

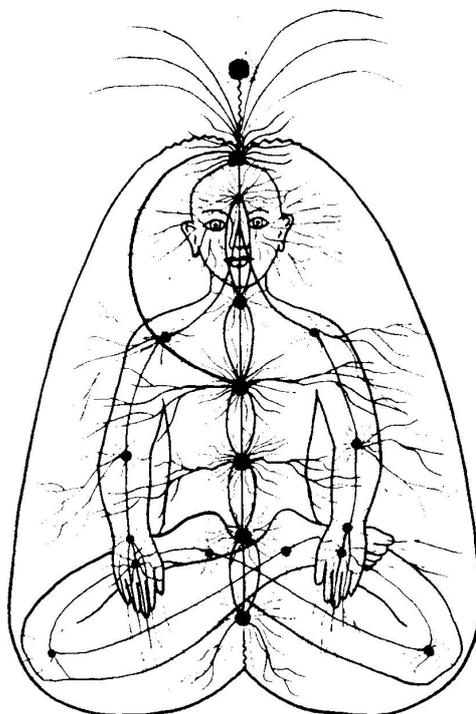
2º CICLO

LIÇÃO 1

ESTUDO E INICIAÇÃO DO CAMPO FÍSICO:

OS CANAIS DE ENERGIA (1ª PARTE)

Integrando os **chakras**, distribui-se por todo o corpo sutil (**prāṇamāyākośa**) uma rede de 72 mil **nāḍīs**. A captação das energias nutridoras dos **chakras** é efetivada, pela rede de finos canais de matéria energética sutil, chamados pelos iogues de **nāḍīs**, que dão ao corpo sutil a aparência de uma grade colorida. Os **nāḍīs** são, portanto, os condutores da força vital (**prāṇa**). Dos 72 mil **nāḍīs**, apenas quatorze são importantes, pois estão ligados diretamente ao funcionamento dos **chakras** e à fisiologia do corpo físico. Dentre os quatorze **nāḍīs** maiores, três são de alcance fundamental: **Suṣumnā**, **Piṅgalā** e **Idā**, sendo que todos os **nāḍīs** estão subordinados ao canal central, **Suṣumnā**, do **chakra** básico para o **chakra** coronário. Movimentamos a energia vital (**prāṇa**) por esses canais com o auxílio da mente, da respiração e da massagem nos pontos **marma**. É através da respiração que recebemos a maior quantidade de **prāṇa**. Por isso, nossas narinas devem estar sempre desbloqueadas e lubrificadas. Além da energia que absorvemos através da respiração, captamos força telúrica (terra) pelo **mūlādhāra chakra** e força cósmica (astros) pelo **sahasrāra chakra**. Essas duas correntes devem ser amalgamadas e equilibradas pelo **prāṇa** da respiração para que se alcance a iluminação. Na fisiologia sutil yogue, os **nāḍīs** do corpo físico ou **nāḍīs** grosseiros são os nervos, os canais linfáticos, as veias e artérias.

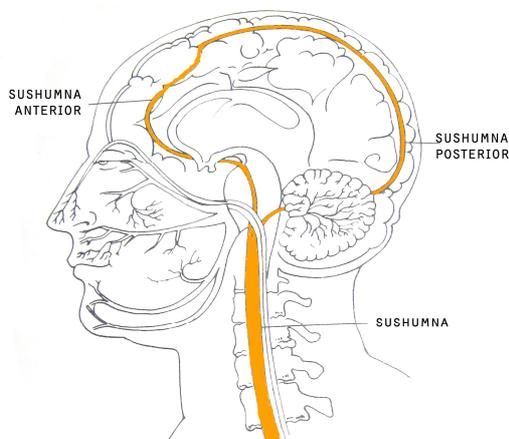
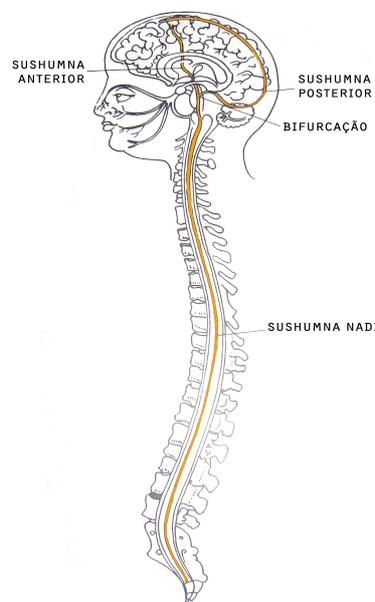


A energia universal, através dos **chakras**, se densifica quando viaja para dentro de nossos corpos, utilizando-se dos **nāḍīs** e pontos **marma**, transformando-se nos pontos e nos

meridianos da acupuntura de forma que, todos os desequilíbrios somatizados no corpo físico podem ser detectados, através dos **chakras** antes mesmo deles começarem a existir.

SUŞUMNĀ NĀḌĪ

Nasce na base da coluna vertebral (períneo), numa região denominada de **kanda** e vai até o **Adhipati marma**, no topo da cabeça, estendendo-se ao **Sthapani marma**, transmitindo energia para o sistema nervoso central e dando tônus à coluna vertebral. Após ultrapassar o palato mole, na base do crânio, este **nāḍī** se bifurca em um canal que segue ao centro da cabeça unindo-se ao **ājñā chakra**, enquanto outra porção se abre por trás da cabeça alcançando o **sahasrāra chakra**. Os dois ramais se juntam na região entre os hemisférios cerebrais chamada de **Brahmā Randhra**.

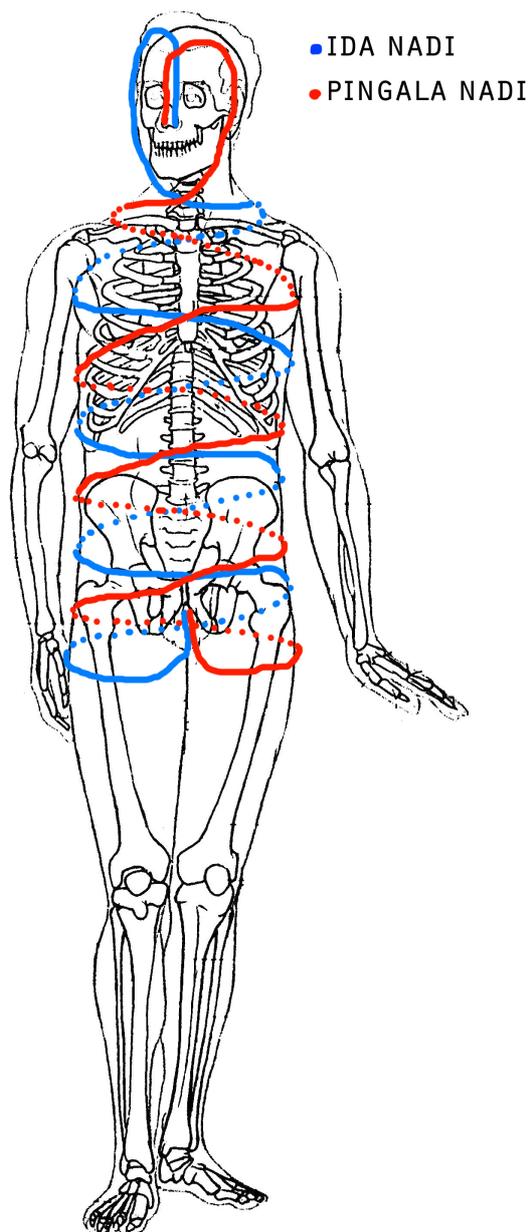


Compondo **Suśumnā nāḍī**, encontram-se dentro do canal medular outras três **nāḍīs** – **Vajrā** e **Chitrā**, que se enrolam em torno de **Brahmā**, o canal central por onde ascende a força **kuṇḍalinī**. **Vajrā nāḍī** é de natureza ativa, construtiva, quente e solar, **Chitrā nāḍī** é de natureza receptiva, imaginativa, fria e lunar, enquanto **Brahmā nāḍī** é de natureza vazia.

Kanda significa "bulbo em forma de ovo". Situado entre o ânus e os genitais, é o ponto de origem de todas as **nāḍīs**. Seu tamanho varia de 15 a 21 cm de comprimento 7 cm de largura, conforme as proporções corporais de cada pessoa, alcançando o ponto logo abaixo do umbigo (**nābhi**), correspondente ao **hara** dos japoneses.

IDĀ NĀḌĪ (lado esquerdo)

Vai da narina esquerda em direção ao **ājñā chakra** num movimento em espiral sinistrógiro (anti-horário), rodeando os **chakras**, estendendo-se até a base da coluna (**kanda**), chegando ao **mūlādhāra chakra** pela direita. Sua natureza é fria, calmante, receptiva e negativa (lunar). Sua cor branca azulada ativa o hemisfério cerebral direito (não-verbal), estimulando as emoções, as sensações e a imaginação. De certa forma, está ligado ao sistema nervoso autônomo parassimpático e, por esta razão, à recarga do corpo com energia através do repouso, do sono e dos sonhos e fazendo a reposição de água nos tecidos corporais.



PIṄGALĀ NĀḌĪ (lado direito)

Vai da narina direita em direção ao **ājñā chakra** num movimento em espiral dextrógiro (horário), rodeando os **chakras**, estendendo-se até a base da coluna, chegando ao **mūlādhāra chakra** pela esquerda. Sua natureza é quente, estimulante, criativa e positiva (solar). Sua cor vermelha ativa o hemisfério cerebral esquerdo (verbal) estimulando o raciocínio, a organização, a realização e atitude. Influencia o sistema nervoso autônomo simpático e, sendo assim, a descarga energética do corpo através da ativação da circulação, da locomoção e do estado de alerta e agitando o fogo dos tecidos corporais.

Os três canais – **Idā, Piṅgalā e Suṣumnā nādi** – encontram-se em dois pontos chamados de **trivenī** (três correntes). O primeiro, no **mūlādhāra chakra**, chamado de **yukta-trivenī** (**yukta** = atento, aplicado, dedicado, dotado, justo, harmonizado), significando que o discípulo, tendo harmonizado e equilibrado a energia de **Idā** e **Piṅgalā** (mundo fenomênico e impermanente), através da aplicação no **sādhana** (prática), tornou-se apto a percorrer a corrente de **Suṣumnā** e experimentar com atenção e disposição a realização plena de cada **chakra** que **Suṣumnā** atravessa e de seus poderes psíquicos (**siddhis**) até alcançar a plenitude do Ser. O segundo, no **ājñā chakra**, chama-se **mukta-trivenī** (**mukta** = livre, libertado, isento, emancipado, beatificado, salvo) e simboliza que o discípulo, tendo percorrido e desenvolvido com destreza todas as instâncias de sua personalidade, tornou-se um liberado, isento de todas as oscilações e condicionamentos da mente, emancipando-se e beatificando-se ao nível do **sahasrāra chakra**.

ESTUDO E INICIAÇÃO DO CAMPO SUTIL:

O PRINCÍPIO DO AMOR PLENO E INCONDICIONAL

1ª Carta de Paulo de Tarso aos Coríntios:

¹ Ainda que eu falasse todas as línguas dos homens e dos anjos, e não tivesse amor, seria como o bronze que soa ou como o címbalo que retine.

² E ainda que tivesse o dom de profecia, e conhecesse todos os mistérios e toda a ciência, e ainda que tivesse toda a fé, de maneira tal que transportasse os montes, e não tivesse amor, nada seria.

³ E ainda que distribuísse toda a minha fortuna para sustento dos pobres, e ainda que entregasse o meu corpo para ser queimado, e não tivesse amor, nada disso me aproveitaria.

⁴ O amor é paciente, é bondoso; o amor não é invejoso; o amor não trata com leviandade, não é arrogante, orgulhoso, nunca interesseiro; o amor não se irrita, não guarda rancor.

⁵ Não se porta com indecência, não busca os seus interesses, não se irrita, não suspeita mal;

⁶ Não se rejubila com a injustiça, mas folga com a verdade;

⁷ Tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta.

⁸ O amor nunca falha; as profecias sim, serão aniquiladas; as línguas se calarão; as ciências, desaparecerão;

⁹ Porque, em parte, conhecemos, e em parte profetizamos;

¹⁰ Mas, quando vier o que é perfeito, então o que é imperfeito será aniquilado.

¹¹ Quando eu era menino, falava como menino, sentia como menino, discorria como menino, mas, logo que cheguei a ser homem, acabei com as coisas de menino.

¹² Por enquanto, vemos Deus através de um espelho, mas um dia veremos Deus face a face; agora conheço em parte, mas logo conhecerei como sou por Ele conhecido.

¹³ Agora, pois, permanecem a fé, a esperança e o amor, estes três, mas o maior destes é o

AMOR.

(1 Coríntios 13:1-13)

O Amor é o sentimento mais nobre e profundo da Alma humana; aquele que nos leva ao estado de iluminação e transcendência. Comece a praticá-lo amando a Deus acima de tudo. Para quem ama a Deus, todas as pessoas e coisas são a sua extensão e, desta forma, aparecem e atuam em nossa vida para que possamos crescer. Pois, tudo são formas e expressões de Deus. Ele é o Todo e o amor dirigido a Ele retorna a nós através de todas as pessoas e coisas. Como disse Jesus: **"Buscai em primeiro lugar o Reino de Deus e Sua justiça e todas estas outras coisas vos serão dadas em acréscimo"**.

O Amor é a consciência de que "eu e o outro somos um" ou simplesmente "somos todos um"; é o sentimento daquele que, vendo o sofrimento de seu semelhante, sente em seu próprio coração a dor, desejando ardentemente tirar-lhe o sofrimento. Desta forma, se somos um, pela força do Amor compreendemos que a responsabilidade do outro também é minha – tenho participação em todos os atos de todos os seres – e tomamos a responsabilidade sobre nós. O amor é a vontade e o esforço de abençoar o próximo.

Somente o Amor permite avançar em direção à harmonia, à paz e a todas as coisas boas. No Amor Puro não existe nem o conflito nem a tristeza, porque o amor é a força Crística mais poderosa. Ninguém pode prejudicar quem está enviando pensamento de Amor aos seus semelhantes. Portanto, envie pensamentos de Amor e agradeça à Deus por todos os

fatos e coisas. Quando enviamos sentimentos de gratidão, dizendo a tudo e a todos "obrigado", estamos transmitindo sentimentos de Amor. Envie sentimentos de gratidão a todos os seres de todos os mundos e a todos os fatos de sua vida para que ela se transforme em Luz. O sentimento de Amor e o estado de gratidão produzem uma força extraordinária, tal qual uma varinha mágica.

Foi através do Amor que nascemos como Almas individualizadas, como inocentes fagulhas espirituais projetadas do Coração de Deus Pai/Mãe do Universo. O Amor provê através da Luz Divina nosso corpo de luz. O Amor atrai do Reino da Natureza a substância de nosso corpo sentimental, para que possamos manter contato com a beleza, a harmonia e outros sentimentos do nosso glorioso Ser Divino. O Amor nos faculta a capacidade de agrupar pensamentos, de raciocinar e discernir para que possamos captar a Ideia Divina do Universo, organizando nosso mundo individual, conforme nosso livre-arbítrio. O Amor nos faz registrar e acumular as experiências que tivemos, porque é força de coesão e, deste modo, construímos nossa maestria. O Amor é a força de atração dos átomos desta Terra para que formemos nosso corpo físico. Em cada um de nós existe a força do Amor que nos faz sentir a força magnética de atração, a força que nos conduziu até o "aqui-agora".

É o Amor Divino que criou e mantém este Universo. É a força coesiva do Amor que atraiu, criou e organiza, de forma magistral, a Natureza de nosso planeta para nos servir. É o Amor que sustenta os planetas em suas órbitas, que mantém o Sol em nosso Sistema Solar. É o Amor que faz circular em perfeita forma rítmica a nossa Via Látea, em constante movimento para frente, em maravilhosa manifestação que nossos corações e nossas consciências não podem sequer avaliar.

O TODO é a energia e a força de atração do Amor Incondicional. O amor é a força de coesão do Universo. Por causa do amor, nós nos aproximamos uns dos outros e construímos amizades, grupos, famílias, sociedades e reconhecemos a força divina que existe em nós. O amor é magnético, atrativo e capaz de produzir a cura mais profunda de nosso Ser. O amor é a base da verdade, da pureza e espontaneidade. Através de um intenso trabalho de transformação interna, tendo como principal método o despertar do amor incondicional, podemos atrair todas as boas energias para o nosso campo. A atenção constante no Amor Incondicional de Deus cria uma esfera de abundância, bem-

estar, prosperidade, sucesso, otimismo e alegria em nosso campo. Atraímos saúde em todos os níveis – físico, emocional, mental e espiritual. Nossa Alma passa a emanar a mais pura Luz Divina.

Desenvolver o Amor Incondicional por Deus nos conscientiza do valor da gratidão. Quando agradecemos o que recebemos do plano divino, ou seja, nosso corpo, nossos pais, companheiros, amigos, saúde, trabalho e amores abrimos um imenso campo de atração daquilo que desejamos e achamos ser o melhor para nossas vidas. A gratidão é uma importantíssima chave do Amor Incondicional a Deus para descobrirmos a felicidade e a plenitude que já somos, mas não reconhecemos. Somente através da gratidão, conseguimos pacificar nosso ego – sempre revoltado e indignado pela leitura errônea e limitada que faz da vida e seus acontecimentos – e torná-lo equânime, sem atitudes tempestivas e violentas. Com o ego pacificado, vislumbramos um largo horizonte para praticarmos o amor, que se refina passo a passo, para alcançarmos o Amor Incondicional e Universal. Portanto, pratiquemos a gratidão, façamos de nossa vida, das coisas que nos acontecem e de todas as nossas ações um ato de entrega ao Universo, àquele que tudo é, que tudo sabe e que em tudo vive.

Portanto, se todo este Amor foi atraído e investido em nós, já imaginou que somos uma parte integrante da Criação e de grande importância neste Universo infinito?

ESTUDO E INICIAÇÃO DO CAMPO ESPIRITUAL:

INFLUÊNCIAS ESPIRITUAIS PERTURBADORAS – OBSESSORES (2ª PARTE)

Onde eles se encontram

Muitos locais são propícios aos obsessores. Bares, boates, prostíbulos e motéis costumam ter muitos seres caídos. São lugares onde o consumo de álcool e drogas, promiscuidade sexual, taras e tantos outros distúrbios de comportamento geram baixíssimas energias distorcidas e destoantes que os obsessores saciam seus desejos vis.

Locais de sofrimento como cemitérios, hospitais e de tragédias, logo chegam os oportunistas obsessores para se aproveitarem do desespero de terceiros debilitados com o intuito de acoplarem-se e sugarem suas energias. Em cemitérios, onde pessoas que desencarnaram não são portadoras de boa luz e seguem seus corpos, é “prato cheio” para magos negros, vingadores e sofredores. O mesmo ocorre em hospitais, onde pessoas desencarnam doentes, enfraquecidas e frequência vibratória extremamente baixa, e atraem seres que estão no mesmo padrão e sofrem por isto. Pessoas que desencarnaram em tragédias (terremotos, maremotos, inundações, guerras e chacinas) geram no astral uma turbulência, já que muitas pessoas precisam de ajuda, tanto as que desencarnaram, quanto as que sobreviveram. Muitas não aceitam a nova condição e se revoltam, querem vingança e entram em desespero.



Presídios e penitenciárias, sem sombra de dúvidas, são os locais onde mais se encontram obsessores. Infelizmente, esses lugares que deveriam reeducar e ressocializar as pessoas que cometeram delitos, tornou-se um verdadeiro repositório de drogas, sexo promíscuo, torturas, brigas pelo poder, matanças e todo tipo de perversão. São ambientes de muita tensão, desespero e insanidades, onde, tanto os detentos como os trabalhadores e, em especial, os agentes penitenciários, recebem muitos ataques psíquicos, se desvitalizam e ficam à mercê dos obsessores.

Locais de aglomeração de pessoas também são suscetíveis a presença de obsessores. Nossa sociedade ainda possui um padrão de consciência muito baixo. São comuns os oportunistas de plantão que vão para criar tumultos, brigas e até mortes. Por outro enfoque, nossa energia é drenada nos causando um profundo desgaste, podendo sentir algum mal-estar. Portanto, no geral nas grandes festividades como réveillon, carnaval, jogos de futebol e comícios políticos nossa energia fica comprometida.



Evitem!!!

Fatos e atitudes que atraem obsessões

A forma mais simples de atrair obsessores são os ambientes que estão predispostos a energias degradantes como sexo promíscuo, drogas, bebidas alcoólicas, jogos de azar e aglomerações. São lugares que deixam as pessoas exaltadas, irritadas e descontroladas, conseqüentemente vulneráveis à absorção de baixas frequências e conexão com seres vampirizadores. Esses seres de baixo nível de consciência têm grande afinidade com esses vícios e se nutrem dessas energias deletérias. Pessoas negativas, com mau-humor, raivosas e que não perdem a oportunidade de descarregar angústias, queixas e lamentações emitem energia ruim e, desta forma, abrem espaço para a chegada de obsessores.

Por isso, é vital buscarmos conexões harmoniosas, mantendo nossos pensamentos e sentimentos elevados para não entrarmos em ressonância com baixos padrões de frequência e abrir lacunas para acoplagem de obsessores. É muito comum estarmos em filas de banco ou supermercados e alguém começar a reclamar, e quando percebemos já fomos laçados por baixas vibrações e influenciados por espíritos mesquinhos, vingativos e raivosos, porque entramos em ressonância com a conversa ou reclamação.

Uma porta de entrada para energias de baixa frequência e, conseqüentemente, de obsessores, extremamente banal e corriqueiro, que se revestem de inofensivos, mas não o são, pertence aos programas de TV ou rádio, como documentários, noticiários, filmes, entrevistas e novelas, que alimentam fofocas, desgraças, crimes e toda gama de eventos que geram revoltas, medos e inseguranças. Músicas de baixa qualidade vibratória, sem harmonia musical, que enaltecem o ódio, a promiscuidade, a sexualidade desenfreada, também são atrativos para os obsessores. Todos esses meios de comunicação e entretenimento entram em nossas casas e, sem que percebamos, causam inúmeros estragos no ambiente e em nossa mente.

Outro fato é a questão de pactos estabelecidos em vidas passadas que nos levam a nascer com obsessores congênitos, ou seja, seres que mantemos íntima e forte afinidade de vidas anteriores e que não nos abandonam nem em encarnações futuras – eles nascem conosco. Durante várias existências anteriores fizemos contatos negativos como promessas, contratos,

associações, juramentos e diversos pactos de magia para conquistar poder, fama, dinheiro e relações amorosas, que carregamos por inúmeras vidas a frente.

Determinadas atitudes como inveja, ciúmes e sede de vingança atraem obsessores. Nosso padrão mental se torna bastante negativo e geramos raio humano vermelho (R.H.V.) de grande intensidade, propiciando a aproximação de seres de mesmo ordem que nos atacam e também aos que nos estão próximos.

Um fato bem peculiar de atração de seres mesquinhos, avarentos e materialistas é a herança familiar. Parentes e amigos da família podem se aproximar para defender “supostos” direitos, causando severos prejuízos para uma geração inteira.

O desejo pelo companheiro ou companheira de terceiros também é um fator de atração de obsessores. Supomos que um desencarnado que, por afinidade de vidas passadas, deseje ter para si uma pessoa que está em outro relacionamento. Ele começará a perturbar a relação do casal até criar desajustes, intrigas e destruir o relacionamento. A partir daí fará de tudo para afastar todo e qualquer tipo de relação amorosa para que a pessoa fique ao seu inteiro dispor. Triste engano!

Magias mentais também ocorrem quando encarnados acionam sua egrégora do baixo astral para desestabilizar e separar casais, por desejar um dos parceiros. Todos nós temos seres que nos acompanham durante a nossa existência, quer estejamos encarnados ou não. Esse grupo de seres formam a nossa egrégora espiritual. Ela é composta de seres de luz (Mestres, protetores, guias) e de seres, assim como nós, com um padrão de consciência tendencioso (amigos, familiares de vidas passadas, simpatizantes ou mesmo perseguidores e inimigos espirituais). Deste modo, participamos de uma egrégora de alto astral e outra de baixo astral. A de alto astral respeita o livre-arbítrio e as leis divinas, e por isso, não interferem em nossas escolhas e trajetórias, mas a de baixo astral, por ignorância espiritual, não tem esta noção – elas invadem e interferem em nosso caminho espiritual com sugestões mentais. São esses últimos que, por nossa vontade e querendo nos “ajudar”, interferem na vida de outras pessoas, criando verdadeiras batalhas astrais. Essas batalhas geram demandas, magias,

envenenamentos mentais e experiências muito densas que serão resgatadas como frutos amargos em outras vidas.

EXERCÍCIO Nº 13

Finalidade: para equilibrar e desenvolver as funções do **chakra** do coração.

Preparação: com o corpo e as roupas limpas e de cor clara, ambiente claro, agradável, arejado e silencioso, a mente sem preocupações, livre e tranqüila. Sentado na posição de lótus ou numa cadeira.

Anāhata Chakra (Centro Cardíaco)

Localização: cavidade torácica.

Cor: verde vivo brilhante.

Forma geométrica: estrela de seis pontas ou estrela tetraedro com uma ponta para cima e outra para baixo na cor azul claro esfumado.

Elemento: ar (princípio aéreo da energia)

Nota musical: fá.

Bija mantra: **Yam̐** (pronuncia-se "yang").

Execução: colocar as mãos, uma de cada lado, na região do tórax logo abaixo das clavículas. Vibrar seus pulmões (as trocas gasosas), visualizando glóbulos de **prāṇa** (energia em forma de glóbulos vitais) passando dos pulmões para o sangue. Visualizar este sangue, cheio de energia, fluindo para o coração à esquerda, e deste, para todo o corpo. Retornar o sangue sem glóbulos de **prāṇa** ao coração direito, e deste, para os pulmões, onde serão recarregados. Relaxar os braços. Em seguida, concentrar a mente na cavidade torácica e visualizar a cor verde viva brilhante. Dentro da cor verde, imaginar uma estrela de seis pontas ou uma estrela tetraedro na cor azul claro esfumado. Com a ajuda do **japa-mālā**, entoar o **mantra "Yam̐"** na nota "fá", em grupos de três até completar suas 108 contas.