

MUDRAS y CIERRES DE PROTECCION PERSONAL

Podemos conseguir la elevación espiritual, la sanación física, la sanación emocional y hasta protegernos de las energías agresivas, canalizando la energía a través de nuestro cuerpo mediante unos **gestos corporales** muy usados en el **Hatha yoga** que es un tipo de yoga conocido por su práctica de asanas o posturas corporales.

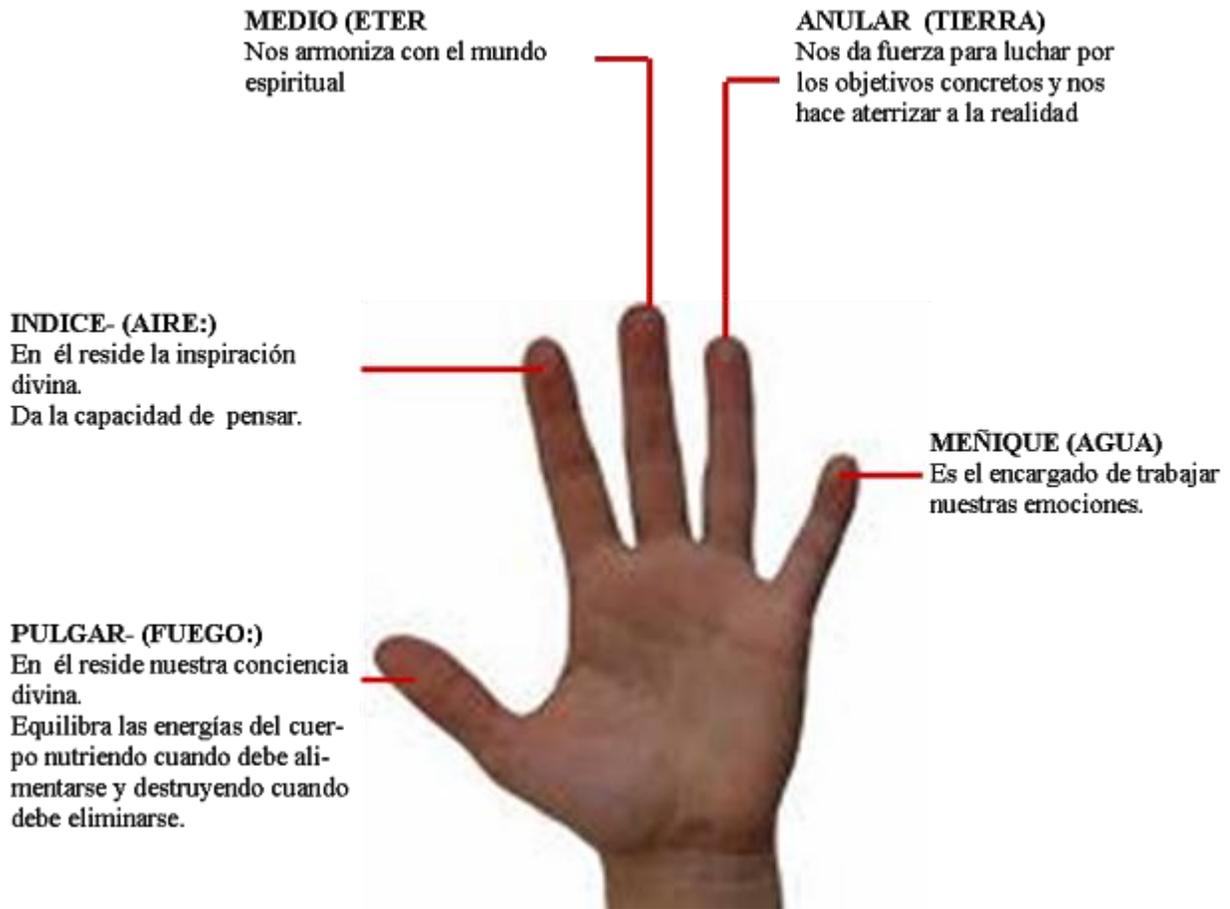
Estos gestos son conocidos con el nombre de **mudras**

Hay mudras muy poderosos que sólo requieren de nuestras manos para que alcancemos nuestros objetivos.

Con ellos podemos conseguir grandes mejoras en nuestro cuerpo, alivio a casi cualquier dolencia incluida un ataque el corazón..

Se forman con los dedos de las manos, que como se describe en la siguiente imagen cada uno tiene su propiedad particular.

LOS DEDOS DE LAS MANOS y SUS PROPIEDADES



Nuestro cuerpo se compone de cinco (5) elementos: Fuego, Aire, Éter, Tierra y Agua.

Estos cinco elementos están representados en los cinco dedos de la mano.

El pulgar indica el fuego, el dedo índice denota el aire, el dedo medio denota el éter, el dedo anular representa la tierra, y el dedo meñique representa el agua.

Mientras estos cinco elementos están en equilibrio en nuestro cuerpo, crean armonía y la salud. Cualquier desequilibrio en estos cinco elementos conduce a la enfermedad.

Por ejemplo, el aumento del elemento fuego en el cuerpo aumenta el calor en el mismo.

El aumento en el elemento aire conduce diversos dolores en el cuerpo.

El aumento del éter dará lugar a muchos problemas del oído, el aumento del Colesterol, etc.

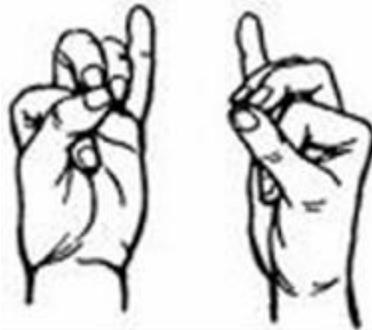
Mientras que aumentan en el elemento agua produce edemas.

Del mismo modo, cualquier disminución de estos elementos dará lugar a otro tipo de enfermedades.

Mediante el uso los cinco dedos en varias posiciones, podemos restablecer el equilibrio entre estos cinco elementos y por lo tanto podemos mantenernos libres de enfermedades.

Veamos algunos de los más conocidos:

PARA LOS PROBLEMAS CARDÍACOS.



Mrit sanjivini mudra

Se forma con el dedo índice tocando la base del dedo pulgar y el dedo pulgar unido al dedo anular y al dedo corazón. En el caso de un fuerte ataque al corazón se puede utilizar como primeros auxilios, este Mudra provee descanso instantáneo en pocos segundos.

Se conoce con el nombre de **Mrit Sanjivini Mudra**

Cuando hacemos **Mrit Sanjivini Mudra**, hemos hecho lo siguiente:

♣ Al doblar el dedo índice, hemos reducido el elemento aire, que de inmediato alivia el dolor en el corazón.

♣ Al tocar la punta de los dedos del pulgar, dedo medio y anular, hemos aumentado el elemento fuego (calor), el éter y el elemento tierra.

Al aumentar el calor en el cuerpo, las impurezas en la sangre están siendo eliminadas (sabemos que el calor corporal elimina impurezas), mediante el aumento del elemento éter, ofrecemos más de oxígeno a las arterias del corazón, y con el aumento de elemento tierra, hemos aumentado la potencia muscular del corazón.

Es decir, con una simple manipulación de los dedos, podemos salvarnos de los rigores de un ataque al corazón. El paciente puede ser trasladado a un hospital, sin causar ningún daño al corazón. Hacer Mrit

Sanjivini Mudra en el caso de un ataque al corazón es como un tratamiento de emergencia muy eficaz. Mrit Sanjivini Mudra es útil para un gran número de otros casos, como:

- ◆ Si se hace regularmente durante 45 minutos al día en tres tramos de 15 minutos cada uno en la mañana, tarde y noche, es capaz de resolver muchos problemas de enfermedades del corazón. Hacer este Mudra aliviará la arteriosclerosis del corazón, y por lo tanto fortalece los músculos del corazón y quita obstrucciones en las arterias.
- ◆ Se alivia la angina de inmediato
- ◆ Normaliza la presión sanguínea, por lo que se recomienda tanto para alta como baja presión arterial, ya que estimula el sistema circulatorio.
- ◆ En el caso de palpitaciones o pulso débil, este Mudra normaliza la frecuencia del pulso inmediatamente.
- ◆ También reduce el nerviosismo, ya que aquieta / calma el sistema nervioso.
- ◆ Ayuda en el alivio de la acidez, formación de gases, eructos, , y fortalece el sistema digestivo. Resuelve todas las enfermedades de los intestinos, cólicos, colitis, etc;
- ◆ Es muy eficaz en enfermedades respiratorias como el asma. Este Mudra, mediante la limpieza del sistema circulatorio de la sangre, ayuda a los pulmones también en su funcionamiento. Las personas que sufren de dificultad para respirar al subir escaleras o caminar rápido debe hacer este Mudra durante unos 10 minutos antes de subir escaleras
- ◆ Del mismo modo, las personas que sufren de artrosis y dolor en las rodillas pueden hacer este Mudra durante 10 minutos antes de subir las escaleras; se sentirán aliviados de dolor.
- ◆ También es muy eficaz para curar la migraña. La migraña o dolor de cabeza se debe principalmente a la digestión débil o nervios excitados. Como ya se mencionó, este Mudra tranquiliza el sistema nervioso y fortalece el sistema digestivo por lo que, deja sin causa a la migraña.
- ◆ Cura el insomnio al calmar el sistema nervioso.
- ◆ Alivia el dolor de muelas también, y cura el hipo.
- ◆ Elimina todas las emociones negativas de la mente, y toda la presión negativa del cuerpo.
- ◆ Es útil también en la artritis

Por lo tanto Mrit Sanjivini Mudra es muy útil en nuestra vida diaria.

Se debe practicar durante 45 minutos al día - en 3 fases de 15 minutos cada una. Si se practica con regularidad durante un largo

período de tiempo, es capaz de curar todas las enfermedades del corazón.

PARA PROBLEMAS URINARIOS



Apan Mudra

Se forma con el dedo medio y anular tocando al pulgar. Los dedos índice y meñique quedan estirados.

Para los problemas urinarios. Es el mudra del **drenaje** pues facilita la descarga de todo material de desecho de nuestro cuerpo, purificándolo y limpiándolo.

Se conoce como **Apan Mudra**.

PARA LOS PROBLEMAS DE LA VISTA



Pran Mudra

Se forma con los dedos meñique, anular y pulgar tocándose en sus puntas.

Mejora la vitalidad de la vista y de todo el cuerpo. Se considera como un verdadero **Banco de energía**.

Se conoce como **Pran Mudra**.

PARA LAS INFECCIONES.



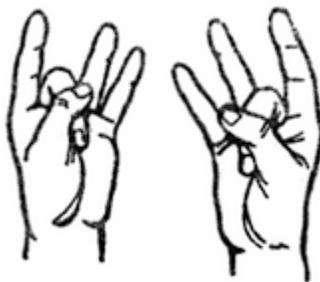
Ling Mudra

Se forma con los dedos de cada mano que se entrecruza con la mano contraria.

Para los problemas pulmonares, de las vías respiratorias e infecciones incurables en cualquier parte del cuerpo.

Se conoce como **Ling Mudra**.

PARA LOS DOLORES DE OÍDOS.



Zunya Mudra

Se forma con el dedo medio que se cruza por debajo del dedo pulgar.
Cura los dolores de oído en pocos segundos

Se conoce como **Zunya Mudra**

PARA LOS PLANOS FISICO, MENTAL, EMOCIONAL y ESPIRITUAL.



Se forma uniendo las manos por encima de la cabeza con los brazos levantados . Es importante que las manos estén por encima del nivel de la cabeza para que el mudra tenga su máxima expresión. Este mudra actúa en los cuatro planos: En lo físico, fortalece el sistema inmunológico y aporta fuerza y vitalidad.

En lo mental, armoniza los dos hemisferios cerebrales aquietando la mente y los pensamientos.

En lo emocional, nos libera de las cargas emocionales pesadas. En lo espiritual , nos conecta con las fuerzas divinas. Es ideal para pedir cualquier tipo de deseo a la divinidad.

Se conoce como **ATMANJALI MUDRA**

LIMPIEZA y CIERRES DE PROTECCIÓN.

Este es el procedimiento para limpiar instantáneamente la energía o el aura de una persona o de un objeto y al mismo tiempo protegerlo y resguardarlo de agresiones externas que amenacen con destruirlos.

Utilizamos signos con las manos para limpiar y luego encapsulamos el ambiente limpio en una corteza de luz o círculo de protección.

El efecto es visible en los mundos internos o a los ojos de un clarividente.

Se forma una piel o cascara en la parte externa del aura de la persona o del recinto de una luz aparentemente tenue y brillo acuoso que repele el ingreso de energías negativas físicas, mentales y astrales...

El hombre actual es un ser divino, sumergido en un sueño profundo, desconoce casi por completo todo lo que puede hacer, tiene adormecidos sus sentidos internos e inactivas y deformadas sus fuentes principales de energía psíquica, física y astral. En estas condiciones es imposible captar visual, auditiva o sensorialmente un fenómeno supranormal, por llamarlo de algún modo.

El efecto inmediato del trabajo espiritual es el renacimiento de los poderes latentes en la persona y el despertar integral de sus sentidos físicos y de los cuerpos superiores.

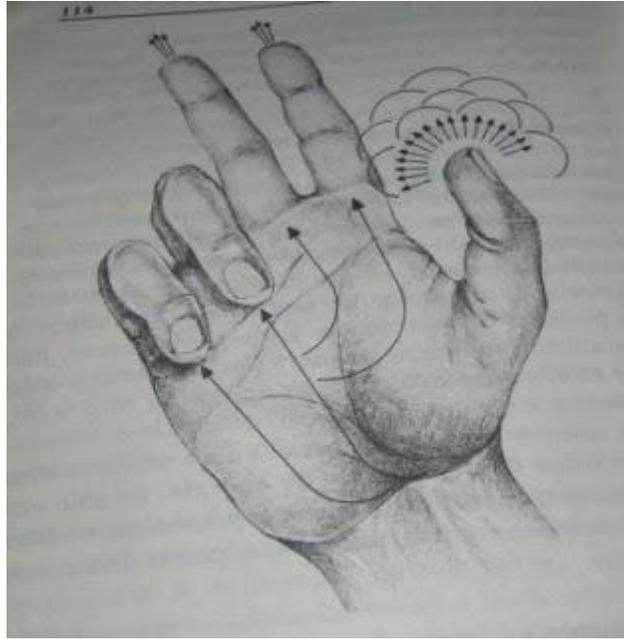
Cuando se logre tal estado de conciencia y sensibilidad, entonces se podrán ver claramente el aura, el efecto del cierre de protección, las energías que viajan por el astral, las formas que adoptan las palabras y los sonidos en esta y otras dimensiones; también se ampliará nuestro campo de experiencia directa, veremos otros aspectos de los seres y de las cosas, antes desconocidos para nosotros, descubriremos nuevos colores y sensaciones y seremos conscientes de la presencia del Cristo interno en todas las criaturas que conviven con nosotros.

¿Por qué debemos proteger a los que viven con nosotros, al recinto donde vivimos y a nosotros mismos? Todos nosotros, nuestros hogares, nuestra casa, hijos, pareja, familia, etc. estamos continuamente expuestos a la influencia nociva de las energías negativas desencadenadas en el mundo actual: los errores psicológicos de la humanidad, el manejo descuidado y equivocado de las energías internas, los efluvios dañinos de seres malvados con poder, las agresiones de los que están descontentos con nuestro pequeño éxito, los resentimientos, etc. La reunión de todo lo anterior crea en los mundos internos corrientes energéticas horribles que hacen mucho daño a la humanidad.

Aunque no se tenga el suficiente desarrollo para visualizar el efecto del cierre de protección, éste crea una fuerza protectora que circunda el aura exterior de las personas y los recintos, evitando de esta forma la adhesión de larvas astrales, corrientes negativas y demás fluidos ya mencionados.

CIERRES.

Las manos son **receptoras y transmisoras** de energías. Desde todos los extremos de su superficie se recogen y emiten corrientes energéticas continuamente...



El hombre siempre ha sido consciente de esta propiedad natural. Es por eso que a lo largo de la historia los grandes guías espirituales han utilizado la posición de sus manos y, de cierta forma, han canalizado su fuerza creadora para impartir y ordenar el mensaje divulgado.

Las manos, por tanto, también se utilizan como elementos indispensables de energía, no sólo emiten sino que también marcan y señalan en otras dimensiones figuras trazadas a partir de su movimiento. Los cierres de protección, se hacen generalmente con las manos, valiéndose de la expulsión energética de fuerza que se presenta a nivel de los dedos, así

Ver figura anterior.

Dedo índice y corazón.

Despiden energías concentrada en línea recta, en la misma dirección de los dedos.

Dedo pulgar.

Despide energía en forma de ondas en la misma dirección de la curvatura propia de su extremo.

Dedos anular y meñique.

Recogen energía y la ciclan de la misma manera como lo hace una aspiradora.

Las diferentes posiciones de las manos o **mudras** predisponen el aura para el momento del cierre de protección. Esto sumado a una concentración apropiada, asegura el éxito de esta práctica que no dura

mas de 30 segundos pero que es importantísima para la defensa y la supervivencia..

CIERRE DE PROTECCIÓN PERSONAL

Dedos pulgar, índice y corazón extendidos, firmes y rectos.

Dedos anular y meñique doblándose hacia adentro. Como se indica en la presente figura.



1- Llevar la mano derecha a la frente.

Decir: ***En el nombre del padre.***

(Decir esto significa someterse a la voluntad del Señor del Universo. Entregarse en manos del Padre Celestial).

2- Llevar la misma mano a la altura del ombligo.

Decir: ***En el nombre del Hijo.***

(mentalizar el cristo interno de nuestro corazón)

3- Llevar la misma mano el hombro izquierdo y después al derecho.

Decir: ***En el nombre del Espíritu Santo. Es.***

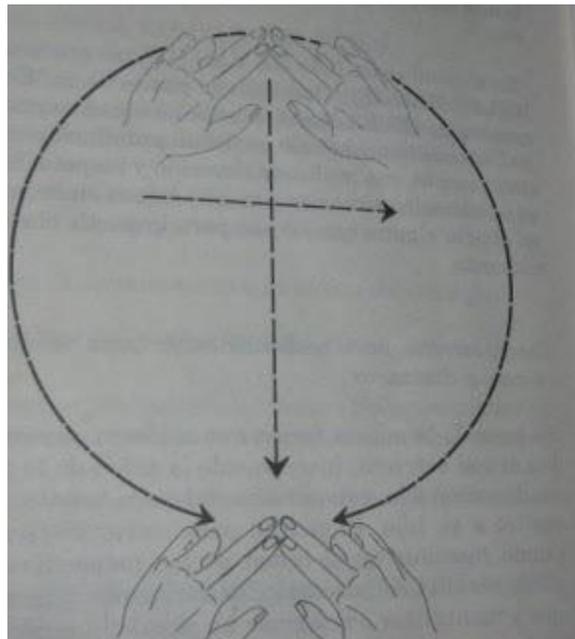
(Mentalizar las energías internas circulando por todo el cuerpo, tal como lo hace la sangre.

4- Cerrar la cruz anterior con un círculo que parta del hombro derecho se dirija hacia la cabeza, que luego baje al hombro izquierdo, continúe bajando hacia la cintura y cierre el círculo dirigiéndose hacia la frente pasando por segunda vez por el hombro derecho, mientras se pronuncia: ***En el nombre de IOD HE VAU HE***” (se pronuncia: IOD JE VAU JE). Este el nombre sagrado de Dios en idioma hebreo que se debe pronunciar conscientemente, con profunda devoción y respeto, nunca en casos innecesarios y mucho menos en broma o en charla alguna que no sea para impartir el conocimiento.

Cierre externo, para realizarlo sobre otras personas, cerca o a distancia.

Se hace de la misma forma que el cierre personal, inscribiendo la señal de la cruz en dirección a la otra persona, tal como bendice una madre a su hijo. El círculo para cerrar la cruz se puede inscribir en el orden de las manecillas del reloj.

CIERRE DE UN RECINTO



Se localizan los cuatro puntos cardinales, en los límites del recinto e iniciando por el norte se hace el mismo cierre externo aplicado en el punto anterior. Se repite tres veces en cada punto cardinal apuntando los dedos hacia la pared, división o límite físico del recinto y se cierra o protege con un círculo de la siguiente forma.

Colocar los dedos de las dos manos en la misma posición que se indicó inicialmente, apuntando hacia la pared o límite, hacer contacto con la punta de los dos dedos en la parte superior de la cruz anteriormente inscrita, cerrarla hacia abajo y hacer contacto con las puntas de los dedos en la parte inferior.

Decir mientras tanto: ***En el nombre de IOD HE VAU HE...***

MUDRA y MANTRAM PARA PROGERNOS y

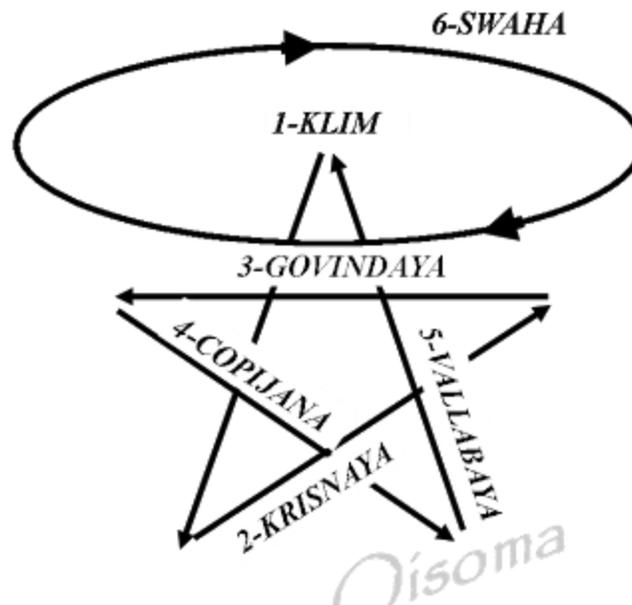
DEFENDERNOS DE LAS FUERZAS DE LA OSCURIDAD.

La protección que veremos a continuación es la combinación de mudra y mantram que nos protegerá de todo,,, y **VERDADERAMENTE QUE PROTEGE!!** Con ella podemos protegernos en todo momento para que siempre estemos conscientes de las cosas que hacemos y que nos rodean..

Cuando estemos en el taxi y hayamos olvidado protegernos en la mañana, no importa si lo hacemos moviendo el dedo dentro de la mano para que nadie se de cuenta, la cosa es que lo hagamos y pronunciamos las palabras del mantram.

Con el dedo pulgar, el índice y el del corazón de la mano derecha (o dominante) extendidos y el anular y meñique recogidos y apuntando hacia el frente; a la altura del tercer ojo se empezará a dibujar una estrella gigante de 5 puntas junto con un círculo protector que la envuelva, tal como se muestra en la imagen.

Sigue la imagen paso a paso.



Desde la altura del tercer ojo apuntando hacia adelante con los dedos como explicamos bajas hasta la altura paralela a la cadera izquierda diciendo : (1) **KLIM.**

Luego subes el brazo apuntando con el dedo hasta la altura paralela al hombro derecho diciendo: (2) **KRISHNAYA.**

Luego mueve tu brazo en línea recta con dirección hasta el otro hombro izquierdo diciendo: **(3) GOVINDAYA,**

Baja el brazo hasta la altura paralela a tu cadera derecha diciendo: **(4) COPIJANA,**

Vuelve a subir el brazo hasta el lugar donde empezaste todo (al frente de tu tercer ojo) y dices mientras subes: **(5) VALLABHAYA.**

Finalmente desde esa posición harás un círculo hacia la derecha como poniéndote una capa en las espaldas, este círculo debe dar la vuelta y rodear la cabeza como si se tratara de un lazo de vaquero. Y finalmente termina donde iniciaste todo mientras dices: **(6) SWAHA .**

Cuando pronunciamos **KLIM** provocamos un flujo de **energía crística**, que instantáneamente **desciende del mundo del Logos Solar** para protegernos abriéndose hacia abajo una puerta misteriosa. Pronunciar **“Krisnaya, Govindaya, Copijana”** hace que la energía crística que descende en ese momento se impregne en aquel que lo recita.

Cuando decimos **“Vallabaya, Swha ”** (se pronuncia **suaja**) **irradiamos** con tremenda fuerza la energía crística que hemos recibido y nos defendemos de las fuerzas de la oscuridad. Esta protección es efectiva para "limpiar" aquellos recintos donde habitan presencias maléficas o existe influencia de fuerzas astrales dañinas que perturban a los residentes, pues los tenebrosos ante la simple pronunciación del mantran y el trazo de la estrella en el ambiente huyen despavoridos.

