla el Gran Colectivo de Energías Humanas con relación al lugar en el que se encuentran sus hermanos en otros lugares del Universo, y para poder establecer el lugar en que la propia Humanidad se halla con relación a la Fuente de la que todo surge.
- En la medida en que la Humanidad abandona el tiempo lineal y utiliza una perspectiva “todo-inclusiva” para entender el Ahora, en esa misma dirección todo aquello que una vez pareció distante se acerca hasta el Ser Humano. Es la experiencia de que la separación es en realidad una ilusión.
- Cuando los hilos de energía que sostienen la ilusión de separación en el lugar que ha estado ocupando comienzan a desvanecerse -como está ocurriendo con los hilos de energía de la vieja rejilla magnética de la Tierra- de la misma manera se desvanece el tiempo lineal en el mundo de las experiencias humanas.
- Esto indica que lo que una vez estuvo lejos ya no lo está, porque las distancias que una vez señalaban hacia lo que estaba afuera y al parecer inalcanzable, no representaban otra cosa que la distancia que separaba al Ser Humano de su centro creativo y de su poder interior.

- Hace tan sólo unos días, las publicaciones de ciencia y tecnología le comunicaron al mundo que habían detectado una “misteriosa energía terrestre”. Lo que es importante de la breve nota en la que se da a conocer el hecho, es que la “misteriosa energía” de rayos gamma fue detectada en la atmósfera superior de la Tierra.
- La razón por la que es significativo este hecho, se encuentra en las palabras “atmósfera superior de la Tierra”. ¿Qué sucedió con los diez mil años luz que separaban a la Tierra del lugar en el que las emanaciones de rayos gamma estaban ocurriendo?
- Les comunico que se acerca el día en que la ciencia de la Tierra tropiece con ella misma. Eso ocurrirá cuando los instrumentos de medición establezcan que la presencia de rayos gamma que por tantas décadas ha capturado la atención de los científicos más intuitivos, no se está produciendo en lugares distantes del Universo, sino en el interior de la propia Tierra.
- Cuando esto ocurra el trabajo de los facilitadores energéticos de todas las especialidades se verá favorecido, porque esta es la nueva fuente de energía con la que actualmente trabajan y con la que reconectan al Ser Humano que así lo solicita. A esta nueva fuente de energía se ha conectado la persona que da cuenta de la experiencia de ver colores intensos en su pantalla mental durante los trabajos de activación de su campo energético.

- En el mundo de la ciencia las posibilidades son infinitas, porque se está cerrando el ciclo de la separación y la Humanidad está comprendiendo que mientras más conectada se encuentre a su Fuente, mayores son las aplicaciones de la Nueva Energía planetaria en el campo de la tecnología, la medicina, la astrofísica y demás espacios en que la Ciencia Una del Espíritu ha sido dividida en la Tierra.
- Mis queridos, desde este lado del velo nos sentimos Uno con ustedes en los trabajos de re-crear la Nueva Tierra, y es maravilloso dar cuenta del hecho de que la Humanidad se halla muy cerca de establecer “científicamente” que es ella misma la fuente de la que emana la Nueva Energía de la Tierra.
- Esto marca un punto trascendental en la evolución humana, pues significa que la Humanidad se está sosteniendo en su propia energía, por primera vez, desde que inició su viaje creativo a lo largo y ancho de este Universo.
- Desde el interior del átomo permanente en el corazón de cada Ser Humano, Yo Soy Metatrón. Y Así Es.
- Marilya P.C. es la creadora de la Técnica de Alineamiento Energético.
BalanceArte@live.com

- A principios del siglo 20 el físico ruso Semion Kirlian (1939) descubrió la electrofotografía, una técnica que permite colorear el campo energético humano y proyectarlo sobre una placa fotográfica.
- Inicialmente el descubrimiento de Kirlian no fue muy valorado pues se confundió con el “efecto corona”, un fenómeno bien conocido en la física, en el cual los gases sometidos a altos voltajes generan luz. Investigaciones posteriores, determinaron que dicho “efecto corona,” variaba de acuerdo al estado de ánimo o salud de la persona retratada y, por lo tanto, era un fenómeno que iba más allá de un simple “efecto corona.”
- El efecto Kirlian quedó atrapado en la frontera entre la física y la metafísica hasta que en el año 1996 un catedrático de la Universidad de San Petersburgo, el físico ruso Konstantin Korotkov, perfeccionó dicha tecnología, al lograr fotografiar e interpretar en tiempo real, el campo de energía humano.
- El revolucionario método del Dr. Korotkov logra la visualización del campo energético humano por el sistema de descargas de gas (VDG), interpretado por un ordenador que está equipado con un software muy avanzado, que incluso determina la entropía (desorden) del sistema viviente y su fractalidad.
- Esta nueva tecnología, que ya ha recibido el visto bueno del Ministerio de Salud de Rusia, es una herramienta vital, pues además de apoyar el diagnóstico, también permite medir la respuesta de los pacientes a la terapia médica, al mostrar la condición del campo energético humano antes, durante y después del tratamiento.

- Es un hecho que cuando la persona se enferma, el campo energético humano se hace más débil, incluso llega a presentar huecos en las áreas afectadas.
- La medición del campo de energía humano también permite saber cuando un medicamento es dañino para el paciente, pues se reduce significativamente el grosor del mismo.
- La medicina sistémica encuentra un gran apoyo en esta nueva técnica, pues con ella se permite demostrar uno de sus preceptos fundamentales, que es que la energía global de un sistema enfermo siempre se encuentra afectada, al igual que su inteligencia y su organización. En otras palabras VDG permite no sólo comprobar la Teoría Sistémica sino que también permite validar la utilización de los adaptógenos en la terapia médica, con el objeto de fortalecer los ejes de la energía, inteligencia y organización del sistema viviente.
- Uno de los grandes problemas que tiene el médico convencional es que la farmacoterapéutica ortodoxa prácticamente no dispone de medicamentos energizantes, ni organizacionales, ni potenciadores de la Inteligencia biológica; por ende, en la mayoría de los enfermos crónicos, trata la sintomatología, pero no va al origen del problema. Este problema no lo padece el médico entrenado en sistémica, quien además de conocer las leyes de la energía, también dispone de un arsenal fármaco-terapéutico mucho más amplio, el cual eleva notablemente la probabilidad de curación del paciente.

- Los preceptos de la teoría sistémica, hace un tiempo ya, anunciaron que el medicamento ideal era ese que fortalece los ejes de Energía, Inteligencia y Organización del sistema viviente. La nueva tecnología desarrollada por el Dr. Korotkov ahora permite validar esto y sabemos que en la medida que la humanidad siga el “standard” sistémico en la fabricación de medicamentos, desaparecerán los efectos secundarios de los mismos.
- El Prof. Dang hizo un llamado a los gobiernos y a las organizaciones de la salud en el mundo y les recordó que: " Cada ser humano, rico o pobre, debe tener la oportunidad de tratar sus enfermedades y el tratamiento de Energía Universal es un método práctico de tratamiento complementario que puede reducir el presupuesto del Gobierno y proteger la salud de las personas, sin importar su posibilidad económica.
- De acuerdo a lo dicho por Prof. Luong, en los últimos 13 años, ha habido más de 30 millones de personas tratadas con Energía Universal que recuperaron su salud de diferentes tipos de enfermedad. En la actualidad, hay más de dos millones de practicantes de este método en todos los continentes, que ayudan de manera gratuita a todos aquellos que lo necesitan.
- Prof. Luong concluyó su alocución diciendo que: La Escuela de Energía Humana y Universal está preparada para poder ayudar. Pero cuántos de los seis billones de personas en el mundo puedan recibir con rapidez este método de ayuda, dependerá en gran parte de los planes de salud de los gobiernos y organizaciones de los distintos países.

- Durante el Congreso Mundial, Prof.Dr.Sir Master Luong Minh Dang dio a conocer un libro escrito en dos idiomas, vietnamita e inglés, que fue escrito para el Congreso Mundial de Medicina Alternativa en Colombo, titulado: Energía Humana y Universal, una solución para la salud.
- Este libro explica los principios básicos del método de Energía Humana y Universal y el concepto de energía en todas las creaturas vivientes en el universo. Una persona se enferma por la falta o desarmonía de la energía en su cuerpo.
- La Energía Humana y Universal es un método por el cual y a través de la meditación, el cuerpo toma del universo la energía necesaria y la puede transferir a otro cuerpo para el restablecimiento de la salud.
- El libro también prueba la eficacia de la Energía Humana y Universal en el restablecimiento de la salud en seres humanos, animales, cosechas etc., contribuyendo a reducir el presupuesto que los países desarrollados le dedican a los planes de salud.
- El Primer Ministro de Sri Lanka, el Honorable Ranil Wickremasinghe también envió un mensaje de felicitación al Congreso Mundial y al Prof.Dr.Sir Master Luong Minh Dang.
- " Tengan a bien hacerle llegar mis felicitaciones al Prof.Dr.Sir Master Luong Minh Dang, por el premio Albert Schweitzer que se le entregó en ese Congreso Mundial por su labor humanitaria "
- Un suceso inesperado para todos los delegados durante este evento fue cuando el Ministro de Justicia de Sri Lanka le solicitó al Prof. Luong Minh Dang que le abriera sus chakras para poder aprender este método de Energía Universal y Humana. El ministro comentó al auditorio que procuraría hacer conocer este método en su país y le solicitó ayuda al Prof. Dang para brindar a los habitantes de Sri Lanka la posibilidad de recuperar la salud sin costo alguno.

- El domingo 28 de Julio de 2002 por la tarde, Sir Antón Jayasuriya, presidente de Medicina Alternativa de Sri Lanka y director de tres grandes hospitales en Colombo y disertante sobre acupuntura para muchos doctores en Australia durante 20 años , habló públicamente agradeciendo al Prof.Dr.Sir Master Luong Minh Dang, quien había activado sus chakras y le había enseñado este método de sanación.
- Sir Anton explicó que durante cuarenta años en la práctica de medicina occidental, como acupunturista y luego de haber trabajado tantas horas diarias durante tantos años, colocando agujas, comenzó a sufrir de un dolor severo en su brazo derecho que padecía desde hacía seis años. Se había aplicado acupuntura él mismo y tomado todo tipo de medicinas; sin ningún éxito.
- Sir Anton usó la palabra milagro para describir el alivio total del dolor en su brazo derecho, diciendo que unos minutos después de recibir el tratamiento de EU realizado por el Prof. Dang, pudo levantar el brazo hasta su cabeza.
- Sir Anton, de setenta y dos años de edad, dijo querer dedicar el resto de su vida a colaborar con el Prof. Dang a ayudar a las personas y no dudó en declarar durante ese Congreso Mundial, que el Prof. Dang era un regalo de Dios para la humanidad.
- Tanto el Prof. Dang como Sir Antón fueron largamente ovacionados, el primero por su capacidad de sanación y el segundo por sus sentidas palabras.
- Antes del cierre de la ceremonia y en representación de la Medicina Alternativa, Sir Antón le solicitó formalmente al Prof. Dang que organizara una facultad dedicada a la enseñanza de la Energía Humana y Universal dentro de la Universidad Abierta de Medicina Complementaria, y declaró que todas las medicinas alternativas estarán bajo el amparo del método de Energía Humana y Universal, en un intento de integración de todas las medicinas con el propósito de servir a la humanidad.
- Demás está decir que todos los doctores, disertantes invitados y delegados en ese Congreso mundial, le solicitaron al Prof. Dang que activara sus chakras.

LOS CINCO VAYÚS PRÁNICOS.

- Los tratados indos hablan frecuentemente de los cinco principales vayús pránicos, cuya situación señala brevemente el samhita Gheranda, como sigue:
- “El prana actúa siempre en el corazón; el apana en la esfera del ano; el samana en la región del ombligo; el udana en la garganta; y el viana penetra todo el cuerpo” (15).
- Numerosos otros libros dan la misma descripción y nada más dicen acerca de sus funciones, aunque algunos añaden pocos más informes, como siguen:
- “El aire llamado viana es la parte esencial de todos los nervios. El alimento, tan pronto como ingerido, queda descompuesto en dos por dicho aire. Al entrar cerca del ano separa las porciones sólidas de las líquidas. Al colocar el agua sobre el fuego y lo sólido sobre el agua, el prana, que está debajo del fuego, lo inflama lentamente. El fuego, inflamado por el aire, separa la substancia de los desechos. El aire viana difunde la esencia por todas partes, y los desechos se expulsan del cuerpo forzados por los doce portales.
- Los cinco aires así descritos concuerdan adecuadamente con las cinco modalidades de vitalidad que hemos observado.

- En los tratados indios la palabra prana suele significar también aliento, acaso porque al respirar absorbemos asimismo glóbulos de vitalidad. El principal objeto de la respiración es inhalar oxígeno del aire, que pasa a los pulmones, y expeler el nitrógeno con el cual está mezclado en la atmósfera. El glóbulo de vitalidad es el principal constituyente del átomo de oxígeno.
- En la obra Química oculta quedó expuesto que las dificultades con que la doctora Besant y yo tropezamos al observar el oxígeno fueron mucho mayores que las encontradas al examinar el hidrógeno y el nitrógeno, a causa de la extraordinaria actividad de dicho elemento y de la ofuscante brillantez de algunos de sus constituyentes. Cuando se le observa en estado gaseoso, aparece el átomo de oxígeno como un ovoide en cuyo interior gira velozmente un cuerpo semejante a una espiral enroscada con cinco brillantes puntos luminosos.
- La espiral parece ser un sólido redondeado, pero al transportar el átomo al subplano etéreo del plano físico, se desdobra la espiral longitudinalmente en dos tenues serpientes, una positiva y otra negativa, y entonces se observa que la aparente solidez dimanaba, de que estas dos espirales enroscadas giran en torno de un eje común en opuestas direcciones, de modo que ofrecen el aspecto de una superficie continuada, tal como al dar vueltas a un carbón candente atado al extremo de un bramante, describe en el aire un círculo de fuego, y lo mismo ocurre cuando se dan vueltas de molinete a un palitroque encendido por la punta.
- Los puntos brillantes observados en el átomo gaseoso, se echan de ver en el estado etéreo en la cresta de las ondas de la serpiente positiva y en los huecos de la negativa. La serpiente o espiral enroscada consta de pequeños corpúsculos a manera de gránulos, once de los cuales se interponen entre los puntos de mayor brillantez.

- Al transportar el átomo de oxígeno al subplano hiper-etéreo se quiebran las serpientes, y cada punto brillante se lleva seis gránulos por un lado y cinco por otro. Estos puntos con sus gránulos se enroscan y entrelazan con la misma extraordinaria actividad, semejante a luciérnagas que giraran velocísimamente. Los puntos brillantes contienen cada uno siete átomos ultrerrimos y los gránulos sólo contienen dos. En el subplano sub-atómico los fragmentos de las serpientes se disgregan, y los corpúsculos d y d' , positivo y negativo, muestran diferente ordenación de los átomos que contienen.
- Al desintegrarse estos corpúsculos en el subplano atómico, dejan en libertad 290 átomos físicos ultrerrimos, de los cuales 220 proceden de los gránulos y 70 de los diez puntos brillantes.
- El corpúsculo positivo d es el glóbulo de vitalidad y de su virtud proviene la extraordinaria energía del oxígeno.
- Al llegar el oxígeno a los pulmones en la función respiratoria desprende los glóbulos de vitalidad que se combinan con otras sustancias para formar algunos de los principales constituyentes de la sangre. Así es que mientras la vitalidad se difunde desde el bazo por todo el doble etéreo, la «esencia» mencionada en la cita del purana Garuda se distribuye por todo el cuerpo denso.

VITALIDAD Y SALUD.

- El flujo vital de estas diversas corrientes regula la salud de las partes del cuerpo por donde pasan. Si una persona sufre trastornos digestivos, se lo conocerá quien posea vista etérea, porque la corriente vital de color verde será lenta o escasa.
- Si la corriente amarilla es intensa y copiosa producirá el vigor y regularidad del funcionamiento del corazón, al paso que al fluir en torno del chakra cardíaco interpenetrará la sangre impelida por el corazón y con ella se difundirá por todo el cuerpo. Sin embargo, también va al cerebro parte de la corriente amarilla, y parece que el vigor de los pensamientos metafísicos y filosóficos depende en gran parte del volumen e intensidad de la corriente amarilla con el correspondiente despertamiento de la flor dodecapétala situada en el centro del chakra coronal.
- Los altos pensamientos y nobles emociones de elevada espiritualidad parece que dependen mayormente del rayo violado, mientras que el vigor de los ordinarios pensamientos está estimulado por la acción del azul mezclado con parte del amarillo. En algunas modalidades de idiotez hay completa inhibición de los flujos de vitalidad amarilla y azul-violada que debieran bañar el cerebro. La extraordinaria actividad o mucho volumen del azul pálido que penetra por el chakra laríngeo mantiene la salud y vigor de los órganos de esta región del cuerpo. Da fuerza y elasticidad a las cuerdas vocales, de modo que en los oradores y cantantes aparece dicha corriente como si estuviera dotada de mucha brillantez y actividad.
- La debilidad o dolencia en cualquier parte del cuerpo va acompañada de la escasez o falta de flujo de vitalidad en aquella parte.

LOS ÁTOMOS DESCARGADOS.

- Según efectúan su obra las corrientes de átomos van descargando la vitalidad en ellos contenida, lo mismo que se descarga un acumulador eléctrico. Los átomos rosados palidecen gradualmente según pasan por los nervios y al fin salen por los poros para formar lo que en El hombre visible e invisible hemos llamado el aura de salud.
- Al salir del cuerpo los átomos, la mayor parte de ellos han perdido su rosado color, de modo que en conjunto ofrecen un color blanco azulado. También pierde su peculiar color la parte del rayo amarillo absorbida por la sangre.
- Los átomos así descargados de vitalidad pasan a formar parte de alguna de las combinaciones que se están efectuando constantemente en el cuerpo o bien salen por los poros o por los conductos ordinarios. Los átomos vacíos del rayo verde, relacionado principalmente con la digestión, parece que pasan a formar parte de los desechos del cuerpo y se expelen con éstos. Lo mismo sucede con los átomos del rayo anaranjado-rojo en el caso del hombre ordinario. Los átomos de los rayos azules, correspondientes al chakra laríngeo, salen del cuerpo en el acto de la espiración respiratoria; y los del rayo azul oscuro y del violado salen por el chakra coronal.
- Cuando el hombre sabe deflectar la corriente de color anaranjado-rojo de modo que ascienda por el conducto medular, los átomos descargados de dicha corriente y los de la violada-azul salen por el chakra coronal en ígnea cascada que, según muestra la fig. 2, se representa como una llama en las antiguas imágenes del Señor Buda y otros insignes santos. Dichos átomos vuelven a utilizarse como vehículos físicos de alguna de las esplendentes y benéficas energías que los hombres sumamente evolucionados irradian del chakra coronal.

- Una vez que han descargado los átomos la energía vital, vuelven a ser precisamente lo mismo que cualesquiera otros átomos, sin más diferencia que la de haber mejorado en algo por virtud del uso hecho de ellos. El cuerpo absorbe cuantos necesita para formar parte de las diversas combinaciones que constantemente se efectúan en el organismo físico, y los no necesarios para tal propósito se eliminan por el conducto más conveniente.
- El flujo de vitalidad que penetra por los chakras y la intensificación del flujo no se han de confundir con el desenvolvimiento del chakra, que se efectúa por la avivación del aspecto superior del fuego serpentino en una ulterior etapa evolutiva del individuo, según veremos en el capítulo siguiente. Todos absorbemos vitalidad y la especializamos, pero no todos la utilizan completamente, porque en muchos aspectos no son nuestras vidas puras, sanas y razonables cual debieran ser.
- Quien engrosere su cuerpo con el uso de la carne, el alcohol o el tabaco no podrá aprovechar su vitalidad tan completamente como el hombre de puras costumbres. Un individuo de hábitos viciosos puede ser ya menudo es físicamente más fuerte y robusto que otro de austera conducta; pero esto se ha de atribuir al karma, porque en igualdad de circunstancias lleva inmensa ventaja el de pura conducta.
- Todos los colores de la vitalidad son etéreos, aunque su acción es algo correlativa al significado de los matices análogos del cuerpo astral. Los armónicos pensamientos y emociones reaccionan en el cuerpo físico y acrecientan su poder para asimilarse la vitalidad requerida por su bienestar .
- Cuéntase que el Señor Buda dijo una vez que el primer paso en el camino del nirvana es la perfecta salud física; y seguramente el mejor medio de lograrla es el que el Señor Buda señaló en el Noble Óctuple Sendero. «Buscad primeramente el reino de Dios y su justicia y lo demás se os dará por añadidura.» También se nos dará la salud del cuerpo físico.

VITALIDAD Y MAGNETISMO.

- La vitalidad circulante por los nervios no debe confundirse con lo que se llama el magnetismo humano, que es el fluido peculiar de los nervios especializado en el conducto medular y constituido por la energía primaria entremezclada con el kundalini, Este fluido magnético mantiene la constante circulación de la materia etérea por los nervios, correspondientes a la circulación de la sangre por las arterias y venas; y así como la sangre lleva el oxígeno a todas las partes del cuerpo, así también la corriente etérea conduce la vitalidad por los nervios.
- Las partículas del doble etéreo están cambiando incesantemente, lo mismo que las del cuerpo denso. Con los manjares que comemos y el aire que respiramos ingerimos materia etérea que se la asimila el doble etéreo. Por los poros se elimina constantemente materia etérea y gaseosa, de modo que cuando dos personas están en íntimo contacto, cada una de ellas absorbe gran porción de las emanaciones físicas de la otra.
- El hipnotizador concentra por un esfuerzo de su voluntad gran cantidad de dicho magnetismo y lo proyecta sobre el sujeto cuyo fluido nervioso repele para substituirlo con el que ha emitido.
- Como quiera que el cerebro es el centro de la circulación nerviosa, la parte del cuerpo afectada por el fluido magnético queda bajo el dominio del cerebro del hipnotizador en vez de estar bajo el dominio del cerebro del sujeto, de modo que éste experimenta cuanto el hipnotizador le sugiere. Si el cerebro del sujeto queda vacío de su propio magnetismo y lleno del magnetismo del hipnotizador, éste podrá dominar a aquél de modo que sólo piense y obre lo que sugiera, pues temporáneamente lo tiene por completo dominado.

- Aun en los casos de magnetización e hipnotismo terapéuticos, el magnetizador infunde en el sujeto mucho de sus personales emanaciones en unión de las corrientes devitalidad, y es evidente que de este modo cabe en lo posible que si el magnetizador padece alguna enfermedad la contagie al sujeto. Pero aunque la salud del magnetizador sea perfecta desde el punto de vista patológico, también hay enfermedades mentales y morales como las hay fisiológicas; y como quiera que el magnetizador proyecta en el sujeto materia astral y mental con las corrientes físicas, arriesga contagiarlo con dichas enfermedades.
- Sin embargo, si el hipnotizador es hombre de puros pensamientos y henchidos del ardiente deseo de beneficiar al prójimo puede hacer mucho para aliviar los sufrimientos si se toma el trabajo de estudiar este asunto de las corrientes que entran en el cuerpo por los chakras y fluyen por los nervios.
- ¿Qué infunde el magnetizador en el sujeto ? Fluido nervioso o también vitalidad, o ambas cosas a la vez y simultáneamente.
- Si el sujeto está tan sumamente débil y agotado que es incapaz de especializar la vitalidad, el magnetizador puede suministrarle la necesaria infundiéndola en los trémulos nervios, de modo que el enfermo recobre rápidamente la salud.
- Este proceso es análogo al de la nutrición. Cuando el paciente llega a un estado tal de debilidad que el estómago no digiere, tampoco puede nutrirse el cuerpo y aumenta por ello la debilidad. El remedio en tal caso es proporcionar al estómago alimentos ya digeridos por medio de la pepsina u otros preparados análogos de fácil asimilación para restaurar las fuerzas.

- De la propia suerte, el individuo incapaz de especializar por sí mismo la vitalidad puede absorber la especializada por otro y esforzarse en recobrar el normal funcionamiento de los órganos etéreos. Esto es cuanto se necesita en muchos casos de debilidad.
- Hay otros casos en que se congestiona algún punto y la vitalidad no circula debidamente porque su vehículo nervioso anda tardo por enfermizo. Entonces conviene substituirlo por saludable materia etérea nerviosa procedente del exterior, y hay varios medios de efectuarlo. Algunos magnetizadores emplean para ello la violencia infundiendo enérgicamente su propio éter con la esperanza de expulsar el que necesitan substituir. Es posible lograr éxito de este modo aunque consumiendo mucha más energía de la requerida.
- Procedimiento más científico es el que obra con mayor suavidad, y elimina primero la materia congestionada o enferma, y la substituye después por materia etérea, sana, para estimular poco a poco la actividad de la perezosa corriente. Por ejemplo, si el individuo tiene dolor de cabeza, seguramente que se habrá congestionado la enferma materia etérea en algún punto del cerebro y lo primero que conviene es eliminar dicha materia.
- ¿Cómo se logra? De la misma manera que la emisión de la energía magnética, esto es, por un esfuerzo de voluntad. No debemos olvidar que la materia sutil queda fácilmente modelada o afectada por la acción de la voluntad humana. Por muchos pases que haga el magnetizador no serán más que el apunte de su arma en determinada dirección, mientras que su voluntad es la pólvora que impele el proyectil y produce el resultado o sea la emisión del fluido.

- El magnetizador que sepa bien lo que hace puede obtener el mismo resultado con pases que sin ellos. Yo conocí uno que sólo se valía de su mirada fija en el sujeto. La mano sirve únicamente para concentrar el fluido y acaso para favorecer la imaginación del magnetizador, pues para querer firmemente ha de creer, también firmemente, y sin duda el ademán le facilita la operación.
- De la propia suerte que el hipnotizador o magnetizador puede emitir magnetismo por un esfuerzo de su voluntad, también por el mismo esfuerzo puede descargar al sujeto del magnetismo que le infundió, y en este caso puede valerse como auxilio del accionado de las manos.
- Si se trata de un dolor de cabeza, colocará el hipnotizador las manos sobre la frente del sujeto y se las imaginará como esponjas que absorben el deletéreo magnetismo del cerebro. Muy pronto advertirá que en efecto está produciendo el resultado que imagina, pues si no toma la precaución de ir arrojando el nocivo magnetismo según lo va absorbiendo, le sobrevendrá dolor de cabeza, o bien le quedarán doloridos el brazo y la mano con que efectúe la operación, porque está inoculándose materia enferma y conviene a su salud que la deseche antes de que se apodere de su cuerpo.
- Por lo tanto, ha de seguir para ello determinado procedimiento y el más sencillo es el de hacer con las manos el ademán de arrojarlos como arrojaría el agua. Aunque el hipnotizador no la vea, la materia que ha extraído es física, y así podemos tratarla por medios físicos.

- En consecuencia, es necesario que el hipnotizador no descuide estas precauciones ni deje de lavarse escrupulosamente las manos después de curar a un enfermo de dolor de cabeza u otra dolencia de la misma índole.
- Una vez eliminada la causa de la enfermedad, procede el magnetizador a cargar al enfermo de saludable magnetismo y resguardarlo contra la recaída en la enfermedad.
- Este procedimiento tiene múltiples ventajas en la terapéutica mental de las afecciones nerviosas, muchas de las cuales consisten en el trastorno circulatorio de los fluidos que pasan por los nervios, y que o bien se congestionan o son muy tardíos o muy rápidos, o escasos en cantidad o de mala calidad.
- Los medicamentos de toda clase sólo tienen eficacia en el nervio físico, y muy poca en los fluidos circulantes, mientras que el magnetismo actúa directamente sobre los fluidos mismos y penetra derecho en la raíz del mal.

LA MEDITACIÓN.

- El interés que el tema de la meditación ha despertado, pone de manifiesto una necesidad mundial que exige una clara comprensión.
- Donde existe una tendencia popular hacia cualquier dirección centralizada y firme, podemos cerciorarnos que de ello surgirá algo que la raza necesita en su marcha progresiva. Lamentablemente la meditación está considerada, por los que opinan superficialmente, como un «modo de orar».
- Sin embargo, en la correcta comprensión del proceso de la meditación y de su acertada adaptación a las necesidades de nuestra civilización moderna, se hallará la solución de las actuales dificultades pedagógicas y el método por el cual será posible llegar a la comprobación de la existencia del alma, ese algo viviente que llamamos «alma» a falta de un término más adecuado.
- Respecto a si todos los aspirantes tienen la posibilidad de realizar este arduo trabajo, debe recordarse, desde el principio, que el mismo impulso de emprenderlo puede indicar que hay una demanda del alma para entrar en el sendero del conocimiento. Nadie debe desalentarse si descubre que le falta algo esencial en las cualidades requeridas. La mayoría de nosotros somos más inteligentes y estamos más adelantados y mejor dotados de lo que creemos. Todos podemos empezar a practicar la concentración desde ahora. Poseemos gran conocimiento, poder mental y aptitudes que no han pasado desde la región del subconsciente a la utilidad objetiva.

- Cualquiera que haya observado en el principiante los efectos de la meditación, corroborará esta afirmación, que a veces confunde al meditante, que no sabe qué hacer con su descubrimiento. Los resultados del primer paso en la disciplina de la meditación, o sea la concentración, son a menudo sorprendentes. El individuo «se encuentra» a sí mismo; descubre aptitudes ocultas y una comprensión, incluso del mundo fenoménico, que le resulta milagrosa; en forma repentina se da cuenta de la existencia de la mente y de que puede utilizarla; la distinción entre el Conocedor y el instrumento de Conocimiento se hace cada vez más clara y reveladora. Al mismo tiempo se produce una sensación de pérdida. Los antiguos estados soñolientos de beatitud, que proporcionan la oración y la meditación mística, desaparecen, dejando temporalmente una sensación de aridez, de falta de algo, de vacío, que es por lo general desesperante. Ello se debe a que el foco de la atención se ha alejado de las cosas de los sentidos, no importa cuán bellas sean. Las cosas que la mente conoce y puede registrar no están todavía registradas; tampoco el mecanismo sensorio hace los usuales impactos sobre la consciencia. Es un período de transición, que debe soportarse hasta que este mundo nuevo empiece a hacer su impresión sobre el aspirante. Esta es una razón por la cual la persistencia y la perseverancia deben desempeñar su parte, particularmente en las primeras etapas del proceso.
- Uno de los primeros efectos de la práctica de la meditación es, generalmente, una creciente eficiencia en la vida diaria, ya sea en el hogar, en el trabajo o en cualquier campo de actividad humana.
- La aplicación mental a la obligación de vivir es en sí un ejercicio de concentración y produce notables resultados. Que el hombre alcance o no la iluminación mediante la práctica de la concentración y la meditación, siempre habrá logrado mucho, habrá enriquecido grandemente su vida, aumentado su utilidad y poder, y ensanchado su esfera de influencia.

- Por lo tanto, desde el punto de vista puramente mundano, es útil aprender a meditar. ¿Quién podrá decir que una mayor eficiencia en la vida y en el servicio no sea un paso en la senda del progreso espiritual, como lo son las visiones del místico? Los efectos espirituales de la aplicación mental que nuestro mundo comercial occidental pone de manifiesto puede ser, en último análisis, una contribución total y valiosa al esfuerzo espiritual, como los efectos observados en el mundo del esfuerzo religioso organizado. Confucio nos enseñó hace siglos que los instrumentos de la civilización eran de carácter altamente espiritual, por constituir el resultado de las ideas. Hu Shih dice en los interesantes comentarios de su libro «Hacia dónde va la Humanidad»:
- «Una civilización que emplea al máximo el ingenio y la inteligencia humana en la búsqueda de la verdad, a fin de controlar la naturaleza y transformar la materia para servir a la Humanidad, que libera al espíritu humano de la ignorancia, de la superstición y de la esclavitud de las fuerzas de la naturaleza, y reforma las instituciones sociales y políticas en beneficio de la mayoría, es altamente idealista y espiritual».
- Nuestra idea sobre lo que constituye la espiritualidad se ha ampliado constantemente, Hemos visto a muchos miles de seres humanos que, por el deseo, el sentimiento y las reacciones de la naturaleza emocional, han alcanzado el punto en que se han visto obligados a transmutar el deseo en aspiración, el sentimiento en sensibilidad hacia las cosas del espíritu, y el amor a sí mismos en amor a Dios. Así se forma el místico.

- Por el empleo de la mente en el mundo de los negocios, en las profesiones, en la ciencia y en el arte, hemos presenciado dos hechos sorprendentes: grandes empresas organizadas, basadas en el interés egoísta y en las ideas materiales, han llegado a una condición en la que han adquirido consciencia grupal; por primera vez se ha considerado la interacción y el interés grupal de la mayoría. Estos resultados son puramente espirituales e indican una creciente consciencia del alma, y son débiles indicios de la fraternidad de las almas. La ciencia aplicada se ha desarrollado en todos los campos de tal manera que ha penetrado en la región de la energía y de la metafísica pura. El estudio de la materia nos ha conducido a la región del misticismo y del transcendentalismo. Ciencia y Religión se están dando la mano en el mundo de lo invisible y de lo intangible.
- Los pasos son dados en la dirección debida. Una vez que las facultades mentales se hayan desarrollado racionalmente, gracias a nuestra técnica occidental en el mundo comercial (una vasta escuela de concentración), inevitablemente habrá una trasmutación análoga en la naturaleza emocional. Entonces se podrá reorientar la mente hacia valores más reales y elevados y enfocada en una dirección distinta a la de la vida material.
- Así se formará el Conocedor.

- Por lo tanto, todo aquel que no sea puramente emocional, que posea una regular educación y que esté dispuesto a trabajar con perseverancia, puede emprender con buen ánimo el estudio de la meditación. Puede empezar a organizar su vida con el fin de dar los primeros pasos hacia la iluminación, siendo ésta una de las etapas más difíciles. Téngase presente que todos los pasos iniciales son difíciles porque hay que contrarrestar hábitos y ritmos habituales para implantar nuevos. Pero una vez que los pasos han sido dados y los hábitos dominados, el trabajo resulta más fácil. Es más difícil aprender a leer que comprender un libro difícil.
- La antigua ciencia de la meditación, «el camino real hacia la unión» como se la ha llamado, puede también denominarse la ciencia de la coordinación. Hemos aprendido, gracias al proceso evolutivo, a coordinar la naturaleza emotivo-sentimental y el cuerpo físico en tal forma que estos estados son automáticos y a veces inevitables. El cuerpo es ahora un simple autómatas, el esclavo del deseo superior o inferior, bueno o malo. Hay ya quienes coordinan la mente con estos dos aspectos. Valiéndonos de nuestros sistemas educativos, fusionamos en una unidad coherente la suma total que constituye el ser humano, es decir, los aspectos mental, emocional y físico. Mediante la concentración y los posteriores aspectos de la práctica de la meditación, se acelera grandemente esta coordinación: sigue más tarde la unificación de esta trinidad con otro factor, el factor alma. El ha estado siempre presente, así como la mente lo está en los seres humanos (salvo en los idiotas), pero se mantiene pasiva hasta el momento oportuno, cuando se haya realizado el trabajo necesario.

- El investigador interesado comprenderá que en este trabajo a realizar la primera cualidad que necesita es perseverancia. Se puede observar que existen dos cosas que ayudan en la obra de coordinación: primero, el esfuerzo por controlar la mente y procurar una vida concentrada.
- La vida de consagración y de dedicación, tan característica del místico, cede su lugar a la vida de concentración y meditación, característica del conocedor, la organización de la vida mental en todo momento y en todas partes. Segundo, la práctica regular de la concentración, todos los días a la misma hora, si es posible, proporciona una actitud centralizada y ambas significan éxito, La primera condición, o la organización de la vida, exige algún tiempo, pero puede iniciarse de inmediato. La segunda, o el establecimiento de determinados períodos de concentración, puede iniciarse también en cualquier momento, pero el éxito depende de dos cosas: regularidad y persistencia.
- En el primer caso, además de la persistencia, el éxito depende también de la imaginación, Por medio de ella asumimos la actitud del Observador y del Perceptor. Nos imaginamos ser el Uno que está pensando -pero no sintiendo- y constantemente guías con firmeza nuestros pensamientos por líneas elegidas, obligándonos a pensar lo que decidimos pensar, y rechazando los pensamientos que queremos excluir, no por el método de la inhibición, sino por el de despertar un interés dinámico en alguna otra cosa. Le debemos negar a nuestra mente que divague a voluntad o que sea impulsada a la actividad por nuestros sentimientos y emociones o por las corrientes mentales del mundo circundante. Nos obligamos a poner atención en todo cuanto hacemos, ya sea la lectura de un libro, el desempeño de nuestras tareas en el hogar o en el negocio, la vida social o la profesional, una conversación con un amigo, o cualquiera sea la actividad del momento.

- Si la ocupación es de tal naturaleza que se pueda realizar instintivamente y no exige el empleo activo del pensamiento, podemos elegir una línea de actividad mental o secuencia de razonamiento, y seguirla comprensivamente mientras nuestras manos y ojos están ocupados en el trabajo a realizar.
- La verdadera concentración nace de una vida concentrada y regida por el pensamiento. El primer paso para el aspirante es empezar a organizar su vida diaria, y regularizar sus actividades para que su vida tenga un enfoque y una centralización. Esto pueden obtenerlo quienes tengan bastante interés como para hacer el esfuerzo necesario y sean capaces de llevarlo a cabo con perseverancia, siendo el primer requisito básico. Cuando podamos organizar y reajustar nuestras vidas, demostraremos el temple y la fuerza de nuestro deseo. Como se verá, para el individuo de vida centralizada no cabe negligencia en el deber. Desempeña sus deberes familiares, sociales, comerciales y profesionales completa y eficientemente, y aún encuentra tiempo para los nuevos deberes que su aspiración espiritual le presenta, porque está comenzando a eliminar de su vida todo lo que no sea esencial. No tratará de evadir obligaciones, porque el hombre de mente enfocada puede hacer más en menos tiempo y obtener mejores resultados de sus esfuerzos. La persona regida por sus emociones derrocha mucho tiempo y energía y realiza menos que la persona mentalmente enfocada. La práctica de la meditación es mucho más fácil para el individuo entrenado en los métodos comerciales - quien se ha elevado al rango de ejecutivo - que para el empleado rutinario e irreflexivo, o la mujer que hace vida puramente social o familiar.
- Estos tienen que aprender a organizar sus vidas y abandonar sus actividades no esenciales. Son los que siempre están demasiado ocupados para todo, y les resulta difícil encontrar veinte minutos cada día para la meditación, o una hora para el estudio. Están tan atareados con las amenidades sociales, con la rutina de la casa, con la multitud de pequeñas actividades y conversaciones sin sentido, que no llegan a darse cuenta que la práctica de la concentración les permitirá hacer mucho más de lo que están haciendo, y mejor.

- Un ejecutivo entrenado, de vida activa y plena, puede hallar tiempo para el alma más fácilmente. Siempre dispone de tiempo para algo más. Ha aprendido a concentrarse y frecuentemente a meditar, todo lo que necesita es cambiar el foco de su atención.
- En medio de la presión y agitación del moderno vivir, en la selva de nuestras grandes ciudades, en medio del estruendo y bullicio de la vida e intercambio diario, los individuos encuentran el centro de paz dentro de sí mismos y pueden entrar, y en realidad entran, en ese estado de positiva concentración silenciosa, que les permite llegar a la misma meta, obtener el mismo conocimiento y penetrar en la misma luz que testimonian los grandes Representantes de la raza.
- El retiro, al que el hombre se acoge, lo encuentra dentro de sí mismo; el lugar silencioso es ese punto dentro de la cabeza donde se unen el alma y el cuerpo y se hace contacto con la vida del alma, la región en la cual la luz del alma y la vida del cuerpo se mezclan y fusionan. El hombre que puede entrenarse para estar suficientemente centralizado, puede llevar sus pensamientos en cualquier momento y lugar a un centro dentro de sí mismo, y en ese centro de la cabeza se lleva a cabo el gran trabajo de unificación. Involucra atención más dinámica y meditación más poderosa: pero la fuerza interna y el poder mental de la raza ha progresado y crecido en tal forma, en los últimos tres mil años, que puede hacer lo que hacían los videntes de la antigüedad.
- Autora:
- Alice A. Bailey

Meditación, Terapia y Energía Pasiva.

- Recientemente se ha despertado una cantidad de interés por la meditación como terapia. Hoy se ha reconocido que la medicina occidental ha sido exageradamente unilateral, ignorando por largo tiempo el papel de la mente en la sanación del cuerpo humano. Ya se sabe que el 80% de las enfermedades modernas tiene en su origen o en parte una causa psicosomática, pero, mientras acepta las enfermedades psicosomáticas, el Occidente ha sido lento en desarrollar un proceso de salud relacionado con ella, es decir, salud del cuerpo emanando de la salud de la mente, o del control mental de las enfermedades corporales. Solamente ahora, con la creciente influencia del Oriente y de lo que se habla acerca de acupuntura , de fuerza vital, de kundalini y todo lo demás, comenzamos a comprender nuevamente las dimensiones espirituales y metafísicas de la sanación. Pero el interés está creciendo rápidamente. Y no es improbable que la meditación llegue a ser uno de los principales medios de terapia en el futuro.
- Que la meditación tiene extrañas y profundas repercusiones en las funciones corporales, fue reconocido hace largo tiempo por los ingleses en la India. Mientras Rudyard Kipling cantaba alegremente acerca de las glorias del Imperio, unos médicos ingleses, de mente más penetrante y con más sentido, común examinaban historias acerca de hombres santos , yoguis, quienes relataban haber caminado sobre carbones encendidos, haber sido enterrados vivos, detenido sus corazones, escuchado durante el sueño, agujereado sus carnes con estocadas sin sangramiento y desafiado la ley de gravedad. ¿Qué era lo que la profesión médica pensaba de todo esto? ¿Era un hecho, una ficción, o un mito?

- Uno de los primeros estudios científicos de estos fenómenos fue hecho por una cardióloga francesa, Therése Brosse, quien vino a la India en 1935 con un electrocardiógrafo portátil y dijo haber descubierto un yogui que podía detener su corazón. Pero no todos la tomaron en serio, y sólo en el último par de décadas se han hecho estudios que estén ampliamente reconocidos . Entre ellos, uno de los más sorprendentes fue el del Dr. Elmer Green y señora en 1970, con el Swami Rama, un yogui de Rishikesh en los Himalayas. El Swami Rama, un hombre de unos cuarenta y tantos años, había practicado yoga desde los cuatro años.
- En un informe emitido por la Fundación Menninger, el Dr. Green describe detalladamente la notable habilidad del Swami para regular funciones corporales que habitualmente están fuera del control humano. Por ejemplo, en una entrevista preliminar, el Swami mostró tal control del flujo sanguíneo que causó la aparición de dos zonas diferentes en la palma de su mano derecha al cambiar la temperatura en direcciones opuestas; una parte se puso gris pálida y la otra roja brillante. Más tarde, en el laboratorio, detuvo el bombeo de su corazón por al menos diecisiete segundos, en lo que el Dr. Green describe como una “arritmia atrial “, la que habitualmente causa la muerte. También produjo ondas alfa y theta a voluntad, contando después a los investigadores lo que había observado acerca de su estado interior durante estos ejercicios. Era capaz de diagnosticar dolencias físicas en los demás. Finalmente se tendió con los ojos cerrados y roncando suavemente produjo el ritmo cerebral característico del sueño profundo. Después de veinticinco minutos abrió sus ojos y repitió palabra por palabra todo lo que se había dicho mientras él estaba dormido. Llamó a esto un “sueño yógico” durante el cual ordena a su mente grabar todo lo sucedido mientras su cerebro está dormido.

- Todo lo dicho ha sido documentado con rigor científico por el Dr. Green y señora.
- El Swami Rama es obviamente un hombre excepcional. En Harvard, sin embargo, se practicaron experimentos de una clase más modesta sobre practicantes de meditación trascendental (MT), sin pretensiones de poderes extraordinarios. Los sujetos examinados eran principalmente jóvenes entre veinte y treinta años, quienes habían practicado MT entre seis meses y tres años.
- Los resultados mostraron que, desde el punto de vista fisiológico y metabólico, la meditación es profundamente reparadora, más que la habitual relajación que se produce al estar tendido en un diván. En esta última situación persiste una considerable tensión muscular, la que se relaja en el ejercicio de la meditación. Ella es, según los investigadores, una forma de relajación tan natural para el hombre como dormir o descansar. Concretamente, mostraron que después de unos pocos minutos de meditación, la respiración bajaba lentamente, el consumo de oxígeno se reducía, la eliminación de dióxido de carbono declinaba. La presión sanguínea también descendía y el corazón latía más despacio. La resistencia de la piel a la electricidad se midió por medio de electrodos adheridos a las manos. Es bien conocido que en un estado de ansiedad la resistencia de la piel a la electricidad disminuye - y sobre este principio está basado el detector de mentiras - pero en la meditación se ha visto que la resistencia de la piel aumenta unas cinco veces. Además, la concentración de lactato en la sangre bajó, mostrando otra vez una baja de la ansiedad. Las ondas cerebrales registraron alta amplitud alfa al igual que en el Zen; y todo lo dicho en los informes acerca de que la meditación es profundamente tranquilizante, parecía tener amplia base. Otro punto extremadamente significativo fue el número de meditantes que declaró haber abandonado el uso de drogas después de iniciar la meditación.

- Los estudios realizados acerca del Zen en Tokio mostraron resultados similares. Se encontró que el Zen es un estado profundamente tranquilo, en el cual la presión sanguínea baja, el corazón late más despacio que lo usual, la ansiedad se reduce, y se registra alta amplitud alfa en el EEG.
- Todo esto apunta a una fascinante conclusión: literalmente, la persona que medita llega a ser fisiológicamente diferente a la persona que no lo hace. Ondas cerebrales, latidos cardíacos, presión sanguínea, resistencia de la piel, todo cambia con la meditación. Y los investigadores me han dicho que las personas que van a hacer un "sesshin" (retiro meditativo) de una semana, a menudo regresan fisiológicamente diferentes. Las grandes tradiciones religiosas, por supuesto, han visto esto en forma intuitiva, y esa es la razón por lo que la gente que medita lleva instintivamente una dieta diferente, ropas, hábitos de dormir y un estilo de vida diferente. Han descubierto que ciertas ocupaciones son incompatibles con la fuerza de la meditación que llena sus vidas, y algunas veces han tomado la extraña opción del celibato. La meditación no es sólo una ocupación para hacerla en la noche o en la mañana, por una o varias horas cada día. Es una completa manera de vivir o, más correctamente, una manera de ser. Una vez que uno se introduce en ella, ella se hace cargo de cambiarnos y transformarnos.
- Cualquiera que haya comenzado a meditar, haría bien en sentarse a calcular el costo de esta acción, como el hombre sensato que quiere construir una torre. Al observar los beneficios fisiológicos obtenidos de la meditación, es interesante tratar de precisar su exacta dimensión sanadora.

- Algunos investigadores en Tokio han sostenido que los efectos benéficos emanan de la posición de loto. Ellos atribuyen a la columna recta, la posición balanceada, el ligero contacto de los dedos y la respiración lenta, el producir la más profunda relajación a nivel humano. Además sostienen que, junto a la posición tendida, el loto es la postura en la que se gasta menos energía. Todo esto es muy cierto, y creo que los estudios científicos sobre el flujo de la sangre al cerebro y la relajación de la tensión muscular revelarán más y más sobre los beneficios fisiológicos de la postura de loto. Al mismo tiempo, pienso que sería una exageración poner todo el énfasis aquí y sólo aquí, porque se cosechan beneficios similares en la MT y en otros sistemas que no insisten en el loto. Además, aun en el Zen la postura de loto, aunque muy deseable, no es esencial. El Zen puede ser practicado en un lecho de enfermo.
- Por lo tanto, debemos buscar en otra parte una explicación de la dimensión terapéutica de la meditación.
- Creo que el secreto yace en lo que ahora los científicos llaman “concentración pasiva, energía pasiva”. Esta es una energía recientemente descubierta, la que promete ser de gran significación para el futuro de la ciencia y del hombre. Fue introducida al mundo científico por el alemán Joannes Schultz, cuyo entrenamiento autógeno(*) - influido por la medicina occidental, por la hipnosis y por el Yoga - ganó popularidad en Europa alrededor del año 1910. Pero antes de examinar la energía pasiva en detalle, me gustaría echar un vistazo a su rol en la terapia por medio de la meditación.

- La importancia de los experimentos, como los del Swami Rama, no yace precisamente en la posibilidad de detener el corazón o ejecutar hechos extraordinarios . Lo que es significativo es la posibilidad de crear una nueva forma de terapia a través del control del cuerpo. Si la gente puede aprender a regular la temperatura corporal, el flujo sanguíneo, el ritmo cardíaco, etc., se abren enormes posibilidades en la medicina psicosomática. Y si es demostrado que el sistema nervioso autónomo involuntario no es tan involuntario después de todo, pueden abrirse perspectivas nuevas.
- En la Fundación Menninger, en Kansas, se les enseña a voluntarios a controlar estados internos por medio de bio-retroalimentación , usando proyecciones audiovisuales. Se regula la hipertensión, por ejemplo, conectando al sujeto a una máquina de tal manera que se encienda una luz cada vez que su presión sanguínea suba de cierto punto. Su trabajo es prevenir que la luz relampaguee y de esta manera mantener baja su presión sanguínea. Se ha descubierto que el poder de la voluntad o “voluntad activa” - deseando que la presión sanguínea baje - no logra nada o puede tener efectos contrarios. Pero si yo deseo que mi presión sanguínea baje de una manera pasiva y luego simplemente dejo que los hechos sucedan, de esta manera y por el uso de la bio-retroalimentación, puedo lograr un gran nivel de control. El secreto está en el control de la energía pasiva y en ejercitar la “voluntad pasiva”. Y todo el proceso es una especie de meditación.
- Se ha estado efectuando una extensa variedad de experimentos de este tipo de terapia. Hay, por ejemplo, entrenamiento en relajación muscular. Se sabe que en el proceso de relajación, los músculos de la frente son de primera importancia, si están relajados, es posible una relajación total. Así que se coloca un electrodo en la frente y cuando los músculos se relajan se enciende una luz o el medidor baja. De esta manera se aprende la relajación de los músculos. Pero el resultado no se obtiene luchando o por un esfuerzo activo, sino por la voluntad pasiva.

- También está la posibilidad de curar jaquecas de tipo migraña. Se descubrió que se puede obtener el alivio a través del aumento del flujo de sangre hacia las manos, lo que se llama “calentamiento de manos”. Una vez más, con voluntad activa, con un propósito firme y determinado de “calentaré mis manos”, no consigo nada, pero si uno se relaja, desea que sucedan las cosas y de este modo permite que ocurran, se pueden lograr extraordinarios resultados. Como antes, se colocan electrodos sobre las manos y se conectan a un medidor, que inmediatamente registra el menor cambio de temperatura. De esta manera, el sujeto es informado cuando sus manos empiezan a calentarse y puede aprender a regular la temperatura por sí mismo; está aprendiendo el arte de la voluntad pasiva.
- Es aun muy prematuro predecir el futuro de esta nueva rama de la medicina basada en la concentración pasiva y en la meditación. Se ha sugerido que podría ser posible encontrar una cura para el cáncer : estaría en el terreno de las posibilidades el desnutrir y reabsorber los tumores cancerosos mediante el control voluntario del flujo sanguíneo. Sin embargo, uno de los aspectos más significativos es que estamos yendo hacia una forma de medicina en la cual los pacientes sanarán por ellos mismos y en la que el papel de los doctores y enfermeras será cambiado radicalmente. Esto haría de la sanación algo creativo y positivo en vez de un proceso que sobrellevar.
- Se desprende que la energía pasiva no es necesariamente religiosa. Puede ser generada en una terapia de meditación que no tenga nada que ver con la fe religiosa. O puede encontrarse predominando en ciertas culturas. En Japón, por ejemplo , está presente en la ceremonia del té, en los arreglos florales, la caligrafía, y aun en los juegos tradicionales como el judo y el tiro al arco.

- Además se la encuentra en forma prominente en la meditación religiosa desde tiempos muy antiguos. El Bhagavad Gita nos dice que debemos trabajar sin codiciar los frutos de nuestra acción. En otras palabras, deseamos los resultados, pero no nos esforzamos ni luchamos por obtenerlos. En un sentido, no los queremos para nada y estamos completamente desapegados. Este es un ejemplo de voluntad pasiva. También en el Zen nuestra aspiración es el satori. Sin embargo, no hay esfuerzo ni lucha por esta experiencia; y si uno lo hace, no lo obtendrá. El esfuerzo debe ser hecho de una forma pasiva. Esta es nuevamente voluntad pasiva. En la contemplación cristiana, también el amor de Dios conduce a un cese del pensamiento y, en consecuencia, a una generación de energía pasiva. Claramente, en todos estos casos, la energía pasiva está asociada con - y es quizás la causa de - las ondas de alta amplitud alfa registradas en los EEG de los meditativos contemplativos. Es importante hacer notar que la meditación religiosa difiere de la terapia meditacional en que esta tiene una motivación totalmente diferente y - en la mayoría de las religiones - uno cree en la acción de un poder divino y en su gracia. Esto cambia radicalmente el ejercicio, allí la energía pasiva no es más que una consecuencia psicológica de una profunda aspiración y comunión espiritual que nunca podría ser medida.
- Pero en ambos casos el proceso psicológico es similar. Uno va más allá de un razonamiento discursivo y aun permanece alerta y atento. Aquí está el núcleo de la energía pasiva. Se encuentra en un estado de consciencia donde la mente no va hacia un objeto para analizarlo de una manera discursiva. Más bien lo que hace es tomar el conjunto para “contemplarlo” - literalmente “mirarlo con gran interés” - e identificarse con él. La energía pasiva pertenece a la forma intuitiva de pensamiento, tanto como la energía activa pertenece a la discursiva. Ambas son necesarias para el completo desarrollo humano.

- Esta energía pasiva, entonces, puede ir en muchas direcciones. Es principalmente en el Yoga en que es dirigida al control del cuerpo. La postura de loto es un magnífico medio para nutrirnos de energía pasiva. Sentándose en la posición del loto y adentrándose profundamente en el Yoga, uno puede llegar a estar atento al cuerpo de una manera nueva. Puede ser consciente de funciones fisiológicas que normalmente pasan desapercibidas. No sólo uno es consciente de la respiración, también puede escuchar los latidos del corazón, y se sostiene que es posible darse cuenta de los procesos de digestión, del metabolismo y de toda su fisiología interna. Sabiendo cómo tener conocimiento de ellos por medio de la “concentración pasiva”, el siguiente paso es controlarlos por medio de la “voluntad pasiva”. Pero, en las tradiciones espirituales de los niveles superiores del Yoga, tal control de las funciones corporales está considerada como de poca importancia comparada con el gran ideal de unión con lo divino.
- En los verdaderos ejercicios religiosos la energía pasiva es como un vehículo para la actividad del Espíritu, una actividad que trasciende toda energía que se pueda medir. Algunas veces se encuentra en un grupo de oración: las vibraciones que unen a los participantes son casi palpables. O esto puede suceder entre dos personas. En el Oriente, la interesante palabra "darshan" expresa la comunión que puede existir en un profundo contacto espiritual entre dos personas, generalmente maestro y discípulo. O el mismo intercambio de energía puede encontrarse entre dos personas que están enamoradas: su comunión es intuitiva, más allá de todas las palabras y discursos, una especie de fusión de las consciencias. Me arriesgaría a suponer que la energía pasiva juega un papel clave en la clarividencia, lectura del pensamiento, telepatía y otras formas de percepción extrasensorial. Pero, repito, esto no es necesariamente religioso. Probablemente se genera en grandes cantidades en la histeria de las masas (conciertos de rock) y puede ser usada tanto para el mal como para el bien. Lo que la hace religiosa es la “superenergía” adicional de la gracia y de la profunda motivación.

- El descubrimiento científico de la energía pasiva puede perfectamente volverse un acontecimiento muy importante en nuestros días. Por un lado se demuestra a los científicos que el monasterio de Las Carmelitas, la ermita de los Cartujos, el ashrama Hindú y el templo Zen no son refugios para gente que quiera perder el tiempo.
- Ellos están generando grandes cantidades de una energía superior y preciosa. Qué sucede con esa energía y cómo se usa, es otro asunto. Creo que es el material básico para una inconmensurable energía espiritual destinada a construir la Tierra.

LA ABSORCION DE VITALIDAD.

- EL GLÓBULO DE VITALIDAD
- Aunque inconcebiblemente diminuto es el glóbulo de vitalidad tan brillante que suelen verlo aun los no clarividentes. Mirando hacia el lejano horizonte, especialmente en el mar, notarán algunos que rozan con el firmamento cierto número de puntitos: de luz que por todos lados bullen con pasmosa rapidez. Son los glóbulos de vitalidad constituidos cada uno de ellos por siete átomos físicos ultrísimos según muestra la fig. 5c. Son las ígneas vidas o gránulos cargados con la energía a que los indos llaman prana.
- Resulta difícilísimo comprender el exacto significado de esta palabra sánscrita, porque los métodos didácticos de los indos difieren muchísimo de los nuestros, pero me parece que sin riesgo de error podemos tomar la palabra prana por equivalente de vitalidad.
- Cuando el glóbulo de vitalidad centellea en la atmósfera es casi incoloro por lo brillante y refulge con luz blanca o ligeramente dorada. Pero en cuanto entra en el vórtice del chakra esplénico se descompone y quiebra en rayos de diversos colores, aunque no con la misma gradación o gama de los del espectro solar. Los átomos componentes del glóbulo de vitalidad voltejean impelidos por el vórtice del chakra y cada radio de éste prende a uno de aquellos, de modo que el átomo amarillo queda prendido en un radio del chakra, el verde en otro y así sucesivamente, mientras que el séptimo átomo desaparece absorbido por el centro del vórtice, semejante al cubo de una rueda. Los radios se prolongan entonces en diferentes direcciones y cada cual efectúa su especial labor en la vitalización del cuerpo. La lámina VIII representa diagramáticamente las direcciones del difundido prana.

- Según he dicho, los colores de la vitalidad o prana no son exactamente los mismos que los del espectro solar, sino que más bien se parecen a las combinaciones cromáticas que vemos en los cuerpos causal, mental y astral. El color añil se reparte entre el violado y el azul, de modo que en vez de tres colores hallamos sólo dos; pero en cambio, el rojo se diferencia en dos: el rojo rosado y el rojo oscuro. Por lo tanto, los colores de los seis radios, son: violado azul, verde, amarillo, anaranjado y rojo oscuro, mientras que el séptimo átomo, de color de rosa, pasa adelante por el centro del vórtice.
- Así vemos que la constitución de la vitalidad es séptuple; pero fluye por el cuerpo en cinco corrientes principales, según han expuesto algunos tratados indos, porque el azul y el violeta se entrefunden en un solo rayo, y el anaranjado y el rojo oscuro en otro rayo, en cuanto salen del chakra esplénico.

LOS RAYOS.

- 1. Violado-azul. - Se dirige a la garganta donde parece desglosarse de modo que el azul pálido pasa por el chakra laríngeo y lo aviva, mientras que el violado y el azul oscuro prosiguen hacia el cerebro en cuyas partes inferior y central queda el azul obscuro, siguiendo el violado hasta la parte superior para vigorizar el chakra coronal y difundirse por los novecientos sesenta radios de dicho chakra.
- 2. Rayo amarillo. - Se dirige al corazón y después de efectuada allí su obra, una porción pasa al cerebro y lo empapa, difundiéndose por los doce radios del centro del chakra coronal.
- 3. Rayo verde. - Este rayo inunda el abdomen, y aunque se centraliza principalmente en el plexo solar, vivifica el hígado, los riñones, los intestinos y todo el aparato digestivo en general.
- 4. Rayo rosa. - Este rayo circula por todo el cuerpo a lo largo de los nervios y es evidentemente la vitalidad del sistema nervioso, la que un individuo puede infundir en otro que la tenga deficiente. Si los nervios no recibieran esta vitalidad rosada, serían impresionables hasta la irritación, y así es que cuando no reciben la suficiente, el enfermo no puede permanecer mucho tiempo en la misma postura y no experimenta alivio aunque tome otra distinta. El más leve ruido le atormenta y está en un continuo sufrimiento. Pero si una persona sana le baña los nervios con vitalidad rosada, al punto se alivia y experimenta una saludable sensación de sosiego y paz.

- Un individuo de robusta salud absorbe y especializa mucho más vitalidad rosada de la necesaria para su cuerpo, por lo que está de continuo irradiando un torrente de átomos rosados, de modo que inconscientemente infunde vigor en sus débiles prójimos sin perder él nada; y también por un esfuerzo de su voluntad puede acopiar la sobrante energía e infundirla deliberadamente' en a quien desea auxiliar.
- El cuerpo físico tiene cierta peculiar conciencia instintiva y ciega a que solemos llamar el elemental físico, correspondiente en el mundo físico al elemental del deseo en el mundo astral.
- Dicha conciencia instintiva o elemental físico procura siempre resguardar al cuerpo de todo peligro o proporcionarle lo necesario.
- Es completamente distinta de la conciencia del hombre y funciona igualmente cuando por las noches se aparta el ego de su cuerpo físico.
- A este elemental físico o conciencia instintiva hay que atribuir todos nuestros instintivos movimientos y actitudes y también el incesante funcionamiento del sistema simpático sin que nos demos cuenta ni en él pensemos.

- Mientras nos hallamos en estado vigílico, el elemental físico está en constante vigilancia, en actitud de defensa, y mantiene en tensión músculos y nervios. Durante el sueño los relaja y se dedica a la asimilación de la vitalidad para restaurar las fuerzas del cuerpo físico, y con mayor eficacia cumple esta función durante la primera mitad de la noche, cuando hay plenitud de vitalidad, porque de madrugada ya está casi del todo consumida la vitalidad que el sol emitió durante el día. Tal es el motivo de la sensación de mortecina flojedad que acomete en las horas de madrugada, y también la causa de que muchos enfermos mueran a dichas horas. Por esto dice acertadamente la sabiduría popular que una hora de sueño antes de media noche vale por dos después de esta hora.
- La acción del elemental físico explica la restaurante influencia del sueño, que puede observarse aun tras una ligera dormitación.
- La vitalidad es el alimento del doble etéreo y la necesita tan imperiosamente como el sustento material el cuerpo denso. De aquí que cuando por enfermedad, fatiga o decrepitud es incapaz el chakra esplénico de preparar el alimento para las células del cuerpo, el elemental físico procura extraer para su propio uso la vitalidad preparada en ajenos cuerpos; y así ocurre a veces que nos sentimos débiles y como agotados después de haber estado durante un rato junto con una persona falta de vitalidad, porque esta persona nos ha chupado los átomos rosados, antes de que nosotros pudiéramos asimilarnos su energía. El reino vegetal también absorbe esta vitalidad, aunque en muchos casos parece que sólo utiliza una pequeña parte. Algunos árboles extraen de la vitalidad casi exactamente los mismos constituyentes que extrae la parte superior del doble etéreo del hombre, y una vez absorbidos los necesarios, repelen precisamente los átomos rosados que requieren las células del cuerpo físico del hombre.

- Tal ocurre con árboles como el pino y el eucalipto, por lo que su vecindad infunde salud y vigor en los neuróticos menesterosos de vitalidad. Son neuróticos porque las células de su cuerpo están hambrientas y la nerviosidad sólo puede apaciguarse alimentándolas, lo cual suele lograrse más fácilmente proporcionándoles desde el exterior la vitalidad rosada que para reponerse necesitan.
- 5. Rayo anaranjado-rojo. - Penetra por el chakra fundamental, de donde va a los órganos de la generación con los que está íntimamente relacionada una parte de su funcionamiento. Este rayo no sólo contiene los colores anaranjado y rojo oscuro sino también algo de púrpura intenso, como si el espectro solar diese la vuelta en círculo y los colores comenzaran de nuevo en más baja escala.
- En el individuo normal este rayo aviva los deseos carnales, y parece que también penetra en la sangre y ayuda a mantener el calor del cuerpo; pero si el individuo persevera en rechazar los incentivos de su naturaleza inferior, este rayo puede mediante largos y deliberados esfuerzos desviarse hacia el cerebro, en donde sus tres colores constituyentes experimentan notable modificación, porque el anaranjado se transmuta en amarillo puro e intensifica las facultades intelectuales; el rojo oscuro se convierte en rojo encendido o carmín que acrecienta poderosamente el amor inegoísta; y el púrpura intenso se cambia en un hermoso violeta pálido que aviva la parte espiritual de la humana naturaleza. Quien logra esta transmutación ya no se ve atormentado por deseos sensuales, y cuando necesite levantar las capas superiores del fuego serpentino se verá libre del más grave peligro de este procedimiento. Cuando el individuo ha completado definitivamente dicha transmutación, el rayo anaranjado-rojo penetra derechamente por el centro del chakra fundamental y fluye por los agujeros de las vértebras o conducto medular hasta que sin tropiezo llega al cerebro.
- Parece que, según indica la Tabla 3, hay cierta correspondencia entre los colores de los rayos o corrientes de vitalidad que penetran por los diversos chakras, y los colores asignados a los principios del hombre por Blavatsky en La Doctrina Secreta.

LIBERACION DE QUISTES EMOCIONALES.

- Es posible que sucedan casos de liberación de emociones reprimidas en una sesión de terapia cráneo-sacral. Tenemos que estar preparados para estos casos y preguntar y escuchar al paciente que es lo que quiere hacer, si seguir en el proceso de liberación emocional o parar. Si el paciente nos pide que le abracemos o le estrujemos podremos hacerlo con cariño y poco más. Hay que aprender a pedirle permiso al paciente para todo.
- Si el paciente es agresivo pararemos la sesión le dejaremos reposar unos minutos y que se levante para poder continuar en otro momento.
- Si el paciente entra en el proceso de liberación de quistes emocionales le pediremos permiso al paciente si él desea seguir en ese camino de liberación. Nosotros le apoyaremos y estaremos ahí para ayudarle a ayudarse a él mismo. Nosotros tendremos bien presente que ese proceso que el paciente ha entrado es del paciente y sólo de él, nosotros estaremos para ayudarle sin llegar a implicarnos demasiado en su proceso, pues nosotros tendremos los nuestros. Nosotros sólo estaremos par escucharle y ayudarle con el proceso del movimiento respiratorio primario, pues lo demás lo hará él sólo.
- Ocurra lo que ocurra sólo hay que tener seguridad en uno mismo y nunca entrar en el miedo. No hay que tener miedo a nada ni a él mismo. Tenemos que funcionar bajo emociones y sentimientos de seguridad, de tranquilidad, de paz, de amor, de respeto y de desapego. Dar paz y tranquilidad y saber que todo volverá a su lugar de perfección, todo esta bien.

LA LIBERACION DE LA VIA DE LA EXPRESION.

- Tenemos diez pasos para realizar un buen trabajo para abrir la vía de la expresión.
- Liberación de Sacro Y L5
- Liberación de la entrada torácica.
- Liberación de los músculos y fascias infrahiodeo.
- Liberación del hioides.
- Liberación de los músculos y fascias suprahiodeo
- Liberación de la parte inferior del suelo de la boca, Dcha. e Izqda., dos veces.
- Desenrollar “Unwinding” la lengua y el frenillo.
- Desenrollar los dientes y las encías.
- Equilibrar la mandíbula.
- Terminar con CV4.

- Al final tendremos que volver al sacro, pues es la raíz del sistema nervioso donde los filamentos nerviosos o hilo terminal acaban ahí.
- De la raíz iremos hacia el tallo y del tallo a la flor de loto. En los plexos ciáticos al igual que hay raíces nerviosas hay emociones que también se enraízan ahí abajo.
- La vía de la liberación no se la haremos a individuos con hipotonía.

¿Qué es la emoción?

- M.P. González, E. Barrull, C. Pons y P. Marteles, 1998
- Hasta el trabajo de Wukmir (1967), nadie ha sabido dar una explicación coherente del fenómeno de la emoción. Todo lo que se ha dicho de ella y se sigue diciendo, son vaguedades y descripciones de sus efectos muy generales. En este artículo, queremos resumir la aportación de Wukmir al esclarecimiento definitivo del fenómeno emocional. Esperamos que la lectura detenida y reflexiva de este artículo pueda aclarar definitivamente al lector algo tan fundamental como es la naturaleza de las emociones.
- Aproximación a la emoción
- En cada instante experimentamos algún tipo de emoción o sentimiento. Nuestro estado emocional varía a lo largo del día en función de lo que nos ocurre y de los estímulos que percibimos. Otra cosa es que tengamos siempre conciencia de ello, es decir, que sepamos y podamos expresar con claridad que emoción experimentamos en un momento dado.

- Las emociones son experiencias muy complejas y para expresarlas utilizamos una gran variedad de términos, además de gestos y actitudes. De hecho, podemos utilizar todas las palabras del diccionario para expresar emociones distintas y, por tanto, es imposible hacer una descripción y clasificación de todas las emociones que podemos experimentar. Sin embargo, el vocabulario usual para describir las emociones es mucho más reducido y ello permite que las personas de un mismo entorno cultural puedan compartirlas.
- La complejidad con la que podemos expresar nuestras emociones nos hace pensar que la emoción es un proceso multifactorial o multidimensional. Uno siempre tiene la impresión de que le faltan palabras para describir con precisión sus emociones.
- Pero debajo de esta complejidad subyace un factor común a todas las emociones: cada emoción expresa una cantidad o magnitud en una escala positivo/negativo. Así, experimentamos emociones positivas y negativas en grados variables y de intensidad diversa. Podemos experimentar cambios de intensidad emocional bruscos o graduales, bien hacia lo positivo o bien hacia lo negativo. Es decir, toda emoción representa una magnitud o medida a lo largo de un continuo, que puede tomar valores positivos o negativos.

- En el lenguaje cotidiano, expresamos nuestras emociones dentro de una escala positivo-negativo y en magnitudes variables, como "me siento bien", "me siento muy bien", "me siento extraordinariamente bien" (intensidades o grados del polo positivo) o "me siento mal", "me siento muy mal", "me siento extraordinariamente mal" (intensidades o grados del polo negativo).
- Según sea la situación que provoca la emoción, escogemos unas palabras u otras como 'amor', 'amistad', 'temor', 'incertidumbre', 'respeto', etc., que, además, señala su signo (positivo o negativo). Y según sea la intensidad de la emoción escogemos palabras como 'nada', 'poco', 'bastante', 'muy', etc. y así, componemos la descripción de una emoción. Decimos, por ejemplo, "me siento muy comprendido" (positiva) o "me siento un poco defraudado" (negativa).
- En consecuencia, podemos reconocer en toda emoción dos componentes bien diferenciados. Por un lado, un componente cualitativo que se expresa mediante la palabra que utilizamos para describir la emoción (amor, amistad, temor, inseguridad, etc.) y que determina su signo positivo o negativo. Por otro lado, toda emoción posee un componente cuantitativo que se expresa mediante palabras de magnitud (poco, bastante, mucho, gran, algo, etc.), tanto para las emociones positivas como negativas.
- Ahora nos falta determinar a qué se refiere este componente cuantitativo (magnitud positiva o negativa) que contiene toda emoción. ¿Que es lo que mide cada una de nuestras emociones? ¿Qué significa 'positivo' y 'negativo' en nuestras emociones?

- Los organismos vivos disponen de mecanismos perceptivos que les permiten reconocer aquellos estímulos que son significativos para su supervivencia: para obtener comida, para protegerse de un ataque, etc. Pero la percepción cubre sólo una parte del problema. La percepción tiene como objeto reconocer los estímulos, saber que son.
- Esto no es suficiente para un ser vivo. Además, necesita saber si esto que ha percibido (que ya ha reconocido) le es útil y favorable para su supervivencia o no. ¿Qué mecanismos tienen los seres vivos para determinar si lo que han percibido es favorable para su supervivencia o no?
- V.J. Wukmir (1967) planteó que tales mecanismos son las emociones. La emoción es una respuesta inmediata del organismo que le informa del grado de favorabilidad de un estímulo o situación. Si la situación le parece favorecer su supervivencia, experimenta una emoción positiva (alegría, satisfacción, deseo, paz, etc.) y sino, experimenta una emoción negativa (tristeza, desilusión, pena, angustia, etc.). De esta forma, los organismos vivos disponen del mecanismo de la emoción para orientarse, a modo de brújula, en cada situación, buscando aquellas situaciones que son favorables a su supervivencia (son las que producen emociones positivas) y alejándose de las negativas para su supervivencia (que producen emociones negativas).

- Por ejemplo, cuando entramos en una reunión, lo primero que hacemos es reconocer (percibir) a las personas que están en la sala y casi simultáneamente, empezamos a experimentar nuevas emociones relacionadas con la nueva situación. Si lo que sentimos es positivo y agradable significa que nuestro mecanismo emocional valora que la situación, lo que allí ocurre, es favorable para nuestra supervivencia (negocios, afecto, conocimientos, etc.). Por el contrario, si nos sentimos mal, inquietos, forzados, etc., significa que nuestro mecanismo emocional cree que la situación puede perjudicarnos.
- Esta valoración emocional se realiza mediante mecanismos físico-químicos muy diversos dependiendo de la complejidad del organismo. Un organismo unicelular posee mecanismos simples para evaluar si una situación o estímulo le es favorable o desfavorable, mientras que un mamífero, por ejemplo, posee mecanismos emocionales mucho más complejos, en los que su sistema nervioso juega el papel fundamental.
- Con la aparición y desarrollo del córtex, los procesos cognitivos participan de forma fundamental en la elaboración de las emociones. En particular, la importancia del neocórtex en la especie humana es tal que, los procesos cognitivos determinan en gran medida nuestras emociones. Pero el hecho de que el córtex y neocórtex participen en la elaboración de las emociones no significa que sea de forma consciente. La elaboración de las emociones es un proceso no voluntario, del que se puede ser sólo parcialmente consciente.

- A menudo se habla del control emocional o de controlar las emociones como una habilidad necesaria para el buen desarrollo de nuestras relaciones sociales. En este caso, controlar las emociones significa que uno sea capaz de no mostrar las emociones que está experimentando. Es decir, no tenemos control sobre la emoción misma sino sobre su manifestación externa.
- En definitiva, queremos decir que, por medio de la emoción, un organismo sabe, consciente o inconscientemente, si una situación es más o menos favorable para su supervivencia. La emoción es el mecanismo fundamental que poseen todos los seres vivos para orientarse en su lucha por la supervivencia.
- Ahora bien, todo organismo puede equivocarse en su valoración emocional. Todo proceso de medida puede ser erróneo en grados variables. Los mecanismos emocionales, al igual que los perceptivos, son limitados y están sometidos a múltiples incidencias, tanto internas como externas, que disminuyen su eficacia. En consecuencia, la emoción experimentada puede no corresponder a la realidad de la situación y producir graves perjuicios al organismo. Es decir, una situación puede ser valorada positivamente (experimentar una emoción positiva), aunque, en realidad, sea muy perjudicial para el organismo.

- Un ejemplo típico es el efecto droga. La droga es un estímulo capaz de engañar al sistema emocional produciendo emociones positivas, es decir, hacer que el organismo valore dicho estímulo como positivo para su supervivencia, cuando, en realidad es todo lo contrario. De hecho, en la vida de los seres vivos, los errores emocionales son frecuentes. Nuestra experiencia subjetiva nos enseña que muchas emociones experimentadas son incorrectas y que sólo mediante un gran esfuerzo de introspección puede desentrañarse el tipo de emoción que corresponde con nuestra realidad. Saber lo que sentimos verdaderamente es algo difícil de lograr. Esto no tendría mayores consecuencias si no fuese porque la emoción determina directamente todo nuestro comportamiento y el error nos sitúa en una posición de riesgo.
- En resumen, Wukmir planteó que siendo la vida y la supervivencia lo positivo para un ser vivo, la emoción es el resultado de una medida (o valoración) subjetiva de la posibilidad o probabilidad de supervivencia del organismo en una situación dada o frente a unos estímulos determinados. La emoción informa al organismo acerca de la favorabilidad de cada situación. Diríamos, pues, que la emoción se comporta como una variable de estado intensiva (el valor total es igual al promedio de las partes). A cada estado de nuestro organismo le corresponde una emoción, que es más positiva cuando se trata de un estado más saludable, más orientado hacia la vida (orexis) y es más negativa cuando nuestro estado se acerca más a la enfermedad y la muerte (anorexis). Pero, como todo proceso de medida, las emociones están sujetas a errores que acaban perjudicando al organismo.

EMOCIONES NEGATIVAS APROPIADAS E INAPROPIADAS, SEGUN LA T.R.E.C.

- 1.- INQUIETUD VS ANSIEDAD. La inquietud es una emoción asociada con la Creencia: "espero que esto no suceda, y sería mala suerte el que sucediera". Mientras que la ansiedad aparece cuando la persona cree: "esto no debe ocurrir y sería horrible que ocurriera."
- 2.- TRISTEZA VS DEPRESION. Se considera que aparece la tristeza cuando una persona cree: "he tenido muy mala suerte por haber sufrido esta pérdida, pero no hay ninguna razón por la que esto no debiera haber pasado." Por otro lado la depresión se asocia con la creencia: "No debiera haber sufrido esta pérdida y es terrible que haya sido así."
- 3.- DOLOR VS CULPABILIDAD. Los sentimientos de dolor se producen cuando una persona reconoce que ha hecho algo malo en público o privado pero se acepta a sí mismo como un ser humano que puede cometer fallos. La persona se siente mal por su acto pero no por sí misma porque piensa: "Prefiero no hacer las cosas mal, pero si eso pasa, ¡Mala suerte!". Se producen sentimientos de culpabilidad cuando la persona se juzga a sí misma como mala, perversa o corrupta por haber actuado mal. En este caso la persona se siente mal tanto por su acto, como por ella misma, y piensa: "No debo hacer las cosas mal y si eso ocurre, es horrible y ¡yo soy un malvado!".

- 4.- DESILUSION VS VERGUENZA/APURO. Una persona siente desilusión cuando se comporta "de forma estúpida" en público, reconoce su acto estúpido, pero se acepta a sí misma. Se siente vergüenza cuando alguien reconoce que se ha comportado "de forma estúpida" en público y se condena por algo que no debiera haber hecho. Las personas que sienten apuro y vergüenza suelen predecir que su audiencia les va a juzgar negativamente, y en este caso suelen mostrarse de acuerdo con estos prejuicios.
- 5.- DISGUSTO VS IRA. Se siente disgusto cuando esta persona no tiene en cuenta una norma de vida de un individuo. A la persona que le disgusta no le agrada lo que el otro ha hecho, pero no le condena por ello. Esta persona piensa: "No me gusta lo que él o ella ha hecho, y desearía que no hubiera ocurrido, pero no quiere decir que él o ella no pueda romper mis normas". Sin embargo, en la ira, la persona cree que el otro no debe de ninguna manera romper sus normas y le condena si lo hace.

LAS EMOCIONES NEGATIVAS.

- Tomaremos una de las emociones negativas, el enojo.
- Las causas por las cuales persona se enoja son muchas, pero podemos decir que hay causas específicas y reales, y hay causas mas neuróticas. En relación a estas ultimas podríamos integrar aquí el concepto de realidad psíquica que propone la teoría psicoanalítica freudiana.
- El interrogante seria para nosotros, ¿cuando una persona se enoja? O bien ¿cuales son las causas que conducen a esta emoción negativa?..
- La primera respuesta es , las personas se enojan cuando sienten frustración, limitación en la satisfacción de alguna necesidad primaria o secundaria. Primarias son aquellas que hacen a la supervivencia del sujeto, tomando la Teoría de la Motivación de Maslow, podríamos decir que toda persona necesita alimentarse, tener un hogar, sentirse querido, tener estabilidad y seguridad en las áreas principales de su vida. Se opone a esto la desocupación, la perdida de cierta seguridad económica , la perdida de estabilidad afectiva cuando se pierden seres queridos. También cuando se tienen proyectos que no se pueden desarrollar, o cuando un proyecto se queda estancado porque no hay forma de avanzar en el, mas allá de las razones. Las desilusiones que vive el sujeto, sea del contexto en donde se mueve, sea de las personas allegadas etc. En fin hay muchas causas por las cuales una persona puede sentirse frustrada y esto cuando se acumula en su interior deja en su interior como un sabor amargo, como un pesimismo que puede derivar en estados de enojo. Por supuesto estos pueden descargarse contra si mismo, entonces la persona se siente contrariada, de mal humor, valido es decir que el mal humor es un índice de que hay cosas que no están saludables en la vida de un sujeto.

- Sumemos la segunda posibilidad que habíamos enunciado, que es la influencia de la realidad psíquica.
- Es importante entonces definir este concepto. Primeramente diferenciándolo de la Realidad concreta. La realidad esta compuesta de hechos reales, concretos que son susceptibles de ser observados y reconocidos. Es el lugar en donde cotidianamente nos movemos, así la realidad tiene diferentes contextos. Tenemos la realidad política, que mas allá de lo que pensemos nos afecta, la realidad cultural, los costumbrismo que cada lugar en el mundo tiene. Pensemos que no es lo mismo la realidad de una persona que vive en una zona rural lejos de todo, del que vive en una ciudad. La realidad social etc.
- Las realidad psíquica, en cambio es personal es decir que cada sujeto particular o singularmente tiene la propia. Por ello Freud habla de ella en uno de sus libros bajo el tema, “la novela familiar del neurótico”. Para mejor ejemplo pensemos como muchas personas e incluso nosotros mismos a veces interpretamos las cosas en otro sentido al que realmente tiene. Ej. dos amigas quedan en encontrarse en un lugar a una determinada hora, una llega primero, la otra llega después, no obstante tardecito, entonces la amiga que llego primero le dice sin permitirle siquiera que explique el porque de su llegada tarde, lo siguiente: ”lo que pasa es que vos siempre haces lo mismo, no te importa nada de nadie, sos una desconsiderada etc. ...”Entonces si agravamos el relato , si escuchar ni una mínima explicación, la amiga 1 se va muy irritada.

- Demás esta decir que la amiga 1 esta sintiendo un genuino estado de enojo que es el concepto que hoy nos ocupa. Así vemos como la realidad psíquica (léase todas las fantasías , ideas que las personas tienen en su cabeza, en función de su historia de vida) pudieron activarse en esta situación que a lo mejor remite a otras en la que la persona se sienta no valorada o no cuidada, etc. Como dijimos la realidad psíquica es personal, y mas allá de que todos la tengamos, en estados neuróticos graves o en patologías mas importantes como los trastornos del narcisismo, esta se acentúa.
- Entonces las relaciones del sujeto con su medio dejan a fuera los datos de la realidad concreta y real, y se perciben mas desde la realidad psíquica que es un cristal particular desde donde se ve e interpreta no solo el mundo externo sino el interno también.
- Luego de esta introducción describimos en forma especifica el concepto de enojo que es el objetivo de este material.

CONCEPTO

- El enojo se caracteriza por ser una emoción negativa se sostiene en una reacción de tensión y hostilidad motivada por alguna forma de frustración .
- Así cuanto en mayor medida una persona se sienta amenazada o frustrada, mas intenso será su enojo.
- La expresión de enojo trae consigo la aparición de otras emociones negativas: por ej. la ira, la agresividad a flor de piel, a veces un mutismo (no hablar, aislarse, aun cuando se le pregunta al sujeto porque esta así, no responde).
- Otro aspecto del enojo, es su correlato somático, entre las respuestas fisiológicas asociadas tenemos un aumento de la capacidad respiratoria, en el sentido que el aumento de la adrenalina en sangre hace que el organismo se ponga en un estado de alerta como si algo lo amenazara, así la presión sanguínea se eleva, aumenta el nivel de Glucemia (liberación de azúcar en la sangre) y la rápida transpiración (forma de eliminación de desechos que son resultado de este organismo activado) es también mayor.

- Así las respuestas psicológicas y fisiológicas son múltiples .
- Por un lado desde un punto de vista de homeostasis (equilibrio interno) estas respuestas ayudan al trato individual con la frustración, pero si persisten por un largo período, ellas podrían conducir a alguna sintomatología psicósomático de mayor o menor gravedad.
- La ciencia ha demostrado como todo síntoma o problemática psicológica termina también expresándose en el cuerpo, y como todo síntoma en el cuerpo termina afectando el animo del sujeto. Ej. una persona en un estado depresivo grave no solo esta desilusionada “enojada con la vida”(subyacente psicológico), sino también a la larga si este estado no se revierte el cuerpo también empieza a desvitalizarse, así la persona pasa largas horas acostada sin realizar ningún tipo de actividad, su postura corporal cambia etc. Es interesante que una característica de enfermos depresivos es la permanente queja y enojo, todo esta mal, nadie los entiende etc.
- Es importante destacar también la idea que a lo largo de la vida es normal que atravesemos situaciones en donde experimentemos esta emoción negativa, pensemos que por la misma condición humana, y el psicoanálisis mismo lo plantea desde el concepto de complejo de castración, ninguna persona mas allá de su situación social, económica, cultural, familiar, lo tiene todo ni puede ser todo lo que desea. Siempre habrá algo en lo que nos veamos frustrados, por ello también es bueno sumar a este tema que a lo largo de su ciclo vital las personas expresan sus enojos de forma diferente. Veamos algunos ejemplos.

- Durante el primer año de vida un niño nos muestra claramente sus expresiones de enojo o ira cuando ante alguna negativa o reto comienza tirar cosas, gritando y endureciendo el cuerpo. A veces se ponen tan colorados y lloran tan fuerte que las madres se asustan un poco, pensemos que su psiquismo en construcción no le permite regular sus impulsos o moderarlos y canalizarlos, además no tiene una posibilidad importante la de la comunicación a través del habla (lenguaje) que aun falta un par de años para que le sirva de medio de expresión, así solo le queda el cuerpo y su motricidad para expresar su enojo. Los estímulos más frecuentes son restricción, molestias físicas y dejarlo solo.
- Ya en el Jardín de infantes suelen enojarse cuando se los interrumpe con sus posesiones o actividades, en frecuentes reprimendas y castigos, y en la incapacidad de ganarse la atención de los adultos, porque lo que hacen no les sale bien.
- Sus expresiones de ira son usualmente dirigidas hacia la fuente de frustración, y toman la forma de pegar, patear, morder, así como llorar y gritar.
- Entre los seis y los diez años, los niños a menudo expresan sus enojos a través de peleas y burlas, con técnicas verbales tales como poniendo nombres, ridiculizando, sarcasmos, rudeza, amenazas, saca su ira contra un niño joven, o excluyendo un enemigo de actividades grupales.

- En adolescentes la ira es provocada por situaciones en las que juega la falta de seguridad, o en la sensibilidad de personas jóvenes a la opinión de sus pares, en la gran necesidad de revelarse contra la autoridad, o la necesidad de privacidad.
- En la adultez, ya mas cercana a nosotros, la emoción es mayormente expresada en forma verbal: criticando, quejándose, diciendo palabrotas y en algunos casos siendo chismosos y murmurando. Así el enojo puede despertarlo situaciones tales como Ej. vecinos poco cooperativos, en jefes injustos, frente a aparatos que no funcionan, discriminación.
- ¿Tiene usted sus emociones articuladas?
- Lo invitamos a ver un bonito trabajo multimedial sobre la importancia de mantener nuestras emociones articuladas con nuestros gustos, tendencias y valores personales. Contiene mensajes de vida para reflexionar en familia o con amigos y también señala la magnífica ayuda que las esencias florales de Bach pueden ofrecer a nuestro mundo mental y emocional contribuyendo con el desarrollo de nuestras capacidades y con un mejor despliegue de todo nuestro potencial humano.

- Ahora bien, además de ver el archivo lo invitamos a servirse de él. Esperamos le agrade y también le resulte de utilidad. Ilustra el funcionamiento de la mente humana basado en la filosofía de Bach (miedo, incertidumbre, vulnerabilidad y dependencia, soledad, etc.)
- Para aprovecharlo vea el trabajo del modo como se explica a continuación. Servirá de destrabe de pensamientos negativos y motivador para aprender a articular las emociones con lo que le ocurre en la vida. Si sigue las indicaciones, verá que el material resulta útil para tomar una decisión, para aclararse en momentos de incertidumbre, para aliviarse de emociones adversas como así también para iniciar un hábito productivo en su rueda mental.
- Se espera que su mente absorba y elabore agradablemente las enseñanzas de Bach, y que ella imprima su energía a su rueda de pensamientos. Si lo pasa un número suficiente de veces notará cómo al cabo de un breve tiempo se irán enlazando sin esfuerzo sus recuerdos, aspiraciones, y pensamientos alrededor de una nueva energía que lo impulsará fuera del bloqueo en que se encuentra ahora. Será en una primera observación, algo agradable a la vista y si sigue las instrucciones más abajo, resultará en formidable oportunidad de observar en usted mismo el funcionamiento de su propia mente, cómo responde usted a las distintas vibraciones energéticas, qué tipo de energía usted atrae con mayor facilidad, cuáles repele, y cómo rueda la energía en usted.

OBSERVACIONES PARA ANTES DE EMPEZAR.

- Para ver el material necesita el programa PowerPoint. El material consiste en el despliegue de diapositivas que ilustran la filosofía de Bach, Para quienes se interesan por adentrarse en trabajos florales se incluyen al final del trabajo ilustraciones y comentarios sobre los Manuales de Aflorarte.
- Brevemente hay que recordar que las esencias de Bach trabajan sobre lo no visible, el campo de las ideas y de las emociones: barren la maleza de ideas y vibraciones nocivas, de modo que despejando el matorral, entra la luz en la mente. A partir de allí, los cambios positivos se producen, al decir de Bach, "por añadidura... la oscuridad será siempre vencida por la luz". Decimos que para frenar procesos mentales contraproducentes solo basta con plantar en su suelo mental "semillas de luz", esas que contengan los pensamientos y emociones que usted desee ver multiplicados en su vida. Cada diapositiva intenta plantar la semilla de un estado luminoso según los estados emocionales determinados por Edward Bach.
- Observe las diapositivas y deliberadamente "plante" con su imaginación estas semillas de emoción en su territorio mental. Algunas serán más fáciles de plantar y regar que otras y esto definirá el tipo de planta sobre la cual valdrá la pena hacer un trabajo más cuidadoso.
- Tenga siempre presente que los seres vivos se destacan por su energía, ellas se definen por las emociones que experimenta el hombre. Individuos inmersos en energías de vibración elevada emitirán vibraciones más elevadas y atraerán emociones y experiencias más ricas y enaltecidas. Trabajar las esencias florales en uno es algo así como plantar semillas de emociones luminosas, es una especie de trabajo artesanal para activar vibraciones positivas en uno y en los del entorno. Lo mismo producen las diapositivas que ofrecemos: por la vía audiovisual, intentan decodificar las lecciones florales, transmitir el mensaje de un modo que resulte por todos comprensible.

- ¿Qué puede esperar de esta experiencia?
- Solamente lo bueno y sorpresas que serán gratas. Puede que le desaparezca un resfrío como por arte de magia. Puede que detecte a su alrededor algo que estaba necesitando y en lo que no había reparado antes. Puede que le venga aquella idea práctica o innovadora que estuvo esperando, un recuerdo que le cause alegría, un flash de conciencia que le ayude a tomar una decisión sabia, que mejore su actitud, puede obtener un flash de información que le permita ver aspectos de un asunto en los no había reparado antes y esto resulte en alivio, puede que haga por fin ese llamado que está postergando, etc.
- No hay misterios en esta prueba, solo una oportunidad gratuita y divertida de comprobar que cuanto menos permita usted que su mente se intoxique mejor le irán las cosas, y cuanto más la adiestra a enfocar sobre lo luminoso, más ideas brillantes y encuentros luminosos obtendrá y más rápida y cómodamente aprenderá a convertirse en imán que atrae solamente lo bueno y repele todo lo demás.
- If we take care of the moments, the years will take care of themselves.
- Anna Maria Edgeworth
- (Si cuidamos nosotros los momentos, los años sabrán cuidarse por sí solos).

Cómo ver y leer el Aura.

- A través del aura, que es un campo de energía que emanamos, descubrimos nuestro verdadero estado interior.
- Muchas grandes personas en el pasado se quejaban "tenemos ojos y no vemos". Más adelante en este documento descubrirás que significa.
- CUALQUIERA puede ver auras en algún grado. Más que crear un aura de misterio en mi nueva habilidad, mi acercamiento es enseñar a todos de lo que sus ojos son capaces. Cuando casi todos (incluyendo niños) ven una cosa similar, Yo lo considero parte de nuestra Naturaleza y digo que merece nuestra atención.
- Qué es el Aura?
- Todo en el universo es solo una vibración. Todo átomo, toda parte de un átomo, todo electrón, toda "partícula" elemental, aún nuestros pensamientos y consciencia son solo vibraciones. Podemos definir el Aura como una vibración rodeando todo objeto material. Esta definición es suficiente para el propósito de leer Auras, proveyendo que podemos entrenarnos a nosotros mismos a ver el Aura.
- El Aura alrededor de objetos vivientes (conscientes) (gente, plantas...) cambia con el tiempo, algunas veces muy rápido.

- El Aura alrededor de objetos no vivientes (piedras, cristales, agua...) es esencialmente fija.
- Los datos de arriba han sido confirmados más allá de cualquier duda por científicos en Rusia, quienes han estado usando efecto Kirlian para estudiar Auras por los últimos 50 años.
- El Aura alrededor de los humanos está parcialmente compuesta de radiación EM (electromagnética), que van desde microondas, infrarrojas (IR) a luz UV. La parte de microondas de baja frecuencia e infrarroja del espectro (calor corporal) parece estar relacionada con los niveles bajos de funcionamiento de nuestro cuerpo (estructura de ADN, metabolismo, circulación etc.) mientras la alta frecuencia (parte UV) está más relacionada a nuestra actividad consciente como pensar, creatividad, intenciones, sentido del humor y emociones. Los científicos Rusos, quienes están 3 décadas adelante de todos en investigación de Aura, descubrieron que nuestro ADN puede ser alterado, influenciando su Aura microondas. La parte de luz UV de alta frecuencia es muy importante y muy interesante pero largamente inexplorada. Y esta parte puede ser vista con los ojos.
- Por qué necesitamos ver auras?
- Los Colores e intensidad del aura, especialmente alrededor y sobre la cabeza tienen significados MUY especiales. Viendo el aura de otra persona puedes realmente ver los pensamientos de la otra persona antes de que los escuches expresados verbalmente. Si no están de acuerdo con lo que esta persona esta diciendo, efectivamente ves una mentira todo el tiempo. Nadie puede mentir en frente de ti sin ser detectado. No podemos fingir el Aura. Muestra nuestra Naturaleza Verdadera e intenciones para todos.
- Además, el aura es nuestra firma espiritual. Cuando ves a una persona con una aura brillante, limpia, puedes estar SEGURO que tal persona es buena y espiritualmente avanzada, aún si el/ella es modesta y no es consciente de ello. Cuando ves una persona con una aura gris u oscura, puedes estar SEGURO, que tal persona tiene intenciones no claras, sin reparar cuan impresionante, elocuente, educado, "de buen aspecto" o "bien vestido" el/ella parece.
- Es especialmente importante verificar el aura de cualquier líder religioso, "maestro espiritual", "maestro" o un "gurú". Tal persona debe tener un halo amarillo-dorado claramente definido alrededor de la cabeza. Si el/ella no lo tiene, estás MUCHO mejor por ti mismo.

- Unirse a una secta o una religión que es liderada por gente incompetente sin buenas Auras es muy peligroso para tu consciencia. Dónde está el peligro ? Cuando el tiempo llega de realmente usar la información almacenada en tu consciencia de esta vida, puede haber casi nada útil ahí, si enfocas tu vida en seguir rituales y el rebaño de otra gente. En tal caso es necesario re-aprender todo desde el comienzo. La mayoría de líderes de secta, religión y políticos tienen solo dos cosas en mente: dinero y poder para controlar gente. Y tu puedes VER eso en su Aura por ti mismo. Imagina cambios en la Tierra si mucha gente puede ver Auras de sus líderes y empezar a escogerlos en base a sus Auras.
- Leyendo el Aura puedes diagnosticar mal funciones en el cuerpo (enfermedades) mucho antes de que síntomas físicos se vuelvan evidentes. Conscientemente controlando tu Aura tu puedes de hecho sanarte a ti mismo.
- Sin embargo, la sanación del cuerpo físico es nada en comparación con lo que ver y leer auras puede hacer por tu consciencia, desarrollo espiritual y consciencia de la Naturaleza.
- Todos tienen un Aura. Pero la mayoría de la gente en la Tierra tiene Auras MUY DEBILES y opacas. Esto es una consecuencia directa de su actitud materialista de toda la vida negando y suprimiendo el desarrollo de la consciencia, cultivando temor, envidia, celos y otras emociones similares. Tales actitudes suprimen su Verdadera Naturaleza, y sus Auras se vuelven suprimidas también.
- Cuando aprendes a ver Auras, está preparado para una pregunta REALMENTE DIFICIL: "Puedes decirme como es mi Aura?" y la situación cuando no ves una Aura o ves algo de lo cual no quieres hablar. Una de las mejores respuestas que Yo he encontrado es "porqué no aprendes a ver por ti mismo ? ". Y esta es una de las razones principales por que enseño a la gente a ver auras.
- Cuando la gente tome consciencia de que su Aura está en exhibición y mucha gente sea capaz de verla, cuidarán lo que piensan. Y tratarán de ver y mejorar su propia Aura. En el proceso ellos se volverán mejores y más sabios, siendo capaces de reconocer las intenciones de otra gente. Seguramente, el mundo entero se volverá mucho mejor si todas las personas pueden ver y leer Auras.

Niños y el Aura.

- Niños muy jóvenes (hasta los 5 años de edad) ven auras naturalmente. Los infantes frecuentemente miran SOBRE una persona en frente de ellos. Cuando no les gusta el color del aura sobre la cabeza, o si este color es muy diferente al aura de sus padres, lloran, no importa cuantas sonrisas la persona haga.
- Los niños tienen auras mucho más limpias y fuertes que la mayoría de los adultos, quienes están completamente esclavizados por el mundo materialista y suprimen su Naturaleza siguiendo ejemplos superficiales.
- Cuando Yo le enseñé a mi hijo de 12 años de edad a ver su propia Aura, me dijo que cuando era pequeño era capaz de ver Auras casi todo el tiempo. Pero nadie prestó atención, así que pensó que no era importante y tal vez había algo mal con su vista. Este es un escenario típico. En mi opinión los niños deberían aprender a ver y leer Auras en una escuela primaria, de esa manera nunca perderían su habilidad natural.

Nuestros ojos.

- Con nuestros ojos podemos sentir (percibir) un rango muy angosto de frecuencias de vibración de vibración Electromagnética (EM) correspondiendo a longitudes de onda de 0.3 a 0.7 micrómetros - desde violeta a rojo. Una mezcla de las frecuencias de vibración en el rango de arriba nosotros percibimos con nuestros ojos como color. Podemos medir esta mezcla precisamente registrando un espectro de luz, pero solo usando instrumentos especiales.
- Los colores percibidos por nuestros ojos son solo nuestra percepción parcial de una realidad mucho más compleja : vibración compleja de luz (y otras vibraciones tales). Para explicar el enunciado de arriba, tenemos que definir el espectro y explicar cómo percibimos color con nuestros ojos.
- Cómo ver el Aura: desarrollando la visión áurica
- Para ver el Aura no necesitamos incrementar la sensibilidad de nuestros ojos Y extender el rango de vibración percibida más allá de la luz visible.
- Podemos cumplir lo de arriba
- -usando y entrenando nuestra visión periférica
- -incrementando exposición
- -extender el proceso de sensación visual en el cerebro - extender la comunicación entre los hemisferios izquierdo y derechos del cerebro

- Visión Periférica
- Porqué debemos usar nuestra visión periférica? Nuestra retina (el plano focal del ojo conteniendo células foto sensitiva) está menos dañada ahí que en la parte central. La parte central de la retina está constantemente en uso, y con los años sufren daño acumulado de iluminación excesiva y/o artificial (TV, computadoras, luz artificial etc.). También hemos entrenado la visión central para ser usada en una cierta manera por años.
- Nota que los niños ven auras mucho más fácilmente, porque su visión central no está dañada todavía. Una vez que van a la escuela se les dice que usen su visión en una cierta manera, y gradualmente pierden su vista áurica natural.
- Incrementando exposición.
- Cuando queremos hacer una foto de una escena oscura, necesitamos incrementar el tiempo de exposición de la Película. Podemos lograr esto para nuestros ojos concentrándonos exactamente en UN punto por un rato (30-60 segundos).

- Cuando nuestros ojos se están moviendo, o una escena se mueve en frente de nuestros ojos, las imágenes son promediadas por nuestro ojo. (25 cuadros de TV por segundo parece una moción fluida). Cuando nos concentramos en un punto, incrementamos nuestra sensibilidad porque promediamos la luz entrante, acumulando su efecto.
- Nuestras células fotos sensitivas (Rojo Verde y Azul) operan como sensores de vibración, muy igual a 3 receptores de radio sintonizados a 3 "colores" RVA. Cuando necesitas lograr una larga vibración de, digamos, un columpio - puedes lograrlo usando una fuerza de excitación muy débil, pero persistir con ella.
- Concentrándote con tus ojos en un punto logras un efecto muy similar: con una estimulación muy pequeña puedes gradualmente vibrar tus células foto sensitivas en una vibración larga, y esto resulta en una sensación visual percibida por el cerebro.
- Ejercicio de Concentración 1
- Pon la imagen en Fig 1 aproximadamente 1.5 m en frente de ti. Mira exactamente al punto negro por 30 segundos o algo así y observa los círculos coloreados con tu visión periférica. Resiste la tentación de mirar a algún otro lugar más que el punto negro.

- Nota que las áreas de coloreadas parecen estar rodeadas por el "Aura" de un color diferente. Cuando los sensores periféricos son estimulados por algún tiempo, tenemos sensaciones de color, muy diferentes de cuando usamos visión central. Mientras más te concentras, más brillante es el "Aura" alrededor de las áreas coloreadas, porque tu sensibilidad incrementa. Ayer podías mirar a esta imagen por horas y nunca ver nada.
- Concentración en UN punto por tiempo suficiente es la clave. Más que el Aura verdadera, este ejercicio demuestra el principio de cómo mirar para ver Auras humanas haciéndote consciente de ciertas capacidades de tu vista.
- Ejercicio de Concentración 2
- Este ejercicio apunta a estimular la comunicación entre ambos hemisferios del cerebro, incrementando así el "poder de procesamiento" necesitado para ver Auras. Pon la imagen en Fig 1 aproximadamente 1.5 m en frente de ti. Estira tu mano hacia adelante de manera que uno de tus dedos esté entre y debajo de los círculos.
- Enfoca en la punta de tu dedo y sobre mira los círculos. Debes ver 4 círculos. Trata de sobreponer los dos del medio para ver UN CIRCULO CON UNA CRUZ BLANCA encima de tu dedo, en el medio entre los dos. Ver la cruz es la evidencia, de que el hemisferio izquierdo del cerebro (conectado al ojo derecho) está comunicándose con el hemisferio derecho (conectado al ojo izquierdo).
- Este ejercicio es extremadamente benéfico: 5 minutos de él dobla tu bioenergía y promueve la auto sanación.
- La cruz flotará inicialmente y se verá inestable. Experimenta con la distancia de tu dedo a tus ojos para lograr una cruz perfecta. Ganas un beneficio significativo después de 3-5 minutos, preferiblemente sin parpadear, pero la duración mágica parece ser 45 minutos de concentración, lo cual hace una REAL diferencia a tus habilidades mentales y áuricas.

- En mi experiencia es lo mejor comenzar con un minuto o dos y gradualmente incrementar el tiempo cada semana. Concentración corta e intensiva parece ser mejor que una larga, interrumpida por la falta de habilidad.
- Gradualmente, con práctica podrás ser capaz de lograr y mantener la cruz sin el dedo. Mientras mantienes la cruz trata de ser consciente (tomar consciencia) y estar al tanto de los otros 2 círculos así como todo alrededor usando tu visión periférica. Debes ver colores Auricos alrededor de los círculos coloreados de arriba con tu visión periférica. Cuando puedes analizar los alrededores usando tu visión periférica, sin perder la cruz (y la concentración) , estás listo para ver y leer auras.
- Niveles avanzados de concentración
- Un diámetro en la cruz parece usualmente "en frente" del otro. Esto significa, que uno de los hemisferios de tu cerebro está dominando al otro. Los hombres usualmente ven el diámetro horizontal encima (hemisferio izquierdo domina) las mujeres usualmente ven el diámetro vertical encima (hemisferio derecho domina).
- Trata de poner el diámetro "escondido" en frente tanto como sea posible, concentrándote, en demanda. El nivel final de concentración es lograr mantener una cruz perfectamente balanceada con los cuatro brazos de similar intensidad, logrando así un perfecto balance ambos hemisferios. Mucha gente experimenta efectos sorprendentes aquí. Primeramente, la concentración se pone mucho más profunda. Segundo, después de 2-3 minutos pareces como perder la vista, con el fondo brillante volviéndose violeta oscuro y rosado. Tu sensibilidad y consciencia incrementa en gran escala. Todas las emociones cesan.
- Varia gente reportó que usando la Camiseta Chakra significativamente aumenta tal concentración, y mi experiencia confirma esto.

- Más Ejercicios de Concentración
- Colores y Pares Auricos
- En los ejercicios de concentración 1 y 2 notamos que los colores reales son rodeados con Auras de diferentes colores. Estos colores Auricos no son al azar. Siguiendo está una lista de Pares Auricos de colores para todos los colores limpios del arco iris (colores monocromáticos) .
- -rojo da aura turquesa, turquesa da aura roja
- -naranja da aura azul, azul da aura naranja
- -amarillo da aura violeta, violeta da aura amarilla
- -verde da aura rosa, rosa da aura verde
- La tabla de arriba también se aplica a colores intermedios, por ejemplo amarillo-verde da un aura rosa-violeta. Nota, que los pares Auricos de arriba son DIFERENTES que los pares de color complementarios, "ruedas de color" and "espacios de color" promovidos por la ciencia y arte en la Tierra.

- Una buena mirada alrededor probará que la Naturaleza está muy enamorada de los Pares Auricos. Toma cualquier ave roja y puedes estar seguro, que esta ave tendrá partes del cuerpo turquesas también. Lo mismo se aplica a las combinaciones azul-naranja, amarillos-violeta y rosa-verde, no solo en aves, sino en peces, mariposas, flores etc. - cualquier cosa que está vívidamente coloreada por la Naturaleza. Ocasionalmente verás "el próximo mejor" color en vez de una correspondencia aurica perfecta. Los Pares Auricos en la Naturaleza son muy estimulantes, y frecuentemente inducen un sentimiento abrumador de belleza y felicidad.
- Necesitas memorizar y saber bien los Pares Auricos de arriba. Por qué? Porque si ves una Aura rosa alrededor de alguien en un vestido verde brillante, hay una fuerte posibilidad que tu ves el Aura del vestido, no de la persona.
- Viendo el Aura
- Este ejercicio está diseñado para ver el Aura por la primera vez y/o practicar viendo Auras. Escoger buenas condiciones es importante: no solo ves el Aura mejor, pero también para ganar confianza sobre lo que ves.
- 1. Sitúa la persona en frente de un fondo BLANCO NATURAL muy iluminado. Un fondo de color cambiará los colores del Aura, entonces necesitas sabiduría adicional combinando colores. Algunas combinaciones de fondo y colores del Aura pueden causar problemas de mal interpretación.
- 2. Escoge UN punto para mirar a él. En medio de la frente está MUY BIEN. Esta es la locación del llamado Chakra del Entrecejo o el Tercer Ojo. En algunas culturas (India) ponen una marca en la frente. Tal marca en tiempos antiguos significaba la invitación a mirar y ver el Aura.

- 3. Mira a este punto por 30 a 60 segundos o más.
- 4. Después de 30 segundos analiza los alrededores con tu visión periférica, mientras miras al mismo punto. Continuar la concentración es lo más importante. Resiste la tentación de mirar alrededor. Debes ver que el fondo cerca a la persona es más brillante y tiene un color DIFERENTE que el fondo más lejano. Esta es tu propia percepción del Aura. Mientras más te concentras, mejor la verás. Recuerda, concentración en un punto incrementa tu sensibilidad acumulando el efecto de la vibración del Aura que llega a tus ojos.
- 5. La mayoría de ejercicios de Aura avanzados son hechos en total oscuridad, pero requieren horas de concentración y práctica sistemática.
- Tomando una FOTO INSTANTANEA de un Aura
- Mirando al Aura Después de concentrarte suficiente para ver el aura, cierra tus ojos. Por un segundo o dos verás el Aura SOLAMENTE. Está preparado. Tienes solo un segundo o dos hasta que tus células foto sensitivas paren de vibrar y enviar sensaciones visuales al cerebro. Y si lo dejas pasar, tienes que empezar concentrándote otra vez. Trata de experimentar cuán rápido o lento debes cerrar tus ojos.

- Observando auras de otras personas.
- Lo mejor es mirar directamente al chakra del entrecejo de alguien (tercer ojo u ojo de sabiduría, que está localizado 1.5 cm arriba de la nariz, entre los ojos) y apuntar a lograr el estado mental similar a la técnica de concentración descrita arriba por lo menos por 30-60 segundos. Yo he tratado también mirando a los chakras de la garganta y el corazón con resultados similares. Sin embargo, si te concentras en su pecho se ve tan inusual que la persona se pone usualmente muy incómoda. Cuando ves en el chakra del entrecejo de la persona puedes continuar la conversación.
- Otra vez, fondo MUY suavemente iluminado, sin sombras es lo mejor. Con la práctica, cualquier fondo uniformemente iluminado (tal como un cielo azul por ejemplo) será suficiente.
- Cómo ver tu propia Aura
- Ponte de pie aproximadamente 1.5 m en frente de un espejo de buen tamaño. En el comienzo es mejor si el fondo detrás de ti es blanco natural y no hay sombras. La iluminación debe ser MUY suave y uniforme no brillante. Sigue las instrucciones de arriba para ver Auras.
- PRACTICA por lo menos 10-15 minutos cada día para incrementar tu sensibilidad y desarrollar vista Aurica. Recuerda que la práctica es requerida para desarrollar la vista Aurica.

- La vista Aurica y las imágenes-accidentales
- Una de las preguntas más frecuentes durante mis talleres es: "Tomo, mis ojos me están engañando?" La respuesta es no, solo has aprendido a prestar atención a de lo que tus ojos son capaces. Los sensores de Luz en nuestros ojos (Rojo Verde y Azul) son sensores de vibración que son altamente no-lineares y tienen memoria. La consecuencia de la memoria es que pueden oscilar por varios segundos después de que la estimulación visual ha sido discontinuada.
- Esta memoria de estimulación visual es percibida frecuentemente como imagen accidental. Las imágenes accidentales tiene precisamente la misma forma que las imágenes originales. La imagen accidental de un objeto rodeado por Aura es más grande que la imagen original. El incremento en tal imagen accidental es debido a la vibración de una Aura y realmente representa una "foto instantánea" de una Aura. Es por eso esencial enfocar en un punto cuando se mira el Aura y resistir la tentación de cambiar el punto de foco, de otra manera una imagen del Aura puede ser confundida con la imagen accidental del objeto.

- Significado del Aura y sus colores.
- El Aura es una reflexión de nuestra Naturaleza Verdadera en cualquier momento dado. A este punto es talvez necesario explicar que quiero decir por "Naturaleza Verdadera" y por qué algún esfuerzo es necesario para "descubrirla" . Nuestra sociedad enfatiza los símbolos, estereotipos, hábitos, maneras, conductas superficiales , pretensiones, seguir a otros y someter la libre voluntad a "líderes". Nuestra "educación" está largamente basada en vistas y expectativas de gente que trata de controlar el rebaño.
- Nuestra Naturaleza Verdadera es lo que queda cuando reconocemos y descartamos todos nuestros hábitos, estereotipos, maneras, y pretensiones, conducta superficial y nos volvemos completamente conscientes, verdaderamente naturales y espontáneos. Nota que algunas personas están tan atadas a sus maneras y hábitos que es muy difícil, si no imposible, descubrir quienes realmente son. La única manera de tener una vista instantánea de su personalidad es mirar su Aura, porque ella muestra su Naturaleza Verdadera, detrás de cualquier máscara de conducta superficial.
- En general, mientras más colorida, limpia y brillante el Aura, mejor y más espiritualmente avanzada es la persona. También, mientras más uniforme la distribución de energía en el Aura, más saludable y más balanceada es la persona.

- La Distribución de la energía en el Aura puede servir como una herramienta de diagnóstico médico poderosa, pero usualmente requiere el uso de un equipo complejo. El enfoque de este artículo es concentrarse en lo que podemos fácilmente ver con nuestros ojos.
- Nuestra Aura rodea el cuerpo entero, pero la interpretación de colores de abajo esta relacionada al Aura alrededor de la cabeza solamente. El significado de los colores alrededor de la cabeza presentada abajo sugerido en la literatura ha sido confirmado por el autor. Cuando aprendas a ver el Aura bien, puedes verificarlo por ti mismo, concentrándote en ciertos pensamientos mientras miras tu Aura, o diciendo a las personas cuales son sus pensamientos cuando ves sus Auras.
- Usualmente, las personas tienen uno o dos colores dominantes (puntos fuertes) en su Aura. Estos colores (o sus pares Auricos) serán muy probablemente sus colores favoritos.
- En adición a los colores dominantes, el Aura refleja los pensamientos, sentimientos y deseos, que aparecen como "flashes", "nubes" o "llamas", usualmente más lejos de la cabeza. Por ejemplo un flash de naranja en el Aura indica un pensamiento o deseo de ejercitar poder y control. Naranja como color dominante es un signo de poder y habilidad general para controlar personas. "Flashes" rápidamente cambiantes indican pensamientos rápidamente cambiantes.
- Significado de Colores básicos del Aura (colores del arco iris, brillantes, monocromáticos)

- Púrpura: indica pensamientos espirituales. Púrpura nunca es un punto fuerte en el Aura. Aparece solo como "nubes" temporales y "flamas", indicando pensamientos verdaderamente espirituales.
- Azul: Existencia equilibrada, lleno de vida, sistema nervioso aliviado, transmitiendo fuerzas y energía. Las Personas con punto fuerte azul en su Aura son relajadas, balanceadas y se sienten listas para vivir en una cueva y sobrevivir. Son sobrevivientes natos. Un Pensamiento Azul es un pensamiento de relajar el sistema nervioso para lograr el balance de la mente o un pensamiento sobre supervivencia. El Azul eléctrico puede superar a cualquier otro color en el Aura, cuando la persona está recibiendo y/o transmitiendo energía o está en comunicación telepática. Por ejemplo Michel Desmarquet, autor de "Thiaoouba Prophecy", frecuentemente brilla con azul eléctrico durante sus conferencias, especialmente cuando responde preguntas del público.
- Turquesa: indica calidad dinámica de ser, personalidad altamente energizada, capaz de proyección, influencia a otras personas. Las personas con punto fuerte turquesa en su Aura pueden hacer muchas cosas simultáneamente y son buenos organizadores. Se sienten aburridos cuando son forzados a concentrarse en una cosa. La gente ama los jefes con Auras turquesas, porque tales jefes explican sus metas e influyen a su equipo más que ejecutar comandos. Un pensamiento Turquesa es un pensamiento acerca de organizar e influenciar a otros.
- Verde: descanso, energía modificadora, natural habilidad para sanar. Todos los sanadores naturales deben tenerla. Las personas con un punto fuerte verde en sus Auras son sanadores naturales. Mientras más fuerte el Aura verde, mejor el sanador. También aman la jardinería y usualmente tienen una "mano verde" - cualquier cosa crece para ellos. Estar en presencia de una persona con un Aura fuerte y verde es una experiencia muy pacífica y tranquila. Un pensamiento verde indica un estado de descanso y sanación.

- **Amarillo:** alegría, libertad, desprendimiento, liberando o despidiendo fuerzas vitales. Las personas que brillan amarillos están llenas de alegría interna, muy generosa y no atada a nada. Halo amarillo alrededor de la cabeza: alto desarrollo espiritual. Una firma de un maestro espiritual. No aceptes enseñanzas espirituales de cualquiera que no tenga tal halo amarillo. Buddha and Cristo tenían halos amarillos extendiéndose hasta sus brazos. Hoy es raro en la Tierra encontrar una persona con un halo mas grande que 1 pulgada. El halo amarillo aparece como resultado de un chakra del entrecejo altamente activo (que puede ser visto brillando con violeta por muchas personas en mis talleres). Las personas altamente espirituales estimulan el chakra del entrecejo continuamente por muchos años, porque siempre tienen pensamientos espirituales intensos en sus mentes. Cuando este chakra es observado cuando es altamente activo, un halo amarillo (par Aurico) aparece alrededor de él, rodeando la cabeza. Un pensamiento amarillo indica un momento de alegría y contento.
- **Naranja:** elevador and absorbente. Inspirador. Una señal de poder. Habilidad y/o deseo de controlar a las personas. Cuando el naranja es un punto fuerte, usualmente contribuye a un halo amarillo, que después se vuelve dorado, indicando no solo un maestro espiritual, sino un poderoso maestro espiritual, alguien capaz de demostrar sus habilidades únicas. Un pensamiento naranja es un pensamiento sobre ejercitar poder o un deseo de controlar personas.
- **Rojo:** pensamientos materialistas, pensamientos sobre el cuerpo físico. Aura roja predominante indica una persona materialísticamente orientada.
- **Rosa (=púrpura+rojo) :** amor (en un sentido espiritual). Para obtener un rosa limpio, necesitas mezclar el púrpura (la frecuencia más alta que percibimos) con rojo (la frecuencia más baja). El Aura rosa indica que la persona ha conseguido un perfecto balance entre conciencia espiritual y existencia material. Las personas más avanzadas tienen no solo un halo amarillo alrededor de la cabeza (un punto fuerte permanente en el Aura) pero también un Aura rosa grande extendiéndose más lejos. El color rosa en el Aura es muy raro en la Tierra y aparece solo como un pensamiento temporal, nunca como un punto fuerte en el Aura.

- Significado de colores Sucios: (colores más oscuros que el fondo más como humo que brillo)
- Marrón: agitado, distraído, materialista, negando la espiritualidad.
- Gris: pensamientos oscuros, pensamientos deprimentes, intenciones no claras, presencia de un lado oscuro de la personalidad.
- Azufre (color de la mostaza): dolor o falta de comodidad, ira.
- Blanco: enfermedad seria, estimulación artificial (drogas). Por qué el color blanco en el aura indica problemas? Blanco es como un ruido, mas que un set de tonos armoniosos (colores monocromáticos) . Es imposible "afinar" el ruido a una orquesta tocando música armoniosa, por esto el Aura blanca indica una falta de armonía en el cuerpo y mente. La naturaleza, de la que somos parte, es armoniosa. Esta armonía viene in armónicas o "tonos" de vibración discreta, parcialmente descritos por la física cuántica moderna.
- Muchas horas después de la muerte, el Aura se vuelve blanca, y se incrementa bastante en intensidad. Nota, que en la mayoría de las culturas la muerte es representada en BLANCO (no negro), porque en el pasado, las personas podían realmente ver un Aura blanca antes de la muerte. Parece que nuestros ancestros sabían mucho más de lo que estamos preparados a admitir.

- Amplificando la vibración de tu Aura y bio-energía
- Cosas que pueden amplificar tu aura son:
 - 1. meditación (purificar tu mente de cualquier pensamiento)
 - 2. concentración ejercicio con la cruz
 - 3. Correspondiendo tu aura con el ambiente
- Correspondiendo tu aura con el ambiente
- Cuando correspondemos frecuencias vibracionales (espectro) de lo que usamos con estas emitidas naturalmente por nuestro cuerpo y mente experimentamos un estado de armonía único. El efecto puede ser comparado con el "afinamiento" de un instrumento musical. Sin afinar, todo lo que puedes hacer con el instrumento es ruido, más que una música armoniosa. Esencialmente hay 3 técnicas para corresponder tu Aura con alrededores:

- 1. Corresponiendo tu punto fuerte. Cuando aprendemos qué son "puntos fuertes" (colores dominantes) en nuestra Aura podemos intentar corresponder nuestros alrededores o prendas con nuestra Aura. Re-decorar nuestro hogar para lograr una mejor correspondencia resultará en una estimulación positiva de nuestra alma y ayudará a promover nuestro bienestar en muchos aspectos. De acuerdo a lo que la Naturaleza hace para estimularnos, deberíamos usar pares de colores Auricos apuntando a tal correspondencia. por ejemplo si tu Aura es predominantemente verde, deberías usar verde así como un rosa claro en tus decoraciones o ropa.
- 2. Corresponder nuestro ambiente a las frecuencias de pensamientos. Las frecuencias de pensamientos fueron descritas en la Sección de significados de colores en el Aura. Por ejemplo, si piensas relajar tu mente (un pensamiento azul) ambientes azules amplificarán tu pensamiento. Nota, que cuando sales de la casa en la mañana y el cielo está perfectamente azul - te sientes relajado antes de que tengas el tiempo para pensar en algo más. Esto es porque cualquier pensamiento en la dirección de relajar la mente es asistido por la vibración azul del cielo. Cuando el cielo está gris, tienes pensamientos deprimentes antes de que lo notes. Nota que la moda de blue jeans es muy popular, porque asiste en lograr una mente relajada. Tratar de promover jeans marrones (pardos) puede resultar inútil.
- 3. Corresponde la distribución de frecuencias del cuerpo. Esto es lo Nuevo en estimulación Natural, pero requiere ropa especialmente diseñada tal como la Camiseta Chakra. Los resultados son muy similares a la acción de la acupuntura, pero en lugar de agujas un juego de 16 colores clave es usado. Mejoras espectaculares en el campo de bioenergía de la gente (Aura) han sido observadas en minutos de ponérsela.
- En cualquier caso, el uso de, colores limpios, casi monocromáticos (arco iris) es esencial. Pueden ser muy sutiles y delicados, pero deben contener un "arco iris" armónico de vibración limpio.

- Suprimiendo el Aura
- Cosas que inmediatamente reducen, cubren o distorsionan tu bioenergía (Aura) son:
- MIEDO, estrés, ansiedad, odio, envidia, celos o cualquier otro pensamiento o sentimiento negativo crisis física en tu cuerpo - enfermedad, estimulación artificial (drogas) etc.. Estos pueden mostrar un incremento temporal en la energía del aura- este efecto es similar al efecto de tu cuerpo elevando la temperatura durante la fiebre. Necesitas LEER el Aura para diagnosticar tal crisis. Mayormente tal Aura incrementada será blanca.
- Ropas y ambiente contrarios a tu Aura
- Las ropas opacas absorben tu bio-energía más que extenderla armoniosamente. Es interesante notar que los hombres en la Tierra mueren mucho más temprano que las mujeres, sin importar sus creencias culturales y étnicas, dieta etc. En mi opinión está relacionado al hecho de que los hombres se visten en negro o gris por la mayoría de sus vidas y raramente usan colores.
- Las mujeres usan mucho más colores en sus prendas y las cambian frecuentemente. Es interesante, muchos pájaros machos en la Naturaleza son mucho más brillantes que las hembras. Y ELLOS viven más. La naturaleza siempre nos da una pista. Todo lo que necesitamos hacer es observarla y adoptar ideas de ella. Un inmediato efecto de usar ropas grises, negras o marrones es que te cansan más rápido. Has notado que la gente joven de hoy se ve MUCHO MAS VIEJA de lo que deberían?
- Es lógico que deberíamos evitar todo lo de arriba si es posible. "Cultivar" cualquier cosa de arriba por tiempo prolongado puede tener un efecto permanente en tu alma y tu Aura.

- Tecnología, trucos y la verdad.
- Cuerpo astral.
- Frecuentemente, el cuerpo astral es confundido con el aura. El cuerpo astral es LA más importante, parte eterna de nosotros, porque nuestra consciencia está en él. La vibración del aura para cuando nuestro cuerpo físico muere. El cuerpo astral es eterno: su vida es de $10e22$ años, que se aproxima a la vida del Universo (es un buen rato). El cuerpo astral es una masa electrónica conteniendo $4e21$ (4,000,000,000, 000,000,000, 000) electrones.
- Nuestros científicos están por descubrir, que los electrones en nuestro cuerpo astral tienen una tremenda inteligencia así como capacidad de memoria, y ellos de hecho controlan todas las funciones de nuestra mente y cuerpo, incluyendo todos los procesos de sanación. Este cuerpo astral es realmente nuestro verdadero "yo". Usando argot de computadoras, nuestro cuerpo físico es el hardware, equipado con sensores, transmisores, receptores y actuadores, y el cuerpo astral electrónico contiene el software, memoria, almacenamiento de datos así como la consciencia y la libre voluntad del operador, decidiendo qué hacer.

- Nuestros cuerpos físicos son imperfectos, o se enferman, simplemente porque todavía no hemos desarrollado nuestra consciencia para construir y controlarlos mejor. La meta es ser capaz de conscientemente controlar la actividad de toda célula en nuestro cuerpo y en particular regenerarlas (rejuvenecerlas) a voluntad. A esta altura seremos para siempre jóvenes y será dependiente de nosotros cuándo y cómo queremos cambiar nuestros cuerpos físicos. También tendremos una libertad completa de estar en el cuerpo físico (necesitado como una herramienta si quieres ayudar a otros) o unirnos a la Fuente de consciencia, permaneciendo en nuestro cuerpo astral. Imagina la alegría y diversión que podemos tener entonces. Esto no es un sueño . Esto es realidad.
- Hay solo 2 cosas que pueden dañar la información almacenada en nuestro cuerpo astral y dañarnos por muchas vidas futuras: drogas y un fuerte ruido.
- Experimenta para ver tu propio cuerpo astral : Pon tus dedos índices casi tocándose , preferiblemente en frente de un fondo oscuro, mate. Un fondo negro está OK. Mira entre los dedos y alrededor de ellos y nota, que el fondo cerca a tus dedos es más brillante. Un azulino transparente y una luz ligera responsable por esto es realmente una parte de tu cuerpo astral . Al unir tus manos cierras un circuito electrónico, haciendo el cuerpo astral más visible. La forma de tu cuerpo astral electrónico sigue de cerca tu cuerpo físico. Alguna gente tiene su cuerpo astral muy fuerte y brillante, extendiéndose 10 mm o más allá de su cuerpo físico. Típicamente, 2-4 mm es considerado promedio para una persona saludable en la Tierra.

- Estructura de la consciencia.
- En el siguiente, más alto nivel de consciencia, nuestro cuerpo astral está conectado a una mucho más poderosa e inteligente "consciencia superior" o "ser superior", que recibe todas nuestras sensaciones y almacena toda nuestra sabiduría acumulada de vida en vida. Esta conexión está bien documentada por nuestra ciencia médica. Es un "túnel" muy ruidoso conectado a una extremadamente brillante luz (el "ser superior"). Cuando morimos, nuestro cuerpo astral ("verdadero yo") pasa a través de él y logramos una gloria completa y entendimiento de todo cuando alcanzamos la luz brillante. Esta brillante luz es la puerta al núcleo de nuestro "ser superior". Mucha gente que experimentó una "muerte clínica" reporta esta conexión en gran detalle. La experiencia es tan profunda, completa y abrumadora y tan diferente de nuestra vida diaria, que olvidamos la mayoría de ella cuando regresamos, justo como olvidamos nuestros sueños. Hay 9 categorías de "seres superiores", cada uno siendo más brillante y poderoso que el anterior.
- La luz de los "seres superiores" y el sonido de "túneles" conducidos a ellos son referidos en muchas escrituras espirituales antiguas como "la Luz y el Sonido de la Creación". Nuestros mejores físicos acuerdan que todo en el Universo es solo una vibración.
- El objeto de muchas meditaciones y prácticas yoga es alcanzar la luz y la gloria (nirvana, samadhi etc..) conscientemente cuando vivo. Cuando puedes alcanzar tal estado de "consciencia superior" muchas veces durante tu vida, aun por unos pocos segundos, te vuelves "iluminado" o "conectado". Empiezas a entender cosas que nunca has sido capaz de captar. Frecuentemente tu pasado estilo de vida no apela a ti más después que te contactas con tu ser superior. Seguir hábitos, rituales, estilos de vida de otras personas y cultivar ataduras a cosas materiales no tienen sentido. Tu Despiertas espiritualmente.

CURACION ENERGÉTICA.

- La curación energética esta basada en las tradiciones más antiguas budistas. Se dice que su origen es de la época de la dinastía Tang, el Maestro Pai Chang instruía a sus discípulos sirviéndose del ejemplo de los cuadros de ganadería. (Tradición Zen).
- Es la historia de un joven ganadero que va a la búsqueda de su toro (buey), y al principio solo es capaz de ver sus huellas, más tarde lo ve, lo doma y regresa a casa con él. Es un texto simbólico que representa nuestra búsqueda del Ser interno o espiritual, y la forma en que debemos amansar nuestra mente y ego.
- En el siglo X d..C, se le añadieron a la colección de 8 dibujos dos más, y el décimo era el que ilustraba la enseñanza de la curación energética.
- Este dibujo se llama “entrando en el mercado con las manos llenas de bienaventuranza”, este dibujo es diferente a los otros en que el joven ganadero se ha convertido en un hombre de figura corpulenta, que lleva un gran saco, el anciano representa al monje Pu Tai, del que se dice que inspiró la figura del que hoy conocemos como el Buda risueño, o de la felicidad y la abundancia.
- Su enorme barriga simboliza su inmenso Ki (Sha, en tibetano), y su enorme saco está repleto de todo lo necesario para hacer felices a los demás:
- “CON EL PECHO DESNUDO Y LOS PIES DESCALZOS ENTRO EN EL MERCADO. AUN SIN HACER MAGIA, HASTA LOS ÁRBOLES COBRAN VIDA A MI PASO,”
- Las manos bienaventuradas de los practicantes de Ki (sha), son en realidad las manos de quienes como el pequeño pastor, han encontrado y domesticado su propia energía. Lo que comenzó como una búsqueda de la salud se convierte en un proceso de autocuración, el haber aprendido a curarnos a nosotros mismos nos dota con la capacidad de poder luego ayudar a los demás.

- HISTORIA

- De la antigüedad remota al siglo XXI a. de C. :
- Las prácticas de los ejercicios del Ki, tiene más de 5.000 a. de antigüedad, aunque se han encontrado restos arqueológicos que lo sitúan en casi 10.000.
- En las antiguas prácticas comprendía movimientos similares a la danza que relajaban tendones y huesos a fin de reforzar la constitución corporal.
- El tiempo conocido como “ el periodo de Primavera y Otoño” y “el periodo de los Estados Guerreros”, se caracterizó por la disputa y la evolución cultural y científica entre las diversas líneas de pensamiento en los territorios que hoy conocemos como China, ganaron la batalla las escuelas de medicina y las de artes marciales, incluyendo en sí mismas las enseñanzas de filosofía. Ru (escuela confuciana), Shi (esc. Budista), Dao (esc. Taoísta), desarrollaron distintos enfoques, pero todas estuvieron de acuerdo en la definición del Ki o chi, y su importancia en el mantenimiento de la buena salud.
- Este periodo abarca desde el s. XXI a.c hasta el 220 d.C.
- “Soplar y escuchar la respiración, librarse del aire gastado y tomar el aire fresco. El oso y el pájaro trabajan por la vida... el cuerpo pertenece al corazón. El corazón pertenece al CHI (KI). El Chi pertenece a la mente, y la mente pertenece a la nada.
- Khang Zhuangni.

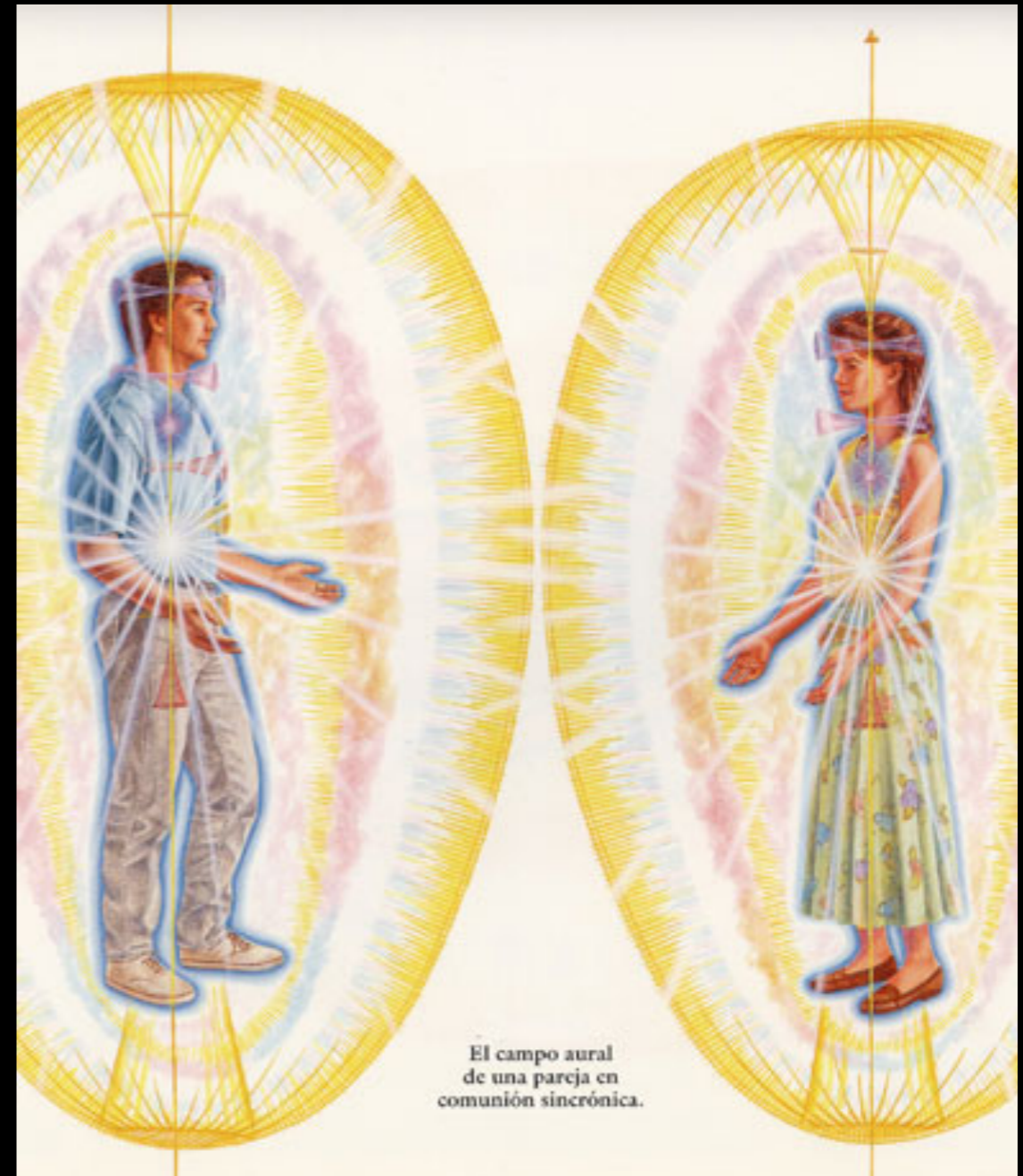
LAS CUATRO PERTENENCIAS.

- Al trabajar con el ki, debemos mantener la mente quieta y la respiración suave, delicada y profunda; debemos mantener el espíritu en nuestro interior y concentrar la mente en el abdomen inferior, (punto donde en el momento de la fecundación se desarrollo el viento de la conciencia primordial, que dio la orden de crear nuestro cuerpo a partir del canal central); así combinamos conciencia con energía vital (KI), si además le añadimos movimiento con quietud, conseguiremos las 4 pertenencias,
- La postura del cuerpo se mantiene por la limitación del deseo, la presencia de la mente se mantiene por la vacuidad y la quietud.
- Cuando la forma del cuerpo (postura) y la mente no son deficientes, habrá longevidad.
- Las claves de la salud son la calma de mente y corazón, la emoción de la felicidad y el evitar la cólera, la irritabilidad, el pesar, la tristeza o el exceso de gozo, ya que todas éstas son emociones que perturban la salud.
- Texto del Periodo de Primavera y Otoño:
- UNA PERSONA NORMAL NECESITA FELICIDAD A FIN DE MANTENER LA VITALIDAD. EL PESAR HACE QUE DESAPAREZCA LA SALUD. EL CORAZON PUEDE MANTENER LA MENTE AQUIETADA. PODEMOS MANTERNOS AQUIETADOS POR MEDIO DEL EQUILIBRIO INTERIOR.

- EL DESTINO DE UN HOMBRE NO ES LA MUERTE. LAS ACTIVIDADES SEXUALES IMPROPIAS, LA INGESTIÓN INADECUADA DE ALIMENTOS, LA INDIGENCIA O LA SOBREFATIGA, DAN ORIGEN A ENFERMEDADES Y LE MATAN.

- FLEXIONA EL BRAZO Y COLOCA TU CABEZA SOBRE ÉL MIENTRAS DUERMES.

- KONGZI (CONFUCIO).



COMPRENDER LA SANACIÓN.

- Los tres tesoros, la vitalidad, la energía y el espíritu, florecen todos los días y llenan el cuerpo, de modo que es de esperar que el gran remedio se produzca de manera natural.
- El Thangka de embriología nos explica como es posible el desarrollo de la vida humana. Existen 7 aspectos del desarrollo fisiológico del organismo, los primeros cuadernos del capítulo corresponden a las preocupaciones en la concepción humana, sus causas primarias y secundarias. Las causas primarias se refieren a la conjunción simultánea en el útero de la madre de una conciencia inclinada al renacimiento con el semen del padre y la sangre uterina (óvulo). Las causas secundarias son los 5 elementos sin los que el desarrollo físico sería imposible.
- La mente que anima al embrión está desprovista inicialmente de cualquier sentido o sensación de pertenecer a un sexo particular sin tener en cuenta su estado o condición en vidas pasadas, sin embargo si debido a inclinaciones de un karma pasado es necesario nacer como muchacho la conciencia detestará al padre y se sentirá atraído por la madre, mientras cogerá las características del semen del padre y se desarrollará en una conciencia masculina, cuando pasa lo contrario la mente siente enojo hacia la madre y atracción hacia el padre identificándose con el óvulo femenino.

- El texto sigue unos capítulos mas allá, una vez aclarados todos los procedimientos para poder curar los distintos problemas de infertilidad, como se desarrolla el cuerpo del bebe.
- El Thangka n° 10 de la interconexión de los vasos sanguíneos y los canales, nos explica que la vida se desarrolla alrededor de un punto central, en el ser humano, ese mismo punto se convertirá en la unión con el mundo de la madre, pues es la zona por donde el feto recibirá la energía vital que se manifiesta como fertilidad y supervivencia.
- Ese punto en la zona del ombligo será el hogar de una energía sutil o Lumg (viento), será el lugar donde entrara nuestra “conciencia primordial”, en el momento de la concepción y ella dirigirá las divisiones de nuestras células y nuestras tendencias kármicas al crearse nuestro cuerpo. Ya que el viento o lumg es el que dirige los movimientos, será el responsable de crear el Canal Central, por donde circularan los 5 vientos principales. Del Canal central surgirán las 4 ruedas o chakras, que van a general todas las vías internas del bebe para que éste se pueda desarrollar órgano a órgano, célula a célula.
- En el chakra llamado del corazón, se depositara la semilla de la conciencia primordial que ha renacido y ha creado el cuerpo físico del nuevo ser a partir de los materiales maternos y paternos. El Canal central inicialmente estará vacío de materia, sustancias o líquidos, pero lleno de inteligencia cósmica, que desarrollara el Viento sostenedor de la vida, que impulsara la creación de los otros dos canales.
- Una vez se desarrollan los tres canales la circulación de la “conciencia primordial” por el Canal central hará descender por debajo del ombligo la sustancia blanca de papá y la roja de mamá, juntándose a tres dedos por debajo del ombligo, el Canal derecho y el Canal izquierdo con el Canal central, dando la orden de generar los órganos, los vasos menores (venas), los vasos Mayores (arterias), la carne, las esencias de los fluidos reproductores.

- CANAL ROJO O DERECHO (LASANA)
- Humor: tripa. Veneno: odio, rabia.
- Femenino y solar, lado derecho del cuerpo. Regula todo lo que este relacionado con el fuego , la circulación sanguínea, el proceso de alimentación de los órganos, venas y arterias. Es por este motivo que las mujeres deben posicionar su mano derecha encima del ombligo primero y luego la izquierda en los ejercicios de Chi, y los hombres al revés.
- CANAL NEGRO O CENTRAL (ABADUPTI)
- Humor: lung. Veneno el apego, el deseo.
- Neutro, movimiento, aire, es el jinete de la mente, órdenes al cerebro y al resto del cuerpo. Sistema nervioso.
- CANAL BLANCO O IZQUIERDO (LALANA)
- Humor: peken. Veneno: la estrechez mental, la ofuscación.
- Masculino, lunar, lado izquierdo del cuerpo, tierra y agua, rige los líquidos y fluidos del cuerpo, el sistema nervioso como órgano, el semen, la lubricación de articulaciones, boca,...etc. Huesos, el cerebro.

- SONKAWA dentro de los textos afirma: el cerebro que se encuentra por encima del final de la extremidad superior del canal izquierdo es como un gran océano y es la fuente que nutre todo el sistema nervioso y desde el cerebro como un tallo desciende este canal del fluido, que es el canal principal de los nervios. El canal izquierdo o canal blanco o lalana es el fluido de los nervios, el canal derecho o rojo o lasana es la vena cava que todo lo nutre. El canal central por el cual fluye la parte pura de la conciencia sería el vaso negro del viento o arteria aorta, imaginemos que el cuerpo es un todo vacío, lo primero que veremos en el creándose recto como una flecha y siguiéndole en paralelo a derecha e izquierda lasana y lalana, para luego entrecruzarse en un mágico baile de los cuales saldrán cuatro ruedas como puntos de reunión desde donde los canales se ramificara para cumplir su precioso encargo , el cuerpo humano.
- Reponer el ki o el la.
- El cordón umbilical que sustenta el intercambio de vida entre la madre y el hijo, al ser cortado en el momento de nacer, se reorganiza para crear el ombligo del recién nacido, creando un almacén de ki, tal como lo fue el útero de la madre. Este almacén esta situado a 3 cm. Por debajo del ombligo y a una tercera parte de profundidad. Ha ese lugar le llamamos dan dyen.
- El primer paso para la posible curación es asegurarse que este depósito interno esta lleno.
- Para diagnosticarlo, colocaremos el pulgar encima del ombligo de la persona y le pediremos que respire relajadamente centrando su atención en ese punto, si a los pocos minutos aparece un pulso incluso visible, la energía esta bien, si no es visible pero lo sentimos latir en la yema, también es óptimo, pero si no hay pulso, deberemos recargar la energía.

- LAS 5 ENERGIAS

- Las fuerzas del universo se mueven hacía afuera y hacia adentro, se elevan, descienden y giran, el estudio de estas energías es muy importante puesto que todo lo creado, todo lo que existe fuera y dentro de nosotros esta constituido de esas fuerzas o energías.

- Así la enfermedad y la salud están formadas de estas mismas energías de su equilibrio o desequilibrio y lucha, aparecerá la enfermedad y la vejez.

- METAL (Deriva de tierra)

- Es la forma mas densa de la materia, su movimiento es la circulación de la energía hacia dentro. La energía del metal tiene la cualidad magnética de atraer otras energías y unir sus fuerzas.

- Fase de la Luna: menguante.

- Estación: Otoño, cuando la naturaleza se recoge.

- Órgano: Pulmones.

- Órgano complementario: Los huesos

- Color: Blanco

- Su función restablecer el flujo natural de las cosas.

- Ayuda a sanar: lesiones y trastornos internos que causan dispersión de ki, se detecta porque la zona se vacía de sangre y queda fría.

- AGUA :
- La energía del agua es descendente, es el estado en que las cosas alcanzan su máximo reposo.
- Es la energía de la regeneración. El agua determina la base de nuestra constitución, dándonos la fuerza de existir, crecer, actuar y reproducirnos, es la fuerza de voluntad y la motivación.
- Fase de la Luna: nueva.
- Estación : invierno. Quieto, oculto, a la espera de renacer.
- Órgano: Riñones
- Órgano complementario : La sangre
- Color: Azul o Negro
- Su función es inducir al movimiento de descenso y descongestionar.
- Ayuda en la sanación a reducir las hinchazones, los edemas y el dolor.

- MADERA: (Aire)
- Simboliza la energía que se extiende hacia a fuera, como un árbol. La energía de madera nos mantiene fuertes pero flexibles, hace que estemos en armonía con nuestro entorno y asegura el equilibrio de nuestras funciones internas.
- Fase Lunar: creciente.
- Estación: primavera. Es el ciclo en que las cosas emergen y empiezan a crecer.
- Órgano: Hígado
- Órgano complementario: Nervios y músculos
- Color: Verde
- Su función es desbloquear, y dispersar la energía obstruida.

- FUEGO:
- El fuego interior es el que sostiene los procesos químicos y biológicos. Su movimiento es hacia arriba, como los fuegos artificiales, pero también penetra hacia dentro. Es la energía que aumenta la fuerza emocional, mental y espiritual de todos los órganos, sin el fuego estaríamos fríos y careceríamos de fuerza. Es la energía que nos da la conciencia, la capacidad de disfrutar de la vida y la fuerza de encauzar nuestra existencia, nos conecta con el universo y con los demás seres.
- Símbolo: del calor humano y nos permite compartir, comunicar y sentir compasión.
- Fase Lunar: Llena.
- Estación: verano. Plenitud y maduración.
- Órgano: Corazón
- Órgano complementario: Calor
- Color: Rojo
- Su función es eliminar toxinas del cuerpo y devolver el calor interior.

- TIERRA :
- Su movimiento es lateral y circular, como el movimiento de rotación y traslación de la tierra. Es la energía del apoyo, la resistencia, amortiguadora, y adaptativa a los cambios. Es la paciencia, la protección amorosa y la vivificadora.
- Fase Lunar: Antes de menguar y antes de crecer, el punto en que esta más cerca o mas lejos de la tierra.
- Estación: Intermedia, el momento que prepara para el cambio.
- Órgano: Bazo
- Órgano complementario: La carne
- Color: Amarillo
- Relaja el cuerpo y la mente, se utiliza a menudo para iniciar o concluir una sesión.

LA TÉCNICA DE LA SANACIÓN.

- Hay técnicas de sanación y de autosanación, pero no solo es una forma de curar enfermedades es también toda una técnica de desarrollo y crecimiento personal y espiritual, ya que si nos dedicamos a ella por los demás, la propia técnica nos exige nuestra salud y bienaventuranza como el Buda de los retratos de ganadería.
- Debido a que no es un tratado sino tan solo un artículo reduciremos las enseñanzas solo a las asociadas al masaje ya que estas no necesitan de una enseñanza tan directa de maestro a alumno como las otras practicas más energéticas y espirituales
- **MASAJE CURATIVO DEL METAL**
- El primer tipo de movimiento del metal es: movimientos lineales rectos e uniformes, si el espacio nos lo permite haremos el masaje con la mano abierta, utilizando los dedos, si la zona es estrecha, utilizaremos solo la yema de los dedos o el pulgar. Siempre en dirección hacia el centro como si fueran los radios de una bicicleta.
- El segundo sistema: trazaremos circulos diminutos a lo largo del perimetro de la zona dañada, cubriendo poco a poco el area hasta llegar al centro.
- Nota: si el paciente es muy fuerte y no siente dolor intenso en la zona afectada, puedes hacer el masaje presionando un poco, si la persona es debil, haremos movimientos suaves en la superficie de la piel.
- El tercer sistema: cogemos energía con las manos cargándolas de ki, y luego trazaremos circulos en forma de espiral alrededor del ombligo, con ello equilibraremos la energía metal de todo el cuerpo asi como las emociones del mismo elemento.

- MASAJE CURATIVO DEL AGUA

- Hay tres tipos de movimientos en el masaje de Agua. Si trabajamos sobre una parte del cuerpo, la sujetaremos con una mano y con la otra daremos el masaje; pero si trabajamos la espalda u otras zonas de mayor tamaño, colocaremos las dos manos.
- La primera técnica consiste en : Con la palma de la mano sobre la zona afectada crearemos un efecto vibratorio, con la mano firme sobre el cuerpo dejando que esta tiemble de manera natural o sacudiéndola, intentando repetir el efecto de ondas en un estanque, de modo que las vibraciones se transmitan a la carne, huesos y nervios.
- La segunda técnica: Crearemos el mismo efecto pero solo utilizando el dedo pulgar. Habrá que tener en cuenta que el paciente no sienta demasiado dolor, ya que el dedo cubre una zona mas reducida .
- La tercera técnica : Ejerceremos presión alrededor del punto dañado con la ayuda de toda la mano; si trabajamos sobre las extremidades apoyaremos la palma de la mano y presionaremos vibratoriamente con los dedos en garra. La intención es que la energía penetre en la zona y descienda lo mas profundamente posible.
- La cuarta técnica: descender desde la cabeza a los pies la energía por delante, los lados y la espalda, después de haber cargado nuestras manos de energía Ki. Así equilibraremos cualquier desarreglo de la misma en el cuerpo y en las emociones.

- **MASAJE CURATIVO DE MADERA**

- La energía de la madera la utilizaremos para ayudar a restablecer el flujo de ki dispersando las obstrucciones.
- Para aplicar este masaje necesitaremos de las dos manos, el propósito dispersar las obstrucciones, los movimientos los realizaremos desde el área afectada hacia fuera.
- Colocaremos la mano abierta sobre la zona y empujaremos hacia fuera a partir de un punto central, recordando al dibujo que realizan los niños de los rayos de sol.
- Si la zona es pequeña, por ejemplo un brazo con una mano sujetaremos el brazo y con el pulgar dibujaremos los rayos solares.
- Tendremos en cuenta esta energía porque también tiene el poder de arrastrar otras energías que puedan estar obstruyendo la zona.

- **MASAJE CURATIVO DE FUEGO**

- Es muy importante preparar las manos para la curación, con la bola de ki, golpes y frotación, para lograr que nuestras palmas desprendan mucho calor, de lo contrario no lograremos extraer las toxinas del organismo.
- Una vez preparadas las manos, colocaremos una mano firmemente sobre la zona afectada y presionaremos para que el calor penetre profundamente, mientras con la otra mano sujetaremos la zona opuesta. Y retiraremos la mano con un movimiento rápido, de golpe, como si arrancáramos algo, repetiremos varias veces, calentando cada vez.

- MASAJE CURATIVO DE TIERRA

- Este masaje tiene dos técnicas, puedes utilizar la que desees o combinar las dos.
- Comenzaremos cualquier curación con este movimiento y finalizaremos con el.
- La primera técnica: Aplicaremos movimientos lentos, uniformes y circulares, en la zona dolorida o enferma, y extendiendo el masaje unos cuantos centímetros más de perímetro, el sentido de los círculos será intuitivo, podemos girar en el sentido de las agujas del reloj o al contrario.
- Utilizaremos la mano abierta y los dedos para realizar el masaje. Debe producir en todo momento una sensación agradable, calmante y tranquilizadora.
- La segunda técnica: Friccionaremos con la mano de un lado a otro, como si quitáramos el polvo a una superficie plana, para ello utilizaremos la mano como un plumero, apoyando las sensaciones en las yemas de los dedos.
- Debemos evitar las cosquillas, ya que debe ser agradable, relajante y tranquilizador.

La Ciencia de la Naturaleza.

www.naturalezacosmica.blogspot.com.es