

*MÉTODOS DE SANACIÓN SEGÚN CONFERENCIAS QUE DIÓ
EL MAESTRO PETAR DANOV*

BEINSA DOUNO

1864 - 1944



Centre OMRAAM
Institut Solve et Coagula
Reus

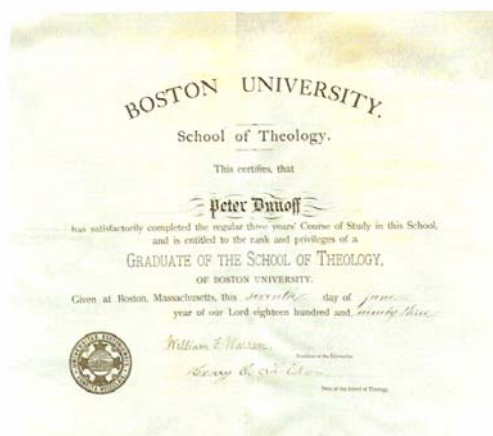
PETAR DANOY, CONOCIDO POR SU NOMBRE ESPIRITUAL **BEINSA DOUNO**, TAMBIÉN LLAMADO **“EL MAESTRO DE AMOR”** O SIMPLEMENTE **“EL MAESTRO”**, VIVIÓ EN BULGARIA DE 1864 A 1944. HIZO ACCESIBLE UNA PARTE DEL GRAN CONOCIMIENTO ESOTÉRICO MEDIANTE SUS PRÉDICAS Y CONFERENCIAS A LO LARGO DE 40 AÑOS, COMPILADAS EN MÁS DE 300 VOLÚMENES. SOBRE SUS ENSEÑANZAS, ÉL MISMO AFIRMA:

“NO EXISTE LA ENSEÑANZA DE **PETAR DANOY**. HAY SOLAMENTE UNA DIVINA ENSEÑANZA, QUE YO SEPA, Y ÉSTA ES, LA GRAN ENSEÑANZA DE VIDA. ENSEÑANZA QUE DA VIDA, CRISTO DIJO: **“YO HABLO ACERCA DE LO QUE SÉ POR MI PADRE. NO PUEDO HABLAR POR MÍ MISMO.”** ESTA ES LA RAZÓN POR LA QUE ÉL NO PREDICABA SU PROPIA ENSEÑANZA. SI LA ENSEÑANZA QUE ES PREDICADA DA SENTIDO A TU VIDA, TE DA SALUD, ENTENDIMIENTO, LUZ, TE HACE LIBRE, SÍGUELA. ESTA ES REALMENTE LA ENSEÑANZA CONTENIDA EN LO PROFUNDO DE TODA ALMA. APUNTA A LA VERDADERA VIDA.”

LAS CONFERENCIAS DE **PETAR DANOY** CONTIENEN ENSEÑANZAS MUY CONCRETAS PARA EL HOMBRE, MÉTODOS DE PERFECCIONAMIENTO Y DESARROLLO DE LA CONCIENCIA, Y SISTEMAS DE CURACIÓN CONOCIDOS HOY DÍA BAJO EL TÉRMINO DE **“CURACIÓN HOLÍSTICA”**.

CUANTO SE EXPONE A CONTINUACIÓN, CONTEMPLA AL HOMBRE DISEÑADO COMO UNA CREACIÓN DE FUERZAS CÓSMICAS Y SUTILES ENERGÍAS QUE PENETRAN LAS ESTRUCTURAS DE LA MATERIA.

LA SEGUNDA PARTE DE LA OBRA PRESENTA ALGUNOS MÉTODOS, REGLAS Y FÓRMULAS EXTRAÍDAS DE LAS CONFERENCIAS DEL MAESTRO.



Nota: El término “hombre” usado en esta obra, es una traducción de la palabra búlgara **“chovek”**, que significa ser humano, y se aplica tanto a hombres como a mujeres.

PARTE PRIMERA

LOS CUERPOS HUMANOS

El hombre puede ser comparado con un libro divino compuesto de muchas páginas, en las que él mismo ha estado escribiendo su contenido a lo largo de los años. Todo lo que ha sucedido y está sucediendo en la tierra y en el cielo, está escrito en el hombre. Todo lo que Dios ha creado, existe también en miniatura en el hombre. Todos los animales, plantas, minerales, cristales, juntamente con todos los seres que existen en el mundo, tienen no sólo su reflejo en tu interior, sino también sus representaciones.

El cuerpo humano es una síntesis de todos los procesos de la naturaleza. Si conoces tu cuerpo, conocerás tanto los mundos visibles como invisibles. Si conoces a la gente que te rodea, conocerás todo el universo.

El propósito de los esfuerzos que el hombre hace en su vida, es desarrollar los órganos que son de utilidad en todos los mundos. Con ellos serás capaz de contactar no solo con el cuerpo físico, sino incluso con los más altos niveles. Necesitarás órganos físicos, espirituales y divinos. Cada mundo requiere unos órganos adecuados. Lo importante para ti es desarrollar esos órganos. Lo que tú creas o lo que la gente piense de ti, carece de importancia.

Los ocultistas nos han explicado que el hombre vive en siete cuerpos, pero en mi opinión, tiene doce cuerpos, y todos ellos deben ser organizados. Los teósofos mencionan solamente siete, los otros no son conocidos. La mayor parte de la gente utiliza solamente cuatro de los siete cuerpos. A través de tus sentimientos te conectas con el mundo astral, a tu cuerpo astral, también llamado tu cuerpo espiritual. El mundo astral tiene dos áreas: superior e inferior, según los sentimientos sean elevados o bajos. El mundo astral es líquido, acuoso.

Los cuerpos mental y causal están relacionados con mundos superiores al físico y astral. Así pues, el hombre vive en cuatro cuerpos: físico, astral, mental y causal. Cada cuerpo tiene su propia función y está hecho de una sustancia específica. Así como el cuerpo físico tiene su propia fisiología y anatomía, los cuerpos astral, mental y causal también las tienen, similares a las del cuerpo físico.

Debes, por tanto, observar la ley que rige el comportamiento en todos esos mundos. En el mundo físico debes aprender a comer, a respirar, a beber agua y a recibir luz. Al entrar en el mundo espiritual precisas de un cuerpo astral bien organizado, y también necesitas de un cuerpo mental debidamente

estructurado en el mundo mental. Sabio es aquél que ha desarrollado todos esos tres cuerpos.

El desenvolvimiento del cuerpo espiritual puede conseguirse a través del amor, del servicio a Dios y por la oración. Estas son las tres formas de crear un cuerpo espiritual. ¿Cuándo podemos decir que el cuerpo espiritual de alguien está organizado? Aquél que no pierde su equilibrio ni su paz mental ante los conflictos de su existencia, de él se puede decir que tiene un cuerpo espiritual bien constituido.

¿Qué función desempeña el cuerpo físico? Es un conductor y un gran acumulador de las fuerzas de la naturaleza. Hay dos clases de fuerzas naturales que pasan a través suyo: electricidad positiva y negativa; magnetismo positivo y negativo. En realidad, vuestros cuerpos no están físicamente armonizados. Algunos de vosotros tenéis más electricidad o magnetismo positivos, otros, más negativos.

ENERGÍAS

Así como en la Tierra existen dos polos – el Norte y el Sur – también en el cuerpo humano hay dos polos que actúan como depósitos de energía. El negativo es el sentimiento, mientras que el positivo es el pensamiento. El cerebro es el polo positivo, y el sistema nervioso simpático es el negativo. En el lado izquierdo del cuerpo humano, la energía desciende por la pierna izquierda y luego asciende por la pierna derecha y lado derecho del cuerpo. Esta corriente electromagnética envuelve a cada órgano. Por ejemplo, la energía positiva circula a lo largo de la ceja derecha y desciende hasta debajo del ojo derecho, donde es transformada en energía negativa. Luego asciende hasta la parte superior del ojo izquierdo, donde se transforma de nuevo en energía positiva. Después desciende hasta la parte de abajo del mismo ojo como una energía negativa. Moviéndose de esta manera, la energía forma el número ocho. Hay un centro en el entrecejo, en la base de la nariz, que regula estas corrientes en torno a los ojos. El hombre está sano cuando las corrientes de su lado derecho son frescas, eléctricas, y las de su lado izquierdo son calientes.

En el cuerpo humano hay dos corrientes principales. Una asciende desde el ombligo hasta la parte superior de la cabeza, y la otra, desciende desde el ombligo. La primera corriente conduce al centro del Sol, la segunda, al centro de la Tierra. Una tercera corriente conecta a las dos. A esta tercera corriente se la denomina aura humana.

La segunda corriente, la que conduce al centro de la Tierra, incluye todas las bajas energías que el ser humano ha acumulado en sus estados animales. Estudiando la estructura del cuerpo humano, vemos que las dos primeras corrientes incluyen dos corrientes más. Todas estas corrientes están entrelazadas la una con la otra. Pueden ser observadas también tanto en los pensamientos como en los sentimientos humanos.

Tú eres un centro, cruzado por energías del Sol y de la Tierra. Las energías del Sol pasan a través tuyo desde la mañana hasta el mediodía. Proceden de arriba y se dirigen hacia el centro de la Tierra. Por la tarde tiene lugar el movimiento opuesto – las energías de la Tierra circulan a lo largo de tus piernas y ascienden al Sol. Con frecuencia, mucha gente se siente mal por la tarde porque es entonces cuando las corrientes de la Tierra pasan a través tuyo. Tienes que aprender a polarizar y a concentrar esas fuerzas. No las detengas, dirígelas hacia arriba. Otras corrientes te llegan a medianoche.

Dado que las piernas no pueden recibir directamente la energía del Sol, reciben energía desde el centro de la Tierra. Recibir energía de la Tierra, proporciona coraje, determinación, el cuerpo se aviva. Las plantas y los animales entienden esta ley y hacen buen uso de ella. El trabajo manual es una forma de recibir energías de la Tierra.

Un ejercicio: Deja sueltas tus manos y dirige tu energía hacia el centro de la Tierra. Luego, levanta esta energía desde el centro de la Tierra y dirígela conscientemente a tu cerebro. Para resguardarte a ti mismo de perturbaciones, dirige la energía desde tu cabeza hasta el centro del Sol. Luego, llévala de vuelta al centro de la Tierra. Estas dos corrientes, estos dos tipos de energía, se encontrarán en alguna parte, y en ese momento, sentirás calor, un signo de vida.

Es importante comprender las leyes que gobiernan la electricidad y magnetismo viviente, que los hindúes llaman “Prana”. La médula espinal es el principal receptor y transmisor de prana. Éste va primeramente al cerebelo, y luego al cerebro. Si surge un bloqueo en el cerebelo, el prana no puede proseguir su camino hasta el cerebro, y consecuentemente se producirá una desarmonía, que se extenderá por todo el organismo.

El doble etérico tiene a su cargo las energías que van desde el exterior e interior y las transforma. Si no es capaz de transformarlas, se produce una secuencia de desórdenes, una serie de condiciones discordantes que irrumpe por todo el cuerpo.

Las energías magnéticas actúan en sentido curvilíneo, en forma de espirales, y producen calor. En gran parte, tu salud se basa en las energías magnéticas que circulan por tu organismo. Las energías eléctricas se mueven principalmente en sentido rectilíneo. Tú tienes que ser capaz de controlar el exceso de electricidad y magnetismo en tu cuerpo.

Si realizas prácticas espirituales, se acumulan en tu cuerpo energías excesivas, las cuales pueden dar origen a situaciones peligrosas. En tales casos, la persona se vuelve hipersensible. El cuerpo etérico se extiende más hacia el exterior; el cuerpo astral se expande y la persona empieza a quejarse de no poder soportar la influencia de la gente. Tienes que aprender a regresar a tu interior.

Una vez conozcas la ley, no dejarás que tu doble etérico se ensanche. En un entorno armonioso puedes expandirlo tanto como quieras, pero cuando te hallas sometido a desfavorables condiciones de vida, debes volver al interior de ti mismo.

LAS CÉLULAS

El organismo humano está compuesto de 60 trillones de células más o menos, que están altamente dotadas de inteligencia. Todas estas células poseen las cualidades y capacidades pertinentes con relación a los diferentes campos y conocimientos. Por ejemplo, algunas células humanas llevan en sí el conocimiento de las plantas. Otras células están familiarizadas con las leyes de la cristalización. Otras asimilaron el conocimiento de los peces, aves, mamíferos. Hay células que aprendieron el conocimiento de sabios seres altamente evolucionados. Esas células constituyen la estructura del cerebro humano.

La estructura del Sol y de la célula es similar. El Sol tiene tres áreas: La primera proporciona energía; la segunda la almacena y transforma; la tercera la envía a la Tierra. En las células hay también tres áreas: Una exterior que acepta la energía del Sol; una intermedia que la acumula en su interior, y un núcleo interno que la transforma en energía viviente.

Las células del cuerpo humano son seres juiciosos e inteligentes. Poseen conocimiento, pero su dueño debe tener buen sentido y saber cómo manejarlas. Ellas han renunciado conscientemente a su propia individualidad para servir dentro de la unidad del organismo. Su meta es sacrificarse por su amo para que éste crezca. El hombre disfruta de la vida en tanto esos inteligentes seres trabajen juntamente con él.

La tarea del discípulo es rejuvenecer sus células, y por ello, debe hablarles. Cada día, antes de comenzar sus tareas, el discípulo debe saludar a las células de su cuerpo, empezando por las del cerebro, ojos, nariz, oídos, descendiendo gradualmente a las células de los pulmones, corazón, estómago, intestinos, y saludar finalmente a todo su propio ser. Cuando digo que “uno es su propio ser”, quiero significar su guía interior. Sólo entonces debería el discípulo empezar sus tareas.

Cuando te levantes por la mañana, piensa en ti mismo como una entidad hecha de seres inteligentes, dotados de raciocinio, trabajando en beneficio tuyo. Háblales y ponte en contacto con ellos conscientemente. Piensa en ellos confiadamente, sin vacilaciones. Pensar en ellos mejorará tu capacidad de trabajo.

Al anochecer, antes de acostarte, envíales un buen pensamiento, y luego, vete a la cama. Cuando te levantes por la mañana, te encontrarás de buen talante.

EL CEREBRO

Cuatro importantes partes dirigen el organismo humano: Cerebro, pulmones, corazón y estómago.

No hay nada más grande que la estructura del cerebro humano y de los ojos. La calidad y cantidad de las células cerebrales que son las receptoras del Amor de Dios, Sabiduría y Verdad, determinan el amor, sabiduría y verdad de su destinatario. Las células transmiten toda luz que hayan absorbido de la conciencia humana.

La parte más valiosa del organismo humano es el cerebro. Es una poderosa dinamo que distribuye electricidad a través de todo el organismo. Si uno sabe cómo usar adecuadamente esta energía, se puede curar a si mismo. El alma utiliza la energía cósmica de la Vida Inteligente que circula a lo largo de los pliegues del cerebro. La energía del pensamiento circula por dichos pliegues y luego sale. Son conductores energéticos de todo el universo. Hay una espiral de movimiento serpenteante en el cerebro humano, y siempre que este movimiento fluye en la forma correcta, el hombre piensa con claridad.

Los físicos enseñan que la energía va del cátodo al ánodo. La energía positiva se mueve normalmente desde el hemisferio derecho del cerebro hasta su superficie, después se vuelve bajo el hemisferio izquierdo, sale otra vez por su parte superior y se sitúa de nuevo bajo el hemisferio derecho. La energía va desde el hemisferio derecho al izquierdo. Esta es la razón por la que actualmente el hombre piensa con el hemisferio izquierdo. Esta es la causa de la falta de simetría de las caras humanas. El hombre necesita trabajar con ambos hemisferios.

Cuando alguien está a punto de enzarzarse en una disputa, ello es signo seguro de que hay un exceso de electricidad en el hemisferio derecho de su cerebro. Siempre que alguien se siente deprimido, pesimista, ello indica que hay un sobrante de electricidad en el hemisferio izquierdo de su derecho. Si la electricidad se ha acumulado en el hemisferio derecho del cerebro, no debes acariciar tu cabeza con tu mano derecha, pues ello podría empeorar tu condición; deberías pasar tu mano izquierda por el lado derecho de tu cabeza, y viceversa. No permitas que un exceso de energía se acumule en tu cerebro. El cerebro está conectado con todas las partes del cuerpo humano. Cuando aparece la polarización en algún centro, se refleja enseguida en el órgano apropiado, que de esta manera participa en la acumulación de energías.

Sabiendo esto, debes esforzarte en transmitir el exceso de energía que hay en tu organismo, de un centro a otro.

En el cuerpo humano hay tres zonas principales de energía: En la primera, detrás de las orejas, se localizan los tipos más bajos de energía. Esta zona puede ser considerada como el infierno en el hombre.

La segunda zona incluye el tipo de energía que trabaja en la frente – la vida humana.

La tercera zona simboliza la clase de energía que hay en la parte superior del cerebro, donde actúan sentimientos relacionados con la moral. Esta zona puede ser considerada como el cielo en el hombre. Por ello, siempre que alguien actúa contrariamente a sus nobles sentimientos, la energía de esta área desciende hasta detrás de las orejas. Para evitar esto, debes seguir tus más altas aspiraciones.

Cuando el hombre se siente enojado, vejado o deprimido, su estado se debe a las energías acumuladas en torno a las orejas y detrás de la cabeza. Debe dispersarlas apropiadamente y transformarlas a fin de evitar un estallido. En tales casos es recomendable trabajar con una azada para cavar, y de este modo, transmitir una parte de esta energía a la tierra. Si no puedes hacer esto, tócate cuatro o cinco veces la punta de la nariz. Es importante transmutar la energía de la ira en trabajo.

Cuando tu pensamiento se extravía y se torna inarmónico, sentirás una presión en los temporales y te volverás aletargado, en un estado hipnótico y somnolento.

No dejes que tu energía se acumule en tus sienes. Esta clase de energía está conectada con el estómago.

Dirigiendo tu energía a tus sienes, influirás en tu estómago.

De esta manera privas de poder a tu cerebro, té demagnetizas. Notarás una sensación de vacío. Debes dirigir siempre tu energía a la parte superior de tu cabeza.

Algunos científicos, algunos ocultistas, han observado que en el cerebro humano han empezado a aparecer unos filamentos blanquecinos que son un signo de los nuevos órganos que tendrá la futura humanidad. Habrá muchas cosas inexplicables hasta que los nuevos órganos sean creados. Hoy, al nivel de desarrollo que has alcanzado, esos centros, que te capacitarían para ponerte en contacto con el mundo invisible, no han sido aún creados en tu interior. Por ello tienes que hacer ciertos esfuerzos para contactar los mundos superiores.

Todo hombre tiene un sol en el centro de su cerebro, que es un equivalente de nuestro sol físico. El pequeño sol que hay en el cerebro humano acepta la

Energía del gran sol, y la dirige al hombre en forma de pensamientos y sentimientos. El sol interno, u ojo vibrante del alma, es un transformador de energía Divina. Aparte de transformar la energía solar, posee además otras cualidades. Hay también otro transformador en el cerebro, cuyo trabajo consiste en dirigir la energía del sol a través de todo el cuerpo.

El estado del cuerpo, así como los sentimientos del hombre, dependen de la correcta transformación de esas energías.

Tu primer trabajo es controlar el cerebro.

Acumula la energía procedente de la naturaleza y dirígela al plexo solar, al corazón, a la garganta, a la frente, hacia detrás de la cabeza, a la parte superior de la cabeza. Luego, conduce esta energía en torno a tu cuerpo. Empieza dirigiendo este flujo de energía magnética y continúa hasta que sea creada una brillante aura magnética alrededor de tu cuerpo. Entonces, te sentirás libre.

EL SISTEMA NERVIOSO

La conciencia está ubicada en la cabeza, y en parte, también en la médula espinal. En la antigüedad, el centro de la conciencia no estaba en la cabeza, sino en el sistema nervioso simpático, en el plexo solar. En aquellos tiempos, el hombre pensaba a través del plexo solar.

El hombre puede ser comparado con un árbol que a su vez contiene otros dos árboles. Esos dos árboles representan los dos sistemas principales: el cerebral y el sistema nervioso simpático. Las ramas del sistema cerebral se expanden hacia abajo y llegan hasta los miembros del cuerpo. Las raíces están en el cerebro. El otro árbol es el estómago-cerebro o sistema simpático, que consiste en nudosidades y ganglios que se extienden principalmente por el área estomacal. Las raíces del sistema simpático se hallan en dichos ganglios, y sus ramas son ascendentes. Las ramas de esos dos árboles se entrelazan.

El sistema cerebral es un portador de electricidad. Por esta razón, si se le deja desarrollar más que al otro, la persona empieza a decaer. La electricidad priva al organismo de toda su humedad.

El sistema simpático es el portador de magnetismo. Cuando se desarrolla demasiado en el hombre, éste se vuelve obeso debido al exceso de materia que se acumula en él. Por ello, ambos sistemas pueden corregirse el uno al otro.

En la actualidad, tanto el sistema nervioso como la totalidad del organismo humano, no son suficientemente fuertes para soportar las vibraciones y

Poderosas corrientes del amor. Debido a esto, las ciencias ocultas recomiendan ciertos ejercicios para la mente, corazón y sentimientos, con el fin de conseguir que las fuerzas del organismo se ajusten a las fuerzas y corrientes de la naturaleza.

LOS SENTIDOS

El primer ser humano creado a semejanza de Dios poseía doce sentidos. Durante el proceso de involución, el hombre, gradualmente, perdió varios de esos sentidos, hasta llegar a los cinco que quedan en posesión nuestra hoy día. El conocimiento del ser humano de hoy comparado con el del pasado, está en la relación de cinco a doce.

EL OJO

El órgano de la vista, el ojo, está conectado a la mente humana. El hombre debe tener unos ojos sanos para disfrutar de un cerebro sano y bien estructurado.

El ojo es una forma de vida divina en la que tiene su reflejo la forma en que funciona todo el espacio, todo el sistema solar, la vida misma.

A través de los ojos recibimos altas energías de la naturaleza que influyen en nosotros. La primera función de los ojos es reunir y dispersar los rayos del sol: Los concentra desde fuera hacia adentro y los dispersa desde dentro hacia fuera.

El párpado superior representa la involución, el descenso del Espíritu Santo a la materia. El párpado inferior representa la evolución, la ascensión del Espíritu. Nos muestra la senda por la que debemos andar. Involución y evolución se cruzan, creando así el ser humano. El hombre está ubicado en la confluencia de la bajada y subida del espíritu.

Los ojos del hombre fueron lo último en formarse. Tienen el más alto origen. Todos los destacados clarividentes, todos los adeptos y Maestros de la humanidad, perciben y aprenden por medio de los ojos.

LA NARIZ

¿Qué es la nariz? Es el lugar de concentración de la electricidad y del magnetismo. La nariz es una proyección de fuerzas que bajan desde lo Divino hasta el cuerpo físico. Por esta razón, la nariz es estrecha en su parte superior

Y se ensancha gradualmente. Ocurre como en la naturaleza, como el lecho de un río. El caudal de un río depende de cuán largo y ancho sea. Lo mismo puede decirse sobre la nariz humana. Una nariz ancha denota una gran resistencia. Cuanto más estrecha es, mayor es la energía nerviosa y mental de una persona, pero menor es su energía física.

Si te encuentras mal, si te sientes irritado y no puedes dormir, concentra tu mente en la punta de la nariz e imagina que gradualmente se va ensanchando.

Verás como te calmas y consigues dormir.

Mantén tu nariz en buen estado. Cuídala y respétala como si fuera un órgano sagrado. Cuando funciona correctamente, el hombre está sano, sus ojos, sus oídos, su boca, serán saludables, y lo mismo respecto a los pulmones, el corazón y el estómago.

No tener nariz es una calamidad. La nariz es como la bella cima de una montaña, donde las energías del organismo son transformadas. Mientras no conozcas el significado de la nariz, no podrás apreciar que se trata de un gran don de vida. Cuando tu nariz esté en buenas condiciones Dios hablará a tu corazón y a tu mente.

La nariz está en el centro del rostro humano. Dios se expresa a Si Mismo a través de los pensamientos, sentimientos y acciones del hombre. Todo eso queda impreso en la nariz.

LA OREJA

¿Cuál es el órgano de la razón en el hombre? : La oreja. La salud depende de la belleza y forma de la oreja. Por las orejas puedes determinar la duración de la vida de una persona así como su grado de inteligencia y honestidad. La curva de la oreja indica todo esto. Recuerda, el comportamiento del hombre y su vida exterior, dependen de la oreja. Está bien construida cuando sus arrugas están dispuestas en líneas armoniosas.

El hombre aprende a escuchar con la oreja. Ella le ayuda a contactar con la más alta Inteligencia de la Naturaleza. Cuando prevalece la influencia del cerebro, la parte superior está bien formada, es más ancha, mejor modulada y El hombre se muestra exultante. Cuando prevalece el sistema respiratorio, los pulmones son los que predominan y entonces, la parte media es la mejor formada. Si el estómago trabaja intensamente, el lóbulo es lo que está mejor formado.

Cuando una persona ha estado enferma durante un largo período, pierde parte de su energía vital. He aquí lo que puede hacer en tal caso: **Agarra el lóbulo Con dos dedos y tira de él hacia debajo de vez en cuando.** Después, masajea la zona que está bajo la oreja y permanece atento a los cambios que aparecen en tu organismo. Practica este ejercicio no solamente cuando estés enfermo, sino también cuando estés de mal talante.

EL BRAZO

El brazo humano es algo precioso. A través de él el hombre expresa el poder de su voluntad y recibe los cambios que se producen en la naturaleza.

Manteniendo una mano contra el sol y cerrando los ojos, se puede prever el tiempo que hará durante el día.

La mano es una antena que recibe y transmite las energías de la naturaleza.

Cuando estrechas la mano de una persona saludable, de mente fuerte, notas como un flujo de energía emana de ella. Una persona que no esté sana es como un grifo cerrado, mientras que la persona sana es todo lo contrario. El flujo de energía, dentro y fuera, tiene que ser correcto.

La palma de la mano izquierda es el lado negativo de la persona. Transmite tenues vibraciones magnéticas. En cambio, el dorso de la mano izquierda es positivo y despide electricidad. Lo mismo se puede aplicar a la mano derecha. Así pues, hay dos clases de electricidad y dos clases de magnetismo. Un tipo de electricidad y magnetismo fluye de la mano izquierda y otra, de la mano derecha. La mano derecha es la mano del entendimiento. Está hecha para bendecir. La mano izquierda es la mano del amor. Con ella, el hombre ayuda al menesteroso y al que sufre. Cuando extiendes tu mano hacia alguien, puedes o bien bendecirle con toda buena voluntad, o maldecirle. A través de tus manos puedes experimentar cuanto hay de bueno y de malo en el mundo.

Cuando tocas la mano derecha de una persona sana, notas una agradable sensación de frescura, mientras que su mano izquierda despide un ligero calor. Esas dos corrientes se entremezclan en el organismo al menor síntoma de malestar, tanto mental como físico.

Las manos son las dos corrientes de una batería, y depende de ti el cómo regularlas. Si mantienes tus manos aflojadas, caídas, siempre te sentirás débil. Por el contrario, si quieres estar en contacto con las fuerzas inteligentes de la naturaleza, debes mantenerlas firmes. Cuando deseas contactar con las corrientes de la tierra, tensa tus brazos y piernas, todos los músculos de tu

Cuerpo durante unos pocos segundos. De esta forma regularás las corrientes en tu interior.

Un ejercicio: *Pon las manos frente a tu boca, como si fueras a rezar. Relájate, echa de la mente toda preocupación. Sopla suavemente sobre tus manos, como si con ellas quisieras recoger tu respiración. Hazlo tres veces. Soplando de esta manera, regulas tus corrientes magnéticas.*

Cada dedo de la mano está conectado a un determinado centro u órgano del cerebro, y cada órgano está conectado con unas fuerzas específicas.

Esas fuerzas están ligadas con las regiones y mundos de la mente. Te es suficiente levantar uno de tus dedos para contactar con el órgano apropiado a través del cual fluyen las energías del mundo mental. Cada dedo es, por tanto, un conductor de una energía o corriente especial. Una determinada energía cósmica emana de cada dedo.

Cuando no te encuentres bien, cuando no sepas qué hacer, sostén tu pulgar con la mano derecha, después sostén el índice, el corazón, el anular y el meñique. Sé consciente del cambio que tiene lugar en ti.

El pulgar representa el mundo divino. Cuando no te sientas bien, experimenta con tu pulgar para llegar a dominar los poderes ocultos en él. Acaricia la parte superior del pulgar, empezando desde la tercera falange hasta la uña. Luego acaricia la parte inferior, desde su principio. Observa si tu indisposición desaparece. Sé consciente de tus pensamientos y de tus sentimientos mientras practicas estos ejercicios.

Si al principio no obtienes resultados, repite el ejercicio. Aquél cuyas puntas de los dedos son afiladas, emplea mucha energía debido a un gran flujo exterior. Cuanta más redonda sea la punta de los dedos, menos energía saldrá hacia fuera.

LA PIEL Y EL PELO

En el plano físico, la piel conduce la energía vital de la naturaleza. Cuando la piel se torna áspera, la corriente de fuerza vital se vuelve irregular y la persona cae enferma. Esta aspereza indica la muerte del fuego sagrado.

La finalidad del pelo es regular las energías en el cuerpo humano y la circulación de la sangre. Cada pelo es un centro de una fuerza dinámica que ayuda a la circulación de la sangre de la piel. Eliminar todos los pelos del cuerpo provocaría un gran sufrimiento. El pelo es tan necesario al cuerpo humano como las plantas lo son a la Tierra. El pelo de la cabeza, la barba y el bigote representan el territorio de las plantas. Siendo consciente de ello, el

Hombre debe evitar la calvicie en su cabeza. El pelo con que la naturaleza ha dotado a la gente, es como una antena que puede utilizarse para contactar con las más lejanas regiones de la Tierra así como con otros planetas. A través del Pelo, el hombre puede recibir las vibraciones del Sol, la Luna, Marte, Venus, y comunicarse con ellos. La totalidad del cuerpo es la suma de un número de tales antenas. Somos pues un nudo del cual salen cierto número de antenas, recipientes de incontables pensamientos, sentimientos y deseos.

EL CORAZÓN

El corazón es la pulsación de todo el espacio. El corazón está conectado con la energía cósmica. Cada latido expande energía y renueva todo el organismo. Hay ciertos cálculos de altas matemáticas con los que no estamos familiarizados. Algunas tablas muestran el cálculo de la pulsación de los corazones de todo el mundo. No hay dos personas cuyos corazones laten en la misma frecuencia. En algunos, hay un intervalo después de cada diez latidos, y en otros, dicho intervalo se produce después de veinte segundos, etc.

¿Sabéis lo que significan esos intervalos? Están presentes cuando tiene lugar una comunicación con otros mundos. De acuerdo con el ratio de este ritmo, esos intervalos muestran el mundo con el que estás en contacto: la Vía Láctea u otra constelación. Esas civilizaciones generan diferentes virtudes en tu alma.

Se ha observado que el corazón late más rápidamente de lo normal durante las 12 primeras horas del día. Durante esas 12 horas el corazón se halla en condición ascendente. A lo largo de las otras 12 horas, o sea, en la segunda mitad del día, los latidos del corazón decrecen en número y el corazón se halla en condición descendente. Lo mismo puede observarse durante los meses y los años. El corazón asciende durante los 14 primeros días de un mes y desciende durante los otros 14 días. Es importante saber cuándo el corazón está en posición ascendente y cuándo descendente.

¿Qué es un pulso saludable? : Un pulso que es musical y rítmico. El latido cardíaco de un santo es algo musical. Transmite una cadencia especial. En el latido de un criminal hay algo que funciona retardadamente, una desconexión que apunta a un bajo tipo de vida.

Estudia el latido cardíaco en conjunción con la música. De esta manera comprenderás la influencia de cada tono en el organismo.

Cada corazón está conectado con la pulsación cósmica, con el corazón cósmico. En este sentido, hay un ritmo en la naturaleza. No te asustes cuando tu corazón lata irregularmente, pero restaura la armonía entre tus pensamientos y sentimientos.

Un ejercicio: Búscate el pulso con tu pulgar. Si notas una sensación agradable ello significa que eres una persona saludable. De lo contrario, tú no estás sano. Si quieres que tu corazón lata en forma saludable, debes mantener tu mente en buen estado, porque las corrientes eléctricas de la naturaleza pasan a través de ella, y también tu plexo solar, por donde pasan las corrientes magnéticas. Sé consciente de los pensamientos contradictorios para mantener tu mente en buenas condiciones. No dejes entrar nunca sentimientos negativos en tu corazón, y así, tu plexo solar estará en óptimas condiciones.

La circulación de la sangre se debe principalmente a las corrientes electromagnéticas. Si no respaldan la circulación de la sangre arterial, el corazón, por si mismo no podrá llevarla a cabo. La sangre circula gracias a la existencia de un impulso cósmico en el mundo, que regula constantemente la circulación sanguínea de todos los organismos.

LOS PULMONES

Con el cerebro, tanto el corazón como los pulmones tienen una doble función:

Fisiológica y física. El corazón limpia no solamente la sangre sino los sentimientos. Los pulmones purifican el aire y son también un altar donde son depositados los pensamientos, sentimientos y deseos para ser purificados. Es en este altar donde arde el fuego sagrado del sacrificio, que limpia y da solidez a las cosas.

Los pulmones son un complejo laboratorio atravesado por muchas energías. El prana del aire penetra los pulmones y ayuda a la oxigenación de la sangre, incluso cuando la penetración del aire es difícil. De esta manera, los elementos vitales entran en la sangre purificada. La respiración completa es la mejor. El amor es la primera condición para una respiración completa. Cuando respira, el hombre debiera apreciar el aire como un precioso don.

De esta forma, el aire penetrará todos los niveles de las células pulmonares y les dará su prana, su energía viviente, que ellas extraerán y distribuirán por todo el organismo. El amor influye en los pulmones. Todo aquel que ama, expande, sus pulmones se expanden. Cuando el hombre acepta un regalo conscientemente, con gratitud, el amor empieza a actuar en él y le eleva. Toda energía divina que venga de lo alto, tiene que pasar primero a través del sistema respiratorio, subir después hasta la mente, y alcanzar por último el corazón.

EL HÍGADO

Tanto los pulmones como el hígado, son dos transformadores de energía. Los pulmones transforman la energía mental del hombre, y el hígado transforma la energía de los sentimientos, dirigiéndolas al sistema nervioso simpático. Cuanto mejor funciona el hígado, más altos y nobles serán los sentimientos de un hombre.

EL ESTÓMAGO

Todo lo concerniente al buen estado del organismo y su salud, corresponde al estómago. Muchos órganos ayudan al estómago: dientes, boca, lengua, garganta, intestinos. La comida debe ser masticada largo tiempo para extraer su energía. Cuando masticas la comida, la energía vital pasa a través de la lengua para ser almacenada en el sistema nervioso. La comida pasa de la lengua al estómago, donde tiene lugar otro proceso. Cuanta más energía fluya del cerebro, más fácilmente será digerida la comida. La composición de la saliva cambia a cada momento y determina los cambios en la psicología humana. Éste es un tema científico que merece ser estudiado en el futuro.

Todo aquél que disfrute de un saludable sistema digestivo, se sentirá contento, y trabajará vívida e intensamente. Cuando te encuentres con alguien de facciones blancuzcas, sabrás que su sistema digestivo no funciona bien.

Si la comida no es bien digerida, la sangre no puede ser bien purificada. En torno a las articulaciones, se acumula materia semiorgánica en forma de depósitos. Estos defectos del organismo provocan alteraciones del espíritu, y el pensamiento también es afectado negativamente.

El estómago transforma la energía recibida de la comida; los pulmones transforman la energía proporcionada por el aire; el cerebro transforma la energía recibida del mundo exterior.

EL CUERPO FÍSICO: RELACIONES

La cabeza representa el mundo divino. Los pulmones, el corazón pulsante del hombre y el sistema circulatorio, representan el mundo espiritual. El estómago es el mundo físico, material. Cuando descienes al intestino grueso, llegas al Infierno en el hombre, el mundo de sus más bajos deseos y afanes. Allí se encuentran los resultados de lo más bajo de la vida humana.

Todos los procesos de la vida humana, tales como comer, respirar, beber agua, pensar, sentir, constituyen una cadena continua. Obedecen a una ley común y cooperan unos con otros. Cuando estos procesos se desenvuelven correctamente, nuestra vida se desarrolla armónicamente, de acuerdo con las leyes del mundo divino.

No te atrevas a desatender tu cuerpo. El espíritu no puede desarrollarse en ti sin un cuerpo. El cuerpo puede ser comparado a un tronco al que se injerta una planta. Tiene lugar una lucha entre el cuerpo y el espíritu hasta que el espíritu, el injerto, arraiga en el tronco y empieza a desarrollarse libremente. Cuando los Jugos del tronco empiezan a subir hasta el injerto y los del injerto descienden hasta el tronco, la vida transcurre normalmente. Podemos decir entonces que la lucha entre cuerpo y espíritu ha terminado. Eso es lo que llamamos también transformación de energías. Todo el mundo debiera conocer esta ley y aplicarla a su propia vida, y para aplicarla de una manera correcta, se precisa de la oración.

Una fórmula: *Siendo yo un servidor de Dios, deseo que mi cuerpo esté sano, porque le pertenece a Él. Mi cuerpo es una célula del Gran Cosmos y debe estar sano.*

“Sé cálido y brillante como el Sol. Éste es el significado de estar sano. Sé diáfano como la Luna. Goza con las estrellas, que ayudan a desarrollar tus facultades. Alégrate de que todo en el mundo trabaja en beneficio tuyo, para ti, el hijo pequeño del Universo, que eres tema de estudio para seres elevados y sabios.”



PARTE SEGUNDA

SALUD Y ENFERMEDAD

La vida es la esencia del cuerpo humano, la esencia de la vida es la salud, y la salud es el resultado de la relación armónica de elementos y fuerzas que trabajan en el organismo.

La salud de la persona depende de cuatro condiciones: el poder de su espíritu, la bondad de su alma, la luz de su mente y la ternura de su corazón. Para adquirirlas, tiene que conseguir conocimiento.

Estar sano significa estar en armonía con el Principio Primordial, con tus allegados y contigo mismo.

¿Cuál es el origen de la enfermedad? Una de las causas es la acumulación de energía sobrante en zonas de desechos. Para liberar el exceso de energía, antes tienes que descubrir la causa de su acumulación. Cuando sabes el motivo, resulta fácil liberar esta energía. El motivo puede deberse a una mala combinación de pensamientos. Corrige el proceso de pensar y el dolor desaparecerá.

La más pequeña desarmonía entre tus pensamientos, sentimientos y acciones, te lleva a la enfermedad. Para armonizarlos, debes estar en sintonía con las leyes de la Naturaleza. Si consigues alinearlos, tus pensamientos, sentimientos y acciones fluirán con naturalidad, con suavidad y con el mismo esfuerzo que te supone el respirar o el recibir luz.

¿Qué es la enfermedad? Materia en desorden, energía desordenada, pensamientos desordenados. Cuando caigas enfermo, no te asustes, pero infunde amor en tu vida. El amor cura todas las enfermedades. Considera la enfermedad positivamente. Contéplala como un regalo que te ha sido dado para que trabajes sobre ti mismo. Cuando el discípulo está enfermo, tiene que desarrollar su amor. Cuando su amor aumente, se curará.

Detrás de cada enfermedad hay entidades ocultas, en diferentes estados de desarrollo, fuertes o débiles, buenas o malas. La mayoría de ellas son malas. Estas entidades invisibles agitan y usurpan las energías humanas. Cuando una persona está enojada, se llevan sus energías y le dejan en un estado de

Debilidad. He sido testigo de cómo sucede. Llegan en grupo, toman sus posiciones en torno a la persona y le sugieren pensamientos negativos.

Cuando han conseguido su propósito, se marchan y observan el resultado.

Cualquier clase de enfermedad que aparezca en el ser humano, es debida a sus pensamientos. Cada pensamiento negativo conlleva un estado negativo. Todo mal pensamiento o sentimiento atrae varias entidades inferiores.

Todas las enfermedades que aparecen en el plano físico, han surgido primero en el mundo espiritual antes de alcanzar el plano físico. Si tienes éxito en crear el polo opuesto de la idea que ha provocado la enfermedad, verás como ésta desaparece dos o tres meses más tarde.

El pensamiento humano penetra el espacio intermolecular del sistema nervioso cerebral, y sus sentimientos, el espacio internuclear del sistema nervioso simpático. Ésta es la principal diferencia entre pensamientos y sentimientos. Por ello, para proteger a la persona de las destructivas influencias de las fuerzas ocultas en los espacios intermolecular e internuclear, la ciencia oculta da el siguiente consejo: "No descuides tus elevadas aspiraciones y deseos, no echés en olvido tus altos pensamientos."

¿Cuál es la razón por la que hay enfermedades? El bloqueo de energía vital en los casos en que se vuelve potencial o pasiva. Por eso, el procedimiento curativo consiste en la transformación de la energía potencial en energía kinética. Ello puede conseguirse mediante la aplicación de diferentes clases de remedios y métodos que activan la energía pasiva.

Hay siete u ocho maneras de curar a una persona. Sólo en muy pocos casos la persona puede ser curada espiritualmente. ¿En qué casos? Únicamente las personas que no dudan de si mismas pueden curarse de esta manera.

En el proceso curatorio participan tres factores: la naturaleza, el sanador y el mismo paciente. La naturaleza participa en un 50%, el sanador en un 25%, y el paciente en el restante 25%. Sin embargo, el resultado depende principalmente del paciente. Si no toma una actitud activa, la ayuda de la naturaleza y del sanador será inútil.

Los doctores de hoy día estudian los signos y síntomas de las enfermedades. De hecho, un verdadero doctor necesita conocer primeramente las características y comportamientos de un organismo sano para compararlos con los de uno enfermo. No se es un maestro por diagnosticar a una persona enferma.

Lo que sí constituye una habilidad es diagnosticar con una antelación mínima de diez años al comienzo de la enfermedad a fin de poder prevenirla. Es más

Fácil curar a alguien antes de que se produzca la enfermedad, que después que ésta se haya establecido. El sanador que conoce la ciencia oculta está capacitado para obrar de esta manera.

Muchas enfermedades se deben al estado de otras personas y se contagian por sugestión. Sabiendo esto, trabaja conscientemente sobre ti mismo a fin de no ser afectado por influencias externas. Ayuda a tus allegados a liberarse de las malas influencias y sugestiones que reciban inconscientemente.

Los ojos de ciertas personas despiden unas radiaciones especiales utilizables para bien o para mal. Esos ojos pueden transmitir aflicciones o bendiciones a los que están en su entorno.

No hay veneno tan poderoso como los pensamientos y sentimientos negativos. El temor, el odio, la suspicacia, la duda, son diferentes clases de venenos. Se depositan en la sangre y la emponzoñan.

No hagas componendas con tu pureza, porque cuando eres puro permites que todas las fuerzas de vida circulen libremente. Primeramente, debes limpiar tu sangre. No puedes limpiarla si no has limpiado tus pensamientos, sentimientos y acciones. Al igual que limpias tu sangre mediante la respiración, debes encontrar la manera de purificar tus pensamientos.

Para equilibrar corazón y mente se precisa del amor. También se necesita de la Mente Divina. Toda enfermedad está causada por insuficiente luz en la mente, insuficiente calor en el corazón e insuficiente energía en el organismo. Cuando la luz, el calor y la energía aumentan, la salud mejora en consonancia.

LA COMIDA Y LA NUTRICIÓN

El desarrollo y crecimiento del hombre depende del estado de su sistema digestivo. Un tercio de la energía humana se gasta en el estómago.

Primeramente y ante todo, la comida debe permanecer en la boca el tiempo suficiente para que su energía pueda ser absorbida por la lengua. Desde la lengua, la energía es enviada al cerebro y luego al corazón. La lengua absorbe la energía espiritual de la comida, que no puede ser absorbida de ninguna otra forma. Para poder utilizarla, la persona tiene que estar libre de preocupaciones. En una nutrición correcta, la mente desempeña un importante papel.

Si masticas por tu lado izquierdo, te volverás muy sensitivo. Si masticas por tu lado derecho desarrollarás tu aspecto cerebral. Para conseguir armonía entre Pensamientos y sentimientos y conseguir paz interior, mastica por ambos lados.

Observa las reglas siguientes: antes de comer, concentra tu mente en la comida. Medita en ella como en un gran regalo que te da la Naturaleza. Cuando piensas así en la comida, puedes contactar con la Naturaleza, pacificas tu mente y tus sentimientos. No comas apresuradamente. Mientras comas, no pienses en otras cosas. Si puedes conseguirlo, ello tendrá su reflejo en tu organismo,

No comas más de lo debido. Come hasta que hayas conseguido satisfacerte. Si continúas comiendo, el estómago usará toda esa energía y no quedará nada para el cerebro.

El alimento consiste en algo vivo, portador de energía, que recibida con amor, renueva el cuerpo.

Observa las siguientes normas: Desayuna después de la salida del Sol y cena después de su ocaso.

Todo aquél que quiera estar sano, debe procurar no mezclar comidas. Toma solamente una clase de comida, déjala digerir, y luego, toma otra de diferente clase.

Cada uno debe averiguar qué clase de comida es la que mejor le sienta. La Naturaleza ha dotado a cada uno con un instinto para escoger su comida apropiada, con discernimiento. Cuando llegues a este estado de pureza, inherente al primitivo ser humano, tendrás la suficiente sensibilidad como para escoger los alimentos que te son buenos y adecuados. Cada organismo necesita de una determinada clase de alimento, y si una persona conoce sus propias necesidades, irá más allá no sólo de sus necesidades físicas, sino que avanzará también en el aspecto mental, emocional y espiritual.

La carne contiene elementos negativos, dañinos al organismo humano, lo que tiene su reflejo tanto en el plano físico como en el espiritual. La comida vegetariana se recomienda dada su baja toxicidad. La fruta es el mejor alimento. Sin embargo, es un error creer que alimentarse solamente de alimentos puros es por sí mismo suficiente para el desarrollo espiritual. Hay una ley básica en lo que a la adecuada nutrición respecta. De acuerdo con dicha ley, la persona puede comer cualquier cosa, siempre que lo haga conscientemente y con amor.

El ayuno es un método de renovación del organismo. Su principal objetivo es despertar la energía pasiva depositada en las células. Aquí también, deben ser observadas ciertas leyes. Si te propones ayunar sin un propósito determinado, el ayuno no reportará resultados. Debes escoger también la época y días adecuados para ayunar. De acuerdo con el día de la semana en que inicies el ayuno y la hora, el resultado será diferente.

No debes torturar tu cuerpo, ni tu corazón, ni tu mente, ayunando sin un propósito determinado.

Durante el ayuno, permanece contento, animoso, y no reveles a los demás que estás ayunando. De esta manera, el ayuno se torna más efectivo.

El ayuno, practicado correctamente, produce resultados de diferentes maneras: mejora tu salud, especialmente el sistema nervioso, armoniza tus sentimientos, te proporciona más ternura, despeja la mente y te aporta más luz en tu interior.

EL AGUA: CURACIÓN CON EL AGUA

El agua es portadora de vida, de prana vital. Aquellos que saben cómo usar este prana, pueden fácilmente curarse a si mismos. Si llegas a comprender las propiedades del agua, podrás curar toda clase de enfermedades con ella.

Yo suelo decir: La medicina más poderosa en el mundo es el agua caliente. El cuerpo humano tiene siete millones de poros que son como las ventanas, los respiraderos del organismo. Tú los abres por medio de una limpieza interior llamada sudación. El primer paso hacia el tratamiento de toda enfermedad es abrir los poros. El mejor sistema para provocar el sudor es beber de una a diez tazas de agua caliente.

Respirar a través de los pulmones es un tipo de respiración, pero el cuerpo respira también a través de la piel. Cuando ambos tipos de respiración se producen de un modo equilibrado, la persona está sana. El estado de la piel determina el estado de la mente.

Muchos malos estados y perturbaciones pueden transmutarse por el uso del agua en diferentes partes del cuerpo. Por ejemplo, puedes humedecerte el cuello, o la parte posterior de tus orejas, o tus pies. Al lavar las diferentes partes de tu cuerpo, se producen cambios en tu cerebro.

Si estás enojado, nervioso, o dubitativo, coge un balde de agua limpia a la temperatura del cuerpo y derrámala sobre la parte superior de tu brazo izquierdo. Espárcela con una toalla para que la piel permanezca un poco húmeda. Al cabo de un rato, humedece la parte superior de tu brazo derecho y frótalo de la misma manera. Si tu estado no mejora, repite el proceso un momento después. Si todavía no se produce un cambio en tu estado mental, aumenta el tiempo entre el lavado de cada brazo en un minuto cada vez, hasta llegar a diez minutos. Después te sentirás bien.

Del primero de Mayo hasta mediados de Julio, expónte a la lluvia cada vez que llueva, hasta quedar completamente empapado. Después ves adentro y frota tu cuerpo con una toalla, ponte ropas secas y tómate una o dos tazas de agua caliente.

LA RESPIRACIÓN: CURACIÓN POR LA RESPIRACIÓN

La salud depende de la respiración consciente.

Debes dedicar un mínimo de 10 a 15 minutos tres veces al día en respirar conscientemente. Mientras respires, da gracias por el aire, por el don que recibes a través suyo.

Hoy en día la gente respira – inhalación y exhalación – un promedio de veinte veces por minuto. Esta respiración es acelerada. La gente que respira tan deprisa tiene una voluntad débil. Aplica tu voluntad a reducir gradualmente el número de respiraciones hasta 15 por minuto. Si puedes llegar a 10 por minuto, tu salud mejorará.

“Recuerda, la respiración normal conlleva de 10 a 20 respiraciones por minuto. Durante los ejercicios, respirarás 4 veces por minuto. Empieza con 4 inhalaciones y redúcelas gradualmente. Si puedes llegar a una inhalación y una exhalación por minuto, lograrás algo valioso.”

Para el desarrollo de la paciencia en particular, te recomiendo que respires profundamente. Respira profundamente y retén el aire durante 10, 20, 30 o más segundos. El que no esté experimentado en respirar profundamente debe retener el aire en sus pulmones durante 2 o 3 segundos las primeras veces, e incrementar cada día el tiempo, de segundo en segundo. Al cabo de un mes podrá mantener el aire en los pulmones durante 30 segundos. Si lo consigue, se liberará de muchos malos estados y malos espíritus.

La concentración de la mente depende de la respiración. Respirando profundamente, uno puede alcanzar una buena concentración.

Hay una clase de prana que entra por la fosa nasal izquierda, y otra que entra por la derecha. Por el orificio izquierdo se recibe una corriente magnética, “la corriente solar”. Está ligada con el plexo solar. Por el orificio derecho se recibe una corriente eléctrica, “la corriente lunar”, conectada con el cerebro. Cuando quieras desarrollar tu mente, inspira por el orificio derecho y exhala por el izquierdo. Si quieres desarrollar el corazón, inhala por la fosa izquierda y exhala por la derecha. Cuando alternamos la respiración a través de las fosas nasales, equilibramos ambas corrientes así como la electricidad y el magnetismo.

Ejercicio: inspira contando hasta 7, mantén la respiración contando hasta 10 y exhala contando hasta 9. Practícalo tres veces al día inspirando a través de la fosa izquierda por la mañana y mediodía, y por la fosa derecha al atardecer.

Los ejercicios pueden completarse con una fórmula u oración. Mientras respiras, puedes decir mentalmente: “Gracias, Padre, por el todo el bien que me has dado.” Puedes también, repetir el Padre Nuestro mientras inhalas, sosteniendo la respiración, y exhalando. Hazlo cada día por la mañana, al mediodía y al atardecer, diez veces.

Ejercicio: Inhala por la fosa izquierda diciendo lo siguiente:

“Que el Nombre del Señor sea glorificado en mí”. Retén la respiración, diciendo: “Que el Reino de Dios y su Justicia estén conmigo.” Exhala, diciendo: “Hágase la voluntad de Dios.”

ENERGÍA SOLAR

La relación entre el Sol y el organismo humano es similar a la que existe entre Dios y el alma humana.

El Sol es una fuente de energía viviente para todo el sistema solar. Con relación a la tierra, la energía solar es positiva. Se revela en electricidad positiva y negativa, y en magnetismo positivo y negativo. La energía de la tierra es negativa con relación al Sol. La tierra y el sol contienen ambas clases de energía, pero en el sol prevalece la positiva, y en la tierra, la negativa. El encuentro de las dos asegura la vida en la tierra. El mediador, que une las dos clases de energía, es el éter, que penetra el espacio y toda la tierra. Los ocultistas lo llaman “plasma de vida”.

Desde la medianoche hasta el mediodía, dondequiera que sea, la tierra es negativa. Esta es la razón por la que absorbe más energía positiva del sol. Al mediodía, la tierra irradia energía positiva, y gradualmente, se transforma en negativa nuevamente.

La energía que fluye del sol pasa por cuatro fases a lo largo del día: desde la medianoche hasta el mediodía la afluencia de energía solar alcanza su zenit durante la salida del sol. A partir del mediodía, la fuga de energía empieza y llega a su cima en el ocaso.

Una hora antes de la salida del sol, su energía actúa sobre la mente. Antes de su salida, los rayos del sol influyen sobre el cerebro. Durante su salida, afectan a los pulmones y sentimientos. Hasta el mediodía, trabajan en el sistema digestivo. Por la tarde, la energía solar tiene menos poder curativo.

Si quieres utilizar adecuadamente la energía solar, ofrece tu espalda a los rayos del sol antes de su salida.

Hay períodos durante el día, en el que los rayos del sol no influyen beneficiosamente en el organismo. Esos rayos son "negros", negativos. Ten cuidado. Para preservarte de su influencia, no duermas durante el día.

En primavera y verano hay una afluencia de energía hacia la tierra, y en otoño e invierno, hay una retirada. Por ello, la influencia más beneficiosa del sol empieza el 22 de Marzo. El mejor período para revitalizarse va del 22 de Marzo hasta el 22 de Junio. En esta fecha, lo que está en período de maduración se detiene.

Durante la salida del sol, si te das cuenta de que estás recibiendo el amor de Dios y la vida de Dios, la luz del sol te sanará.

Estar presente en la salida del sol implica establecer un vínculo consciente con él, hacer, hacer posible la entrada de sus fuerzas en tu organismo. Cuando te unes de esta manera con el sol físico, contactas también con otros dos soles: el sol del mundo espiritual y el sol del mundo divino.

Fórmula: *“Dios, que los ritmos de mi corazón sintonicen con el pulso del sol. Así como el sol proyecta su luz a todas las cosas, que mi corazón aporte energía a todas mis células.”*

COLORES: CURACIÓN POR EL COLOR

Cuando estudiamos la existencia, estudiamos el Gran Principio Primordial que ha creado la luz. Todas las formas de vida han evolucionado desde la luz.

La luz visible, la que podemos ver, es un resultado de los pensamientos de seres muy elevados.

La luz se manifiesta a través de vibraciones, pero las vibraciones no son la luz. Análogamente, la mente se manifiesta a través del cerebro, pero no es éste el que crea la mente.

Hay dos clases de vibraciones luminosas que son matemáticamente diferentes. Una consiste en ondas de “luz negra”. La otra, en ondas de “luz blanca”. Algunas veces se entrecruzan. Cuando los rayos negros afectan al ojo, causan deformaciones faciales. Sus vibraciones provocan que la gente se sienta nerviosa. Cuando una persona se desenvuelve en forma correcta, su cara resplandece como la luz blanca. Ello es un signo de que su alma está despierta y tiene buenas inclinaciones.

La luz es una medida de la inteligencia de la persona. Una persona inteligente irradia una luz brillante. Cuando el intelecto se deteriora, la luz se vuelve azulada al principio y luego se torna amarillenta.

El corazón, asiento del amor, emana un suave color rosa. Este color irradia un agradable y suave color. La voluntad brilla con luz blanca, el color de las virtudes. Todos los otros colores oscilan entre estos tres: brillante, rosa y blanco, y forman el aura humana.

La persona conoce solamente siete colores, pero llegará a descubrir otros cinco. En la tierra solamente pueden ser vistos doce colores.

Estudia la luz con sus siete colores. Estos siete colores son los siete caminos creados por la mente humana en su desarrollo.

El color rojo es una puerta por la cual entra la vida. El rojo limpio da vitalidad, mientras que un rojo sucio causa irritación. El anaranjado limpio produce una noble personalidad. El sucio alimenta el egoísmo. Cuando alguien es temeroso, debiera someterse a un tratamiento basado en el color naranja y absorber el color naranja del sol para poder así transmutar sus temores.

El amarillo equilibra los sentimientos, aporta calma, paz y tranquilidad. Pacifica la mente. El amarillo sucio perturba la mente.

El verde ayuda en el proceso de crecimiento. Regula las corrientes magnéticas y eléctricas en el organismo humano. Si quieres estar sano, utiliza el color verde. El verde sucio provoca debilidad física y espiritual.

El azul, si es limpio e intenso, levanta y expande sentimientos nobles. El azul es básico para la vida espiritual de la persona. El azul celeste calma el sistema nervioso. El azul es el color de la verdad. En cantidad insuficiente y cuando no es límpido, provoca dudas y desconfianza.

El azul índigo proporciona firmeza, tenacidad, estabilidad. Cuando es sucio, trae inseguridad.

El violeta limpio proporciona fortaleza de carácter. Cuando es sucio causa pusilanimidad.

El color blanco te aporta salud. El negro causa estados perniciosos.

Cuando estés enfermo, debieras vestir ropa blanca. Debes variar los colores. Los colores producen actividad, vida. Son energías que influyen en el organismo humano. La persona debe pasar por cada color del espectro, y la

duración del tiempo a permanecer en cada color, está determinada con exactitud.

En ocasiones, aparecen bloqueos en el organismo humano con efectos perniciosos. La persona precisa entonces colocar su cuerpo en una luz azul y Amarilla. Puede también utilizar los rayos solares con la ayuda de un prisma de cristal. A través del prisma es posible descomponer la luz y proyectar el espectro solar en la pared. Concentra entonces tu mente en el color requerido para absorberlo. Cuando cierres los ojos, tienes que reproducir mentalmente el mismo color. Practicando este ejercicio regularmente, podrás en todo momento reproducir cualquier color en tu mente y sanarte tú mismo. Primero verás solamente oscuridad, luego aparece una tenue luz que gradualmente se hace más intensa.

El cerebro humano contiene un prisma, y si una persona lo desarrolla, puede curarse a sí mismo. En todo caso, debes empezar utilizando un prisma de cristal. El prisma del cerebro requiere una poderosa concentración y una mente fuerte.

Si uno no conoce las leyes que rigen el uso del prisma del cerebro, no se sentirá bien. Esto se debe al incremento de la circulación sanguínea en alguno de los centros del cerebro. Un incorrecto suministro sanguíneo en los centros del cerebro, puede provocar daños en todo el organismo.

LA MÚSICA – CURACIÓN CON LA MÚSICA

La música y el canto han sido dados al hombre como métodos para transformar sus energías. La música eleva las vibraciones del organismo humano y despierta fuerzas vitales. Conociendo el poder de la música, deberías cantar en toda circunstancia, tanto si te encuentras bien como si estás enfermo, y a pesar de todos los obstáculos, pruebas y sufrimientos.

La música transforma no sólo al ser humano, sino a toda la naturaleza. La música es un método de sanación. Si una persona enferma canta cada día, se recuperará pronto. Si una persona sana deja de lado el cantar, se pone en peligro de perder su salud.

La música conecta los mundos físico y espiritual. A través de ella, una energía vital muy especial penetra el organismo humano. Mediante el canto puedes desarrollar habilidades que no pueden serlo de ninguna otra manera. Cuando el mundo físico se halla revolucionado, puede reorganizarse por medio de la música.

A través de la música, la materia empieza a vibrar armoniosamente. Necesitas de la música como una cura. En tu vida, como discípulo, pasas por grandes pruebas y súbitos cambios, alegrías y tristezas, que van depositando toxinas en tu interior. La música es un remedio para ello. Ciertas clases de sentimientos pueden emponzoñar todo tu organismo y destruir tu hígado y tu bilis. Por ello, el discípulo debe aprender a cantar.

Todo dolor es debido a un espasmo de los vasos capilares. Cuando cantas, los capilares se dilatan y el dolor desaparece.

Existe una correlación entre los sonidos musicales y el organismo humano. Cada órgano está conectado a un particular sonido conforme a sus propias vibraciones.

El corazón está conectado con “do”.

El sistema respiratorio con “re”.

El hígado con “mi”.

Los riñones con “fa”.

El bazo con “sol”.

La vesícula con “la”.

El aparato digestivo con “si”.

Una arritmia, por ejemplo, puede curarse cantando “do”, el sonido natural y verdadero de “do”, no el que es dado por una horquilla de sintonía. Mantén ese sonido en la forma debida y pronto experimentarás un estado de tranquilidad y alegría. Esta alegría te dará la “luz de vida”, tal como hace el sol naciente.

El sonido básico “do” es la llave de la vida. Si una persona lo canta correctamente, puede obtener la energía vital del sol y distribuirla por todo su cuerpo. Mediante el canto atraemos esas fuerzas de la naturaleza que nos armonizan. Esta es una ley de atracción.

ENERGÍA SANADORA

Las energías procedentes de Dios pasan a través de los hombres. Somos centros por los que pasan las energías de la Naturaleza Inteligente. Cuando estés enfermo o te sientas mal, busca un amigo que te quiera, toma una de sus manos, o ambas, mírale a los ojos, y agradécele la energía que has recibido de él.

Cuando pones las manos sobre la cabeza de alguien, debes averiguar si estás recibiendo o dando energía. Si la recibes, debes averiguar también si te es útil.

Si la estás dando, tienes que saber si tu energía le será de utilidad a la otra persona. Debes agradecer esa energía, tanto si la recibes como si la das. En ambos casos se trata de energía divina y su cantidad está controlada, por lo que debe usarse adecuadamente.

Confío en que desarrolles tu fuerza de voluntad, para que cuando pongas tus manos sobre la zona dolorida, la curación tenga efecto. Todo aquel que tenga una fuerte voluntad puede hacer esto. ¿Cómo? Concentrando el prana del aire y dirigiéndolo a la parte doliente.

Para curar con tus dos manos, utiliza la oración. Después de una o dos oraciones, el dolor puede abandonar el cuerpo. Coloca tus manos sobre la cabeza de la persona enferma y envíale tu amor y buenos deseos. Son grandes fuerzas.

Cuando te sientas colérico, irritado o desequilibrado, practica el siguiente ejercicio: Levanta ambas manos sobre la cabeza y lentamente ves tocando tu cabeza y cuerpo, de arriba hacia abajo. Después sacude tus manos. Repite esto tres veces cada día.

Otro remedio para cuando te sientas airado, es buscar un amigo que sea negativo o pasivo. Pídele que ponga su mano izquierda sobre el lado derecho de tu cabeza. Al cabo de un rato notarás que tu exceso de energía ha pasado a través de su mano y tú te encontrarás mejor.

Cuando alguien está irritado y siente alguna clase de molestia en su plexo solar, debe poner su mano derecha, con la palma hacia abajo, en el plexo solar, y su mano izquierda en la cadera, con la palma hacia fuera. En esta posición, el sistema nervioso se calma. El sobrante de energía que padece el cerebro es eliminado a través de las manos. La palma de la mano izquierda conduce energía negativa, energía calmante, y la parte superior de la mano derecha conduce energía positiva, energía excitante. Cuando ambas clases de energía se encuentran y se funden, uno se calma.

Cuando necesites tranquilidad, vete a una arboleda. Ves a un viejo roble y apoya tu espalda contra él. Permanece en silencio unos 10 o 15 minutos y dile: "En ti hay mucho de la mente de Dios, de las formas de Dios. Por favor, cédeme algo de tu energía." El roble cambiará algunas de tus energías desarmónicas, te calmarás, te recobrarás y regresarás contento a tu casa.

Debes de permanecer sobre las rocas durante una o dos horas para magnetizarte. No deben ser redondeadas porque las fuerzas magnéticas fluyen a través de los filos. El poder sanador de las piedras se acentúa en Septiembre.

CURACIÓN CON EL PENSAMIENTO

El poder de un humano descansa en su pensamiento. El pensamiento nutre al hombre lo mismo que el respirar. Si tus pensamientos son malos te irás consumiendo aunque te alimentes correctamente.

Al pensar, combinas tres clases de energía y construyes tu cuerpo mental, que llevarás contigo cuando abandones este mundo.

Para manejar tus energías debes estudiar la ley de la concentración, debes practicarla. Focaliza tu vista en un objeto y no pestañees. Mantén tu mirada sin pestañear durante un minuto y ves incrementando paulatinamente el tiempo. Ello reforzará tus ojos. Tu conciencia debe permanecer concentrada durante todo el ejercicio. No permitas que tu mente vagabundee. Toma dos objetos en tus manos y manténlos el uno contra el otro. Focaliza tu mente en el punto de contacto. Al cabo de un rato verás una pequeña chispa. Cuanto antes surja la chispa más concentrada está tu mente. Haz que tus dedos índices se apunten el uno al otro, sin tocarse. Al poco tiempo verás una tenue luz. Practica este experimento al anochecer para ver mejor la luz.

Aplica tu mente a curarte a ti mismo y a tus familiares. Cuando te sientas enfermo, concentra tu mente y di: **“Me pondré sano.”** Algunas veces necesitarás repetir esta frase diez veces. En ocasiones tendrás que repetirla mil veces hasta sentirte bien. No te desanimes. Si persistes, conseguirás buenos resultados.

Hay células en tu cuerpo cuya tarea consiste en curar. Son células sanadoras. Simplemente dirigiendo tu pensamiento hacia ellas, ello te aportará poder sanador.

Si te aqueja un pensamiento molesto, no trates de desembarazarte de él porque se volverá todavía más molesto. Busca un pensamiento antagónico que lo reemplace.

Si un familiar está enfermo, procura que le visiten diez personas a las que tú conozcas y que cada una de ellas le desee salud. Si él confía en ti, pronto se restablecerá.

Hay gente que tiene la capacidad de ayudar a los demás con sus brillantes y buenos pensamientos, liberándolos de problemas y molestias.

Si tienes un resfriado, es recomendable que permanezcas en una habitación caliente, que bebas unas tazas de agua caliente a fin de hacerte sudar, y después, te cambies de ropa. Puedes hacer todo esto mentalmente. Si tu

experimento es exitoso deberías sudar. Múdate de ropa y al día siguiente té encontrarás bien de nuevo. Ello probará que tu mente es fuerte. Una mente fuerte es capaz de curar cualquier enfermedad. La mente puede producir cambios en las vibraciones del cuerpo humano. Las vibraciones de una persona enferma son bajas, pero puede acelerarlas y aumentarlas con su mente. Obrando de esta manera, la persona se cura a si misma.

SANACIÓN ESPIRITUAL

Hay muchas maneras de curar. La fe es necesaria para la curación. Si la tienes te curarás prontamente. La fe es una experiencia que viene del pasado, es un pensamiento unido con una sustancia viva. Así, cuando alguien tiene fe, crea una oportunidad para que la fuerza viva de la naturaleza fluya a través suyo. Aquél que no tiene fe es aislado de la naturaleza.

La curación espiritual significa encontrar y eliminar la causa de la enfermedad para que ésta no pueda aparecer de nuevo.

Supongamos que tienes un dolor reumático en un hombro o en un brazo. Deberías dar gracias a Dios por enviarte ese dolor a fin de enseñarte. Bendice a Dios, a los Santos, a toda la gente buena que hay en el mundo, y cuando establezcas un vínculo con ellos, el reumatismo desaparecerá pronto.

La curación espiritual implica el mejoramiento de tu estilo de vida, vivir una vida pura y santa.

Si tienes un fuerte dolor, pon tus manos en las zonas doloridas, concentra tu mente y pronuncia la siguiente **fórmula** :

“Conocerte a Ti, oh Dios, es la Vida Eterna, oh el único, el verdadero. Conocer al Cristo enviado por Ti, es Vida Eterna. Conocer el amor, la sabiduría y la verdad, es la Vida Eterna. Es Vida Eterna saber que Dios es Espíritu que reina en todas partes.” (repetir 3 veces).

Si llegas a enfermar, busca diez personas sanas, ámalas, sírvelas. Dos o tres días más tarde ya te habrás puesto bien.

El amor cura toda enfermedad, eleva la vibración del organismo humano y le protege de las perniciosas influencias de su entorno.

***EL DISCÍPULO DEBE TENER UN CORAZÓN PURO COMO EL CRISTAL,
UN INTELLECTO LUMINOSO COMO EL SOL
UN ALMA VASTA COMO EL UNIVERSO
Y
UN ESPÍRITU PODEROSO COMO DIOS Y UNIDO A DIOS.***

Peter Deunov "BEINSA DOUNO"
"El Maestro"



Nota : Este libro ha sido traducido por los Hnos de la FBU de Reus y publicado por la Organización KOSMOS del Centre OMRAAM Institut Solve et Coagula de Reus , El título original es en BULGARO . La traducción al Castellano fue realizada de la Copia en Ingles , que lleva el título "WORDS OF LIVE" Methods for healing according to the MASTER PETER DEUNOV - MAN - A SYSTEM OF ENERGIES AND FORMS

Editado por SILA y JIVOT P.O.BOX 609 - 8001 Burgas BULGARIA

-Para quienes lo deseen existe también traducción al ALEMAN -

Para cualquier información dirigirse a FBU – www.omraam.es