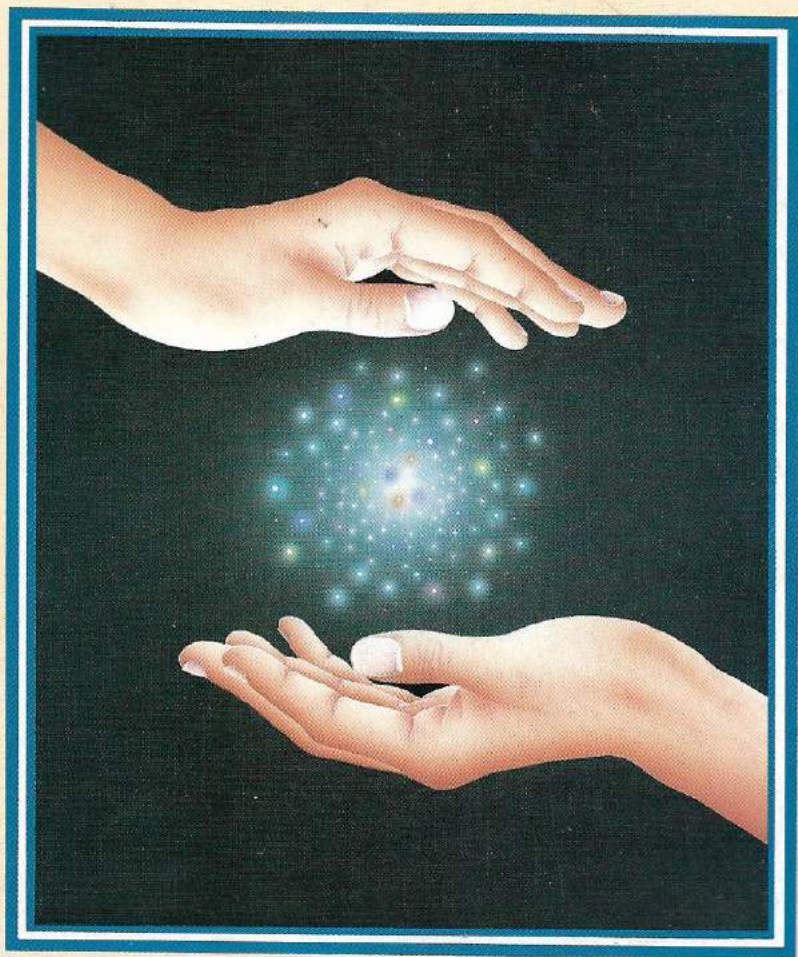


CHOA KOK SUI

A ANTIGA CIÊNCIA E ARTE DA CURA PRÂNICA

MANUAL PRÁTICO DE CURA PARANORMAL



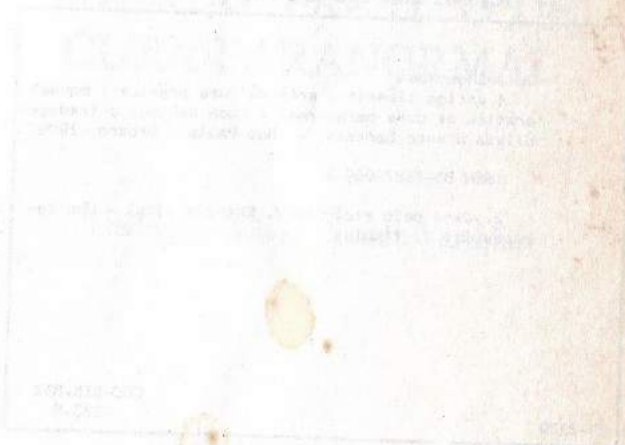
GROUND

1400

Madureira

1400/93

A ANTIGA CIÊNCIA E ARTE DA CURA PRÂNICA



livros para uma nova consciência

© 1987 by Choa Kok Sui

Título original: The Ancient Science and Art
of Pranic Healing, by Institute for Inner Studies Inc.,
Manila, Philippines

EQUIPE DE REALIZAÇÃO

Supervisão Gráfica: Nadia Basso

Diagramação e Revisão (coord.): Fernando de B. Gilão

Tradução: Sílvia Branco Sarzana

Revisão: Sílvia Neves Ferreira (copydesk)

Gilmar Corazza

J. Luiz Rizzieri

Capa: Mário Diniz da Silva Filho

Arte-Final: Paulo S. Cassares

Jefferson L. Alves

Dados de Catalogação na Publicação (CIP) Internacional
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Sui, Choa Kok.

A antiga ciência e arte da cura prânica : manual
prático de cura paranormal / Choa Kok Sui ; tradução
Sílvia Branco Sarzana. — São Paulo : Ground, 1989.

ISBN 85-7187-008-X

1. Cura pelo espírito 2. Energia vital - Uso te-
rapêutico I. Título.

CDD-615.852
-133.8

89-2229

Índices para catálogo sistemático:

1. Cura paranormal : Fenômenos psíquicos : Espiritua-
lismo 133.8
2. Cura prânica : Terapia psíquica 615.852
3. Energia vital : Terapia psíquica 615.852

Direitos reservados:

EDITORA GROUND LTDA.

(Uma divisão da **Global Editora e Distribuidora Ltda.**)

Rua França Pinto, 836
Fone: (011) 572-4473
Cep 04016 - V. Mariana
Cx Postal 45329
São Paulo - SP

Rua Mariz e Barros, 39
conj. 26/36
Fone: (021) 273-5944
Cep 20270 - Tijuca
Rio de Janeiro - RJ

Nº de catálogo: 2065

CHOA KOK SUI

**A ANTIGA CIÊNCIA E ARTE DA
CURA PRÂNICA**

**MANUAL PRÁTICO DE
CURA PARANORMAL**

Tradução: Silvia Branco Sarzana

2ª Reimpressão

Editora Ground

Dedicado
a meus pais,

a meus Respeitados Mestres

especialmente o

Mestre Mei Ling

e a meus países,

Filipinas e China.

AGRADECIMENTOS

A meu Honorável Mestre Mei Ling e outros, por suas instruções e benções.

A Mike Nator e outros por despenderem seu tempo com o autor em experimentos esotéricos e monitoração clarividente dos mesmos.

A minha esposa, por me auxiliar em meus outros trabalhos, tornando possível, portanto, a preparação deste livro.

Ao Dr. Rolando Carbonell, a Marilou Guillen e Lynn Payno por seus valiosos conselhos e pela editoração da obra.

A Benny Gantioqui, o pintor, pelas ilustrações internas.

E a todos aqueles não citados, por seu auxílio e apoio.

APRESENTAÇÃO

Perseguido por espíritos é o homem, que sente que há deuses à sua disposição e demônios às suas costas. Os clarividentes dizem que este não é apenas um sentimento, mas um fato. Toda pessoa é perseguida por dois "fantasmas" — uma aura interior e outra exterior, que acompanham o contorno de seu corpo físico e compõem o campo de energia luminosa, no qual vive, se move e tem seu ser. Quando adoece, isso se deve a uma "falha" energética na aura interior ou na exterior.

Choa Kok Sui, que pratica a cura paranormal há vinte anos, não acredita que seja necessário qualquer "poder especial inato de cura" para a realização de curas paranormais. "Tudo o que é preciso é o desejo de curar." De fato, sua política é a de que cada paciente aprenda como curar a si mesmo.

Seu propósito é transformar "aquilo que hoje é considerado como cura paranormal em algo muito comum e normal dentro de poucas décadas". Deve-se remover o medo e a superstição relativos ao "sobrenatural", e torná-lo uma coisa trivial em nosso dia-a-dia, cultivando-o como uma ciência e uma arte.

Desde muito jovem dedicado a estudos psíquicos, Choa Kok Sui transmite agora aos outros o que aprendeu no campo da cura "prânica". "Não sou clarividente nem nasci com uma capacidade inata de cura. Se eu pude aprender a curar efetivamente, então você também pode!" e os casos que ele cita fascinam por soarem como algo absolutamente comum.

Um músico, chamado Romualdo, de 49 anos, residente em Cubao, foi diagnosticado como portador de sofrimento cardíaco e depósitos de colesterol no coração. Ainda sob tratamento médico, foi levado por seu filho a tentar a cura prânica simultaneamente. E ele o fez sob os cuidados de Choa Kok Sui. Após várias sessões, Choa Kok Sui disse: "Você já está curado!" Quando o músico foi examinado por seu cardiologista, este ficou atônito ao verificar que o paciente tinha se recuperado de uma forma pra-

ticamente instantânea e sem hospitalização. O raio-X mostrou não haver qualquer problema no coração. Ele estava apto a trabalhar. Romualdo está convencido de que o tratamento prânico acelerou sua cura.

Uma dona-de-casa, a Sra. Luz, de 24 anos, residente em Quezon City, estava grávida de dois meses de seu primeiro filho, quando começou a ter hemorragia e dores estomacais. Seu médico achava que ela poderia abortar. Os remédios que lhe deu interromperam a hemorragia, mas não as dores estomacais. Finalmente, ela foi consultar Choa Kok Sui, que a tratou apenas uma vez e por apenas cinco minutos. A dor desapareceu e ela não abortou.

Um advogado, o Sr. Teófilo, de 68 anos, tinha tremores nas mãos, fraqueza nos joelhos e dores no peito. O tratamento médico, que já durava dez anos, não conseguia curar os espasmos e as dores.

"Então Choa Kok Sui me tratou, orando em meu favor várias vezes. Eu sentia meu corpo se tornar mais leve e meus músculos serem ativados. Também sentia que meu corpo estava sendo purificado por alguma força misteriosa. Agora posso comer sem ajuda de ninguém, porque minhas mãos não tremem mais. Posso andar mais rapidamente e tenho dores no peito apenas quando estou muito cansado ou emocionalmente perturbado."

Esses casos provam que a cura prânica é "verdadeira"?

Choa Kok Sui diz que o prana, ou *ki*, é a energia vital ou força de vida, chamada pelos gregos de *pneuma*, pelos polinésios de *mana* e de *ruah* (respiração de vida) pelos judeus. "O praticante projeta o prana no paciente, curando-o." Há três fontes principais de prana. Do Sol, provém o prana solar que revigora e que pode ser absorvido através de banhos de sol ou pela ingestão de água exposta ao Sol. Mas muito prana solar pode causar prejuízos, porque ele é muito forte. Do ar, provém o prana do ozônio, mais eficaz quando obtido através de respiração ritmada, lenta e profunda, e através dos centros de energia (chamados "chakras") da aura interna e externa, que é o nosso invólucro ou corpo etéreo. Da terra, provém o prana do solo, que entra em nós através das solas dos pés.

Além disso, diz Choa Kok Sui, as árvores e plantas absorvem prana do sol, do ar e do solo e exsudam grandes quantidades de excesso de prana: "Pessoas doentes ou cansadas alcançam grandes benefícios ao se deitarem sob as árvores. Melhores resultados podem ser obtidos ao se pedir verbalmente ao ser da planta para ajudar a pessoa doente a ficar boa. O prana pode ser projetado a outras pessoas com propósitos curativos: pessoas que estão exauridas tendem a absorver prana daquelas que o têm em excesso. É por isso que você já pode ter encontrado pessoas que o fazem se sentir cansado ou esgotado sem qualquer razão aparente".

(Disse Jesus: "Alguém me tocou. O poder saiu de mim".)

O praticante da cura prânica precisa sensibilizar as extremidades de seus dedos e também os seus olhos, de modo a poder "sentir" e "esquadriñar" a aura (ou corpo etéreo) do paciente e, assim, verificar onde está a doença ou "falha" energética. Mas isso não exige qualquer poder psíquico ou clarividência, segundo Choa Kok Sui.

"Você nem mesmo precisa tensionar seus músculos ou empregar um esforço exagerado, quando *deseja* ou *pretende curar*. Não tem de visualizar ou fechar os olhos. Quando você a realiza com compreensão, expectativa e concentração, já está *preparado!* O grau de concentração exigido não é extraordinário. A concentração empregada na leitura de um livro é suficiente à realização da cura prânica."

Entre os religiosos, é aconselhável a meditação feita regularmente e o tratamento deve começar com uma oração e uma invocação.

"Reze, por alguns minutos, alguma prece que costuma fazer. Então, mentalmente, recite a invocação de cura: *Senhor, faça de mim Teu instrumento de cura. Deixe que todo o meu corpo seja preenchido pela compaixão por aqueles que estão sofrendo. Senhor, deixe que Tua cura e poder de regeneração fluam através deste corpo. Agradeço em profunda fé!* A invocação deve ser repetida duas vezes, com humildade, sinceridade, reverência e intensa concentração. Então, coloque sua mão sobre a área afetada e mentalmente recite: *Em nome Dele, você está limpo, sadio e perfeito! Você está curado! Assim seja!* Continue a invocação até sentir que o paciente está bem."

Uma vez, ao sofrer de severa dor de cabeça, Choa Kok Sui, em vez de procurar tratamento, experimentou ouvir música suave e verificou que a dor de cabeça diminuiu.

"Assim, relaxar a mente ajuda a curar o próprio corpo. O autor observou que focalizar a dor e tentar removê-la dificulta a cura. Mas ignorar a dor e desviar a atenção para alguma coisa agradável acelera o processo de cura."

A partir daí, ele se voltou para a prática de treinar os pacientes a se curarem.

"Deve-se instruir os pacientes para beber água energizada e se recuperar sob uma grande árvore. Alguns pacientes devem mesmo chegar a abraçar a árvore. Aqueles que são religiosos devem orar regularmente, pedindo a Deus que os tornem sadios e perfeitos novamente. Aqueles que não costumam orar devem procurar uma maneira de entrar em contato com guias espirituais através da visualização. Podem, por exemplo, visualizar-se num belo jardim entre seres de luz. A visualização não precisa ser

nítida, apenas o suficiente para que a pessoa desvie a atenção de suas queixas e desconfortos. Sua condição melhorará, sua dor será aliviada.”

Choa Kok Sui organizou toda essa informação na forma de um livro lúcido e de leitura agradável. Ele o chama de “A CURA PRÂNICA”, e mesmo aqueles que tendem a fugir das coisas místicas e sobrenaturais encontrarão neste “manual prático de cura paranormal” uma série de importantes sugestões e orientações.

Como ele diz, ao final de cada sessão: “Obrigado! Assim seja!”

NICK JOAQUIN*

* *Philippine Daily Inquirer*, 24 de julho de 1987

PRÓLOGO

Há uma profundidade e uma amplitude na Cura Prânica ainda não totalmente compreendidas pelo observador casual. É um sistema diferente de cura baseado numa filosofia de vida própria e na suprema compreensão de que há uma energia vital básica no corpo humano, responsável pela manutenção da saúde.

Eis aqui, pela primeira vez, um amplo estudo e um manual prático de um competente praticante oriental, que trará uma nova luz ao próprio processo de cura. De fato, é um trabalho pioneiro de proporções históricas — e baseado em quase duas décadas de estudos e pesquisas do autor no campo das ciências esotéricas. Embora esta abordagem da cura possa surpreender alguns pontos de vista ortodoxos, seu mérito final fica provado pela eficácia dos resultados obtidos na cura. Felizmente, com o avanço das pesquisas e descobertas surpreendentes no domínio dos fenômenos psíquicos e da cura paranormal, instrumentos modernos são agora capazes de medir e fotografar este campo de energia existente ao redor do organismo físico.

Muito tempo antes do advento da ciência moderna, os antigos sábios e curandeiros já afirmavam a presença da aura humana.

Na Bíblia Sagrada há, no Gênese, a referência ao “sopro de vida”, que constitui a verdadeira chave da existência humana, uma força aparentemente misteriosa, que anima e sustenta a vida. Posteriormente afirmou-se também que o movimento e a qualidade da circulação, o ritmo e a pureza do prana é que determinam a qualidade de nossa saúde, até mesmo de nossos estados emocionais e maneiras de pensar. Assim, não podemos mais ignorar que certamente há componentes e processos não-físicos dentro da dimensão física ou material.

De fato, quanto mais o homem sabe a respeito de seu próprio corpo, mais mistifica-o em sua maravilhosa precisão de trabalho. Nenhuma má-

quina, por exemplo, pode reparar suas partes quebradas, mas o corpo pode fazer isso através da energia vital, ou prana, que respira, da água que bebe e do alimento que ingere.

No atual estágio da evolução, o homem tem pouca consciência das forças prânicas e, conseqüentemente, identifica-se enormemente com a matéria, iludindo-se ao pensar que é apenas o corpo. A conhecida autoridade em Yoga e Medicina, Dr. Stevan Brena, escreveu em seu livro que:

O homem também esquece que a matéria nada mais é do que energia condensada em contínua transformação. Desperdiça energia vital para alimentar seus sentidos com uma série de estímulos provindos de uma cadeia interminável de desejos materiais. Quanto mais dá ênfase à matéria, mais necessita de nutrição "material" para manter-se vivo e, quanto mais queima oxigênio, menos sente as forças prânicas dentro de si mesmo. Esta situação o faz penetrar mais ainda na matéria e, com menos prana, ele se esgota.

Certamente devemos muito ao autor pelos vários anos de pesquisa laboriosa e paciente no estudo da cura prânica. Ele nos mostra a maneira de viver de acordo com as leis da Natureza. Isso está evidenciado em suas discussões sobre o karma e os princípios do amor. Está evidenciado também no espírito de reverência e humildade que o autor infunde em sua obra como um alento de significado espiritual, especialmente no capítulo sobre *meditação baseada nos dois corações (Técnica de Iluminação)*.

Escrito de maneira simples, direta e franca, sem qualquer linguagem obscura ou elaborada, característica dos estudos técnicos e científicos, neste livro o autor vai diretamente ao âmago do princípio que espousa — e explica de maneira fácil, passo a passo, o processo de cura prânica que, ele assegura, pode ser imediatamente aprendido e experimentado pela maioria das pessoas. Você descobrirá rapidamente, neste livro notável, técnicas de cura surpreendentemente fáceis de serem seguidas.

"A cura prânica" oferece-nos um guia prático e abrangente para curar uma série de desordens: febres e resfriados, úlceras e desordens estomacais, enxaqueca e dores de cabeça decorrentes de tensão, dor de dente, problemas respiratórios e pulmonares, artrite, glaucoma, dores nas costas, problemas cardíacos, desordens de órgãos internos, dores musculares, pressão alta, insônia e muitas outras. Esta não é apenas uma forma barata, eficaz e simples de terapia curativa, mas é também a mais segura e prática. O que a torna ainda mais atraente são os resultados instantâneos alcançados, mesmo após uma única sessão.

Se ele fala com autoridade, é por que devotou duas décadas de sua vida ao estudo e prática de ciências esotéricas, sistemas de Yoga e assuntos paranormais. Porém Choa Kok Sui está longe de ser um místico solitário ou um cientista encerrado numa torre de marfim. É uma rara combinação de homem prático e espiritual.

Eu, pessoalmente, o conheço não apenas como um autêntico praticante da cura prânica de primeira qualidade, mas também como um *guru* (embora relutante) e, acima de tudo, como filantropo. Talvez tenha sido esta profunda bondade em relação a seus semelhantes que o impeliu a publicar este livro, que pode se tornar uma das mais importantes revoluções deste século no que se refere aos cuidados com a saúde.

Mudanças importantes estão ocorrendo em todos os campos da atividade humana. Uma das mais fenomenais é a que está acontecendo no campo da cura e da iluminação espiritual. Como um observador do fenômeno da Nova Era, acredito que chegou a hora de compartilharmos com nossos semelhantes o mundo da eficácia da cura prânica.

David Spangler, outro porta-voz da Nova Era, resume a atual situação numa citação de sua palestra intitulada "Revelação: O nascimento de uma Nova Era":

Um novo mundo está nascendo. Este mundo já existe e, num certo sentido, sua energia está se condensando em forma.

Pessoas de todo o mundo estão começando a se ajustar a esta energia, porque em suas consciências superiores já fazem parte daquele mundo. São seus cidadãos, embora possam não saber disso conscientemente. Através do poder de suas vidas, em suas demonstrações individuais e coletivas, fornecem pontos de condensação.

Tenho fortes razões para acreditar que este livro constitui um desses pontos significativos de condensação. Tornar-se-á um marco no campo da saúde e da cura, destinado a efetuar mudanças em nosso estilo de vida e modos de pensar.

Pessoalmente, me beneficie com os tremendos efeitos da cura prânica realizada pelo próprio autor. E endosso totalmente esta técnica, que considero uma benção e uma dádiva à humanidade. Como alguém engajado em pesquisa pessoal sobre as artes curativas e ciências humanas desde 1963, não apenas nas Filipinas, mas em todo o mundo — preciso dizer que a cura prânica é a mais singular, embora menos dramática, de todas elas. O drama reside em sua efetividade.

Não estamos tentando impor ou inculcar uma crença. Estamos

simplesmente sugerindo que precisamos aprender a não julgar e a manter a mente aberta a novas possibilidades, por mais surpreendentes e até mesmo improváveis que possam parecer à primeira vista. Daqui precisamos nos mover... dar um outro passo para o Desconhecido.

Possa este livro ser uma graça e uma benção para você como o foi para mim. E possa você experimentar também não apenas a alegria de ser curado — mas, o mais importante, a dádiva da própria cura — que está alargando as fronteiras do serviço de amor a nossos semelhantes.

ROLANDO A. CARBONELL, Ph.D
*Instituto Internacional
de Ciências Humanas Integrals
Montreal, Canadá*

PREFÁCIO

Há muitos pontos de vista em relação às doenças. Segundo a crença cristã, a doença tem sido o flagelo da humanidade desde que Adão e Eva foram expulsos do Paraíso, após terem desobedecido a Deus. Originalmente, o homem era livre de doença por natureza. A doença, portanto, é encarada como uma punição para o pecado do homem. Esta é uma teoria ou ponto de vista.

Por outro lado, a medicina alopática ocidental sustenta a opinião de que a doença é causada por criaturas microscópicas tais como bactérias, germes ou vírus, que causam transtornos ao nosso funcionamento fisiológico natural ou a nossos mecanismos de defesa. Segundo este ponto de vista, a doença pode ser causada também por *stress* emocional ou problemas psicológicos.

E porque se acredita que a doença é causada por uma infecção, um agente alergênico, uma falha no funcionamento fisiológico do homem, tudo o que se precisa fazer é remover ou neutralizar o mecanismo invasor ou à situação indutora de *stress*, ou qualquer outro agente e... zapt! O paciente está curado.

Infelizmente nem todas as doenças reagem a esse método de tratamento, apesar dos avanços impressionantes da moderna ciência médica. Na realidade, alguns medicamentos prescritos pelos médicos apresentam sérios efeitos colaterais.

Mas parece haver um terceiro ponto de vista alternativo: aquele que tem sido negligenciado por essa mesma ciência médica moderna. Refiro-me ao corpo de energia do homem e seu papel crucial como causa e tratamento das doenças. A existência do corpo da energia (chamado às vezes de duplo etérico ou corpo vital) e sua íntima interação com o corpo físico é o que dá sentido e eficácia à cura prânica descrita neste livro.

"O reconhecimento da existência do corpo vital", como indica o

livro *Uncognized Factors in Medicine**, publicado pelo Centro de Pesquisa Teosófica, em Londres, "fornece uma explicação para o sucesso desses tratamentos gerais (como a cura prânica), uma vez que tendem a restabelecer um fluxo fácil de prana, e o fluxo de prana ou energia vital é o principal fator determinante das condições bioelétricas de um ser vivo."

A moderna fotografia Kirlian tem demonstrado que a doença aparece primeiro na energia ou corpo vital do homem, antes de se manifestar no corpo físico. Há uma conexão íntima entre os dois. Portanto, ao tratarmos o corpo vital, podemos freqüentemente realizar uma cura no corpo físico. É por isso que este livro sobre cura prânica, de Choa Kok Sui, é importante. Constitui, de fato, uma contribuição significativa às práticas alternativas de cura.

O que torna este livro mais valioso é o fato de que apresenta um mínimo de teoria e um máximo de conselhos práticos e específicos sobre como realizar o tipo de cura defendido pelo autor. Não contém qualquer "abracadabra" nem qualquer ritual elaborado, que possa ofender certos grupos religiosos. É tão direto quanto deve ser qualquer processo científico. Não pretende suplantiar o tratamento médico ortodoxo, mas simplesmente complementá-lo. É principalmente uma manual que pode ser vantajosamente utilizado por qualquer pessoa interessada em desenvolver sua capacidade natural de cura. Por isso, estou convencido de que este livro será aceito por um amplo segmento de nossa sociedade.

JAIME LICAUCO

*Presidente da Sociedade Filipina
de Pesquisa Paranormal,
Manila, julho de 1987.*

* *Fatores não reconhecidos na Medicina (N.T.).*

SUMÁRIO

- Apresentação por Nick Joaquin, 7
Prólogo por Rolando Carbonell, 11
Prefácio por Jaime Licaucó, 15
Guia Prático, 19
Introdução, 27

CAPÍTULO 1 — A NATUREZA DA CURA PRÂNICA, 31

Prana ou Ki (energia vital). Corpo bioplasmático (corpo de energia). O que pode fazer a cura prânica? Cura prânica é fácil de aprender.

CAPÍTULO 2 — AS AURAS INTERIOR, DA SAÚDE E EXTERIOR DO CORPO BIOPASMÁTICO, 37

Chakras ou centros de energia. O mecanismo oculto das doenças psicossomáticas. Fatores internos e externos das doenças. Descobertas modernas.

CAPÍTULO 3 — CURA PRÂNICA ELEMENTAR, 51

Os dois princípios básicos da cura prânica: limpeza e energização. Cinco técnicas básicas da cura prânica elementar: sensibilização das mãos, exploração da aura interior, varredura, energização com prana, estabilização do prana projetado. Esquema prático sugerido. Passos da cura. Os sete chakras principais (centros de energia). Tratamentos de casos simples.

CAPÍTULO 4 — CURA PRÂNICA INTERMEDIÁRIA, 97

Drenagem de prana através da respiração prânica. Como drenar o prana do solo, do ar e das árvores. Energização com a respiração prânica. Esquema prático sugerido. Onze chakras principais. Tratamento de casos simples e de casos graves. Quanto tempo é necessário para curar completamente um paciente?

CAPÍTULO 5 — DEPOIMENTOS, 147

Glaucoma e dores no peito. Cura rápida de uma ferida de um dia. Ataque Cardíaco. Prevenção de um possível aborto. Distúrbios cardíacos, tremores nas mãos e endurecimento dos músculos das pernas. Problemas urinários. Pneumonia. Pancreatite. Estudantes da cura prânica.

CAPÍTULO 6 — AUTOTRATAMENTO PRÂNICO, 167

Os seis sons taoístas da cura. A técnica da respiração pelo chakra. Meditação sobre a luz branca. Karma e o preceito dourado. Guias éticos sugeridos. Cura prânica invocativa. Os chamados da cura. Princípio da distração ou liberação.

CAPÍTULO 7 — CURA PRÂNICA À DISTÂNCIA, 187

Exploração à distância. Limpeza e energização à distância.

CAPÍTULO 8 — CURA PRÂNICA AVANÇADA, 193

Pranas coloridos. Os onze chakras principais. Como ativar um chakra. Técnica principal de cura. Cura instantânea de uma ferida recente. Ossos quebrados. Cura rápida de Feridas antigas e queimaduras. Regeneração.

CAPÍTULO 9 — MEDITAÇÃO SOBRE OS DOIS CORAÇÕES (TÉCNICA DA ILUMINAÇÃO), 257

Como ativar o chakra do coração e o chakra da coroa. Como alcançar a iluminação ou expansão da consciência. Benção à Terra com bondade-amor como forma de serviço ao mundo.

CAPÍTULO 10 — IDÉIAS-SEMENTES, 273

Nutrição e prana. Ginseng. Classificação das drogas pelo uso do prana colorido. Necessidade de mais pesquisa no campo da cura prânica. Rotação dos chakras. Gerador prânico geométrico. Terapia prânica a laser.

COMENTÁRIOS — Por Celso Al. Carunungan e

Dr. Manuel M. Fernando Jr., médico., 292

APÊNDICE A Workshop de Choa Kok Sui sobre Cura Prânica e Meditação sobre os Dois Corações, 298

APÊNDICE B Centros Mei Ling de Cura Prânica, 299

APÊNDICE C ÍNDICE, 300

APÊNDICE D Organizações Esotéricas, 308

APÊNDICE E Livros Recomendados sobre Ensinamentos Esotéricos, 309

APÊNDICE F Livros Recomendados sobre Práticas Esotéricas, 310

GUIA PRÁTICO RÁPIDO

(Para aqueles que estão interessados em aprender como curar imediatamente, basta ler e seguir as instruções dadas. Após isso, a pessoa pode ler o livro todo.)

1. O que é a cura prânica?, 32
2. O que é prana ou *ki* (energia vital)?, 32
3. O que é corpo bioplasmático ou corpo de energia?, 34, 37, 39, 45
4. O que pode fazer a cura prânica?, 35
5. O que são chakras ou centros de energia?, 42
6. Fatores internos e externos das doenças, 44
7. Descobertas modernas, 49
8. Os dois princípios básicos da cura prânica:
limpeza e energização, 51
9. As cinco técnicas básicas da cura prânica:, 54
 - a) Sensibilização das mãos.
 - b) Exploração da aura interior.
 - c) Varredura: localizada e geral.
 - d) Energização com prana: técnica do chakra da mão.
 - e) estabilização do prana projetado.
10. É possível energizar diretamente uma parte ou órgão afetado?, 81
11. Unidade de destruição do resíduo bioplasmático, 73
12. Esquema prático sugerido, 74
13. Três coisas a evitar na cura prânica, 74
14. Passos da cura, 75
15. É possível curar sem explorar?, 77
16. Lavar as mãos após varrer e energizar, 77
17. Fatores críticos na cura, 77

18. Charkras (centros de energia) principais e seus órgãos correspondentes, 78
19. Qual a frequência da aplicação na cura?, 93
20. Abordagem integrada ou holística da cura, 94
21. Como se preparar ou tentar fazê-lo?, 95
22. Absorção de prana através da respiração prânica, 97, 100
23. Energização com respiração prânica, 106
24. Receptividade, 111
25. Princípio do tempo de retardo, 141
26. Quanto tempo se leva para a cura completa do paciente?, 141
27. Retorno imediato da dor ou dos sintomas, 142
28. Razões pelas quais alguns pacientes não são curados, 142
29. Problemas pessoais de saúde que um praticante pode encontrar, 143
30. Cura prânica invocativa, 179
31. Designação de anjos de cura, 182
32. Princípio da diversão ou liberação, 183
33. Karma, 175, 220
34. Tratamento dos seguintes casos:
 1. Afogamento, 251
 2. Alergia.
 - aguda, 210
 3. Anemia de células falciformes (apenas para praticantes de cura avançados), 226
 4. Apendicite.
 - aguda (apenas para praticantes de cura avançados), 236
 - crônica, 138
 5. Arteriosclerose (apenas para praticantes de cura avançados), 240
 6. Artrite, 139, 240
 7. Asma.
 - técnica básica, 131
 - técnica avançada, 232
 8. Astigmatismo, 124, 234
 9. Aumento do sistema orgânico de defesa pelo aumento do nível de energia vital (apenas para praticantes de cura avançados), 122, 223
 10. Bexiga, infecções na, 134, 248
 11. Bolhas, 90
 12. Cabelos finos, 137
 13. Câibras musculares, 92
 14. Cálculos biliares, 245, 247

15. Câncer (apenas para praticantes da cura avançados), 227
16. Catapora, 122
17. Catarata (apenas para praticantes de cura avançados), 234, 239
18. Caxumba, 123
19. Cistos, 229
20. Como fortalecer os braços, 243
21. Como fortalecer as pernas, 242
22. Concussões.
 - técnica básica, 89
 - técnica avançada, 251
23. Congestão nasal, 83, 223
24. Constipação.
 - técnica básica, 86
 - técnica avançada, 250
25. Cortes, 89
26. Crescimento rápido (apenas para praticantes da cura avançados), 222
27. Crianças e idosos, tratamento de, 208
28. Cura prânica aplicada à cirurgia, 221
29. Cura rápida de
 - queimaduras, 219
 - feridas, 219
30. Descongestão ou liberação, 207
31. Desintegração de depósitos (apenas para praticantes da cura avançados), 210
32. Desmaio, 123, 251
33. Diabetes. 231
34. Diarréia.
 - técnica básica, 85
 - técnica avançada, 250
35. Dificuldade em levantar o braço, 89
36. Dismenorréia, 87
37. Distúrbios cardíacos.
 - técnica básica, 127
 - técnica avançada, 237
38. Distúrbios hepáticos, 132
39. Distúrbios pulmonares.
 - técnica básica, 129
 - técnica avançada, 233
40. Doenças venéreas, 230

41. Dor de cabeça.
 - técnica básica, 81
 - técnica avançada, 250
42. Dor de dente, 83, 250
43. Dor de estômago, 250
44. Dores causadas por gases, 85
45. Dores musculares, 88
46. Dores nas costas, 88, 231
47. Envenenamento alimentar, 251
48. Epilepsia, 252
49. Estômago, dor de, 250
50. Estrabismo, 126, 234
51. Fadiga ocular, 82
52. Febre.
 - técnica básica, 83
 - técnica avançada, 243
53. Feridas.
 - recentes, cura instantânea de (apenas para praticantes da cura avançados), 216
 - antigas, cura rápida de, 219
54. Fígado, distúrbios do, 132
55. Fortalecimento, 209
56. Fraqueza geral, 90
57. Fraturas.
 - ossos, 137, 218
 - dedos, 137
58. Gases, dores causadas por, 85
59. Glândulas endócrinas, distúrbios nas, 136
60. Glaucoma.
 - técnica básica, 126
 - técnica avançada, 235
61. Hemorragia nasal, 92
62. Hemorragias.
 - como deter, 223
63. Hemorróidas, 138
64. Hepáticas, desordens, 132
65. Hepatite, 132
66. Hérnia, 247
67. Hipermetropia.
 - técnica básica, 124

- técnica avançada, 234
- 68. Impotência sexual, 135, 230
- 69. Infecção, 209
 - na bexiga, 134, 248
 - ocular, 235
 - renal, 134, 248
- 70. Inflamação, 209
- 71. Inibição de chakra, 210
- 72. Insetos, picadas de, 90
- 73. Insônia.
 - técnica básica, 89
 - técnica avançada, 250
- 74. Leucemia, 224
- 75. Manchas na pele, 252
- 76. Menstruação.
 - dismenorréia: - técnica básica, 87
 - técnica avançada, 231
 - irregular: - técnica básica, 88
 - técnica avançada, 231
 - ausência de, 231
- 77. Miopia.
 - técnica básica, 124
 - técnica avançada, 234
- 78. Musculares.
 - câibras, 92
 - dores, 88
- 79. Nasal.
 - congestão, 83, 233
 - hemorragia, 92
- 80. Ocular.
 - fadiga, 82
 - infecção, 235
- 81. Olfato, perda do, 138
- 82. Olhos vermelhos crônicos, 236
- 83. Pancreatite, 244
- 84. Perda do olfato, 138
- 85. Picadas de insetos, 90
- 86. Pressão alta (apenas para praticantes da cura avançados), 238
- 87. Próstata, hipertrofia da, 139

88. Pulmonares, distúrbios.
 - técnica básica, 129
 - técnica avançada, 233
89. Pústulas, 92
90. Queimaduras, 89
91. Regeneração, 219
92. Renal, infecção, 134, 248
93. Resfriado com tosse e nariz congestionado, 83
94. Reumatismo, 139
95. Rubéola, 122
96. Sarampo, 122
97. Seios pequenos, 137
98. Sexual, impotência, 135, 230
99. Sexuais, distúrbios, 135
100. Sinusite.
 - técnica básica, 138
 - técnica avançada, 233
101. Sistema urinário.
 - inflamação do, 248
 - cálculos no (apenas para praticantes da cura avançados), 245
102. Solução, 92
103. Surdez, 249
104. Técnica mestra de cura: fortalecimento do organismo e aumento da resistência a infecções (apenas para praticantes da cura avançados), 211
105. Torceduras.
 - técnica básica, 88
 - técnica avançada, 242
 - torceduras recentes, 88, 242
 - torceduras antigas, 242
106. Torcicolo, 92
107. Tosse, 234
108. Tratamento de crianças e idosos, 208
109. Tuberculose (apenas para praticantes da cura avançados), 233
110. Tumor maligno (apenas para praticantes da cura avançados), 227
111. Úlcera.
 - casos severos (apenas para praticantes da cura avançados), 246
 - duodenal, 134, 246

- técnica básica, 134
 - técnica avançada, 246
 - gástrica, 246
 - gástrica suave, 134
 - péptica, 246
112. Urinação.
- freqüente, 138
 - noturna, 139
113. Urinário, sistema.
- inflamação do, 248
 - cálculos do (apenas para praticantes da cura avançados), 247
114. Venéreas, doenças, 230

Se o problema for sério ou se o sintoma for persistente, por favor consulte imediatamente um médico, de preferência um que empregue a medicina holística, e um praticante de cura prânica experiente.

INTRODUÇÃO

A mais bela experiência que podemos ter é a do mistério. É a emoção fundamental existente na origem da verdadeira arte e ciência. Aquele que não a conhece e não pode se maravilhar com ela está praticamente morto e seus olhos estão ofuscados.

Albert Einstein

Este livro trata basicamente da cura paranormal, não tanto em seu aspecto especulativo, porém antes mais em relação ao como e ao por quê. A sua abordagem é simplificada e mecânica. É, ao mesmo tempo, espiritual. É mecânica no sentido de que tudo o que se tem a fazer é seguir passo a passo as instruções e os resultados predeterminados aparecerão. É espiritual no sentido de que, através da oração ou da invocação, o indivíduo se torna um canal divino de cura. Este livro ensina, em uma ou duas semanas, como curar problemas simples e, em um mês ou dois, como curar casos difíceis. A pessoa não precisa levar de dez a vinte anos para aprender como realizar a cura paranormal. Não é preciso nascer com qualquer "poder inato especial de cura" e nem ser clarividente para curar. Tudo o que é necessário é a vontade de curar e seguir as instruções dadas neste livro.

Choa Kok Sui, desde muito jovem, já estava muito interessado em yoga, fenômenos psíquicos, misticismo, *ki kung* chinês (a arte de gerar poder interior) e outras ciências esotéricas. Devido a seu forte interesse, levou mais de dezoito anos pesquisando e estudando ciências esotéricas. Tem estado também em íntima associação com iogues, curandeiros, clarividentes, praticantes do *ki kung* chinês e algumas poucas pessoas extraordinárias, que estão em contato telepático com seus Gurus Espirituais. O autor e seus amigos clarividentes passaram vários anos fazendo experiências para determinar a eficácia e os mecanismos das técnicas de cura comumente conhecidas e utilizadas pelos praticantes da cura e estudantes das

ciências esotéricas. Este livro é a essência e a síntese de mais de dezoito anos das atividades mencionadas. Muitas das técnicas foram reveladas em outros livros, publicados por outros autores, enquanto outras foram "redescobertas" por Choa Kok Sui. Técnicas avançadas que lhe foram particularmente ensinadas são agora reveladas neste livro, de modo a ajudar a aliviar o sofrimento da humanidade causado pelas doenças. Muitos dos conceitos e técnicas de cura avançadas lhe foram ensinadas por seu Honorável Mestre Mei Ling. O autor não é clarividente nem nasceu com qualquer capacidade de cura. Se o autor pôde aprender a curar efetivamente, então você também pode!

As instruções deste livro foram arranjadas de tal maneira, que uma pessoa comum pode fácil e gradualmente aprender como realizar a cura paranormal. Também são dadas instruções sobre como diagnosticar parapsicologicamente um paciente, sem utilizar a clarividência.

O termo "cura paranormal" pode não ser muito adequado. O que hoje é considerado como cura paranormal talvez se torne algo bastante comum e normal em poucas décadas. E este é exatamente o propósito deste livro: *tomar a cura paranormal totalmente comum num futuro próximo*. A terminologia apropriada seria cura *prânica* ou *ki*, uma vez que é a energia vital ou *ki* que é empregada para curar, e para identificar devidamente sua antiga origem, bem como a todos os estudantes das ciências esotéricas que vêm contribuindo em muito para o seu desenvolvimento.

É extremamente vantajoso para qualquer um aprender a cura prânica, especialmente os pais, uma vez que é bastante rápida e eficaz na cura de problemas simples e graves, tais como dor de cabeça, dor de dente, febre, garganta inflamada, contusões, caxumba, dores causadas por gases, artrite, infecção pulmonar, problemas cardíacos, auditivos e outros. (CKS)

Da segunda vez que o visitei... ele estava nas garras de um ataque de asma extremamente grave. A dispnéia era consideravelmente forte, os chiados eram pronunciados e sua cor estava acinzentada. Novamente o tratei e, em dois minutos e meio, seu ataque passou.

O ato de cura seria então transmissão desse fluxo de energia pelo praticante da cura para o bem-estar do indivíduo doente.

*O toque terapêutico, Dolores Krieger,
Ph. D., R.N.*

NOTA DO AUTOR:

Para uma compreensão mais fácil e rápida, por favor explore primeiro todo o livro e leia as legendas das ilustrações.

Uma pessoa inteligente não tem a mente fechada. Não se comporta como uma avestruz, enterrando a cabeça no solo, tentando evitar o desenvolvimento e as novas idéias.

Uma pessoa inteligente não é crédula. Não aceita cegamente as idéias.

Ela as estuda e as assimila totalmente, para então avaliá-las à luz de sua razão.

Ela testa estas novas idéias através da experimentação e de sua própria experiência.

Uma pessoa inteligente estuda estas idéias com mente clara e objetiva.

A Natureza da Cura Prânica

Então o Senhor Deus plasmou o homem do pó da terra, insuflou em suas narinas o sopro da vida e o homem se tornou um ser vivo.

Gênesis 2, 7

Obtemos a maior parte de nosso ki ou energia vital do ar que respiramos. Todas as coisas vivas dependem da respiração e o cessar desta constitui o cessar da própria vida. Do primeiro grito de uma criança ao último alento de um homem agonizante, não há nada além de uma série de respirações. Estamos constantemente drenando nossa força de vida ou ki a cada pensamento, de cada ato de vontade ou movimento muscular. Conseqüentemente, é necessário uma constante renovação, que é possível através da respiração e de outras práticas saudáveis.

A cura prânica baseia-se na estrutura global do corpo humano. O corpo físico do homem é realmente composto de duas partes: o corpo físico visível e o corpo de energia invisível ou corpo bioplasmático. O corpo físico visível é aquela parte do corpo humano que vemos, tocamos e estamos mais familiarizados. O corpo bioplasmático é aquele corpo de energia luminosa invisível, que interpenetra o corpo físico visível e se estende para além dele cerca de dez a treze centímetros. Tradicionalmente, os clarividentes denominam este corpo de energia de corpo etérico ou duplo etérico.

O QUE É A CURA PRÂNICA

A cura prânica é uma antiga ciência e arte de cura, que utiliza o prana, ou *ki*, ou energia vital, para curar todo o corpo físico. Também envolve a manipulação do *ki* ou matéria bioplasmática do corpo do paciente. Tem sido também invariavelmente chamada de cura psíquica, cura magnética, cura pela fé, cura pelo *ki*, cura vital e cura através das mãos.

PRANA OU KI

Prana ou *ki* é aquela energia ou força vital que mantém o organismo vivo e saudável. Em grego é chamada de *pneuma*; em polinésio, *mana* e, em hebraico, *ruah*, que significa "respiração de vida". O praticante projeta o prana ou energia vital ou "respiração de vida" para o paciente, curando-o. É através desse processo que a "cura milagrosa" é realizada.

Basicamente, há três fontes principais de prana: prana solar, prana do ar e prana do solo. O prana solar é aquele proveniente da luz do Sol. Ele revigora todo o corpo e promove a boa saúde. O prana solar pode ser obtido através da exposição luz do Sol ou pela ingestão de água exposta à mesma. A exposição prolongada ou prana solar em excesso pode ser prejudicial ao corpo físico, pois este tipo de prana é muito potente.

O prana do ar é também chamado de *glóbulo de vitalidade do ar*. O prana do ar é absorvido pelos pulmões através da respiração e é também absorvido diretamente pelos centros de energia do corpo bioplasmáticos. Pode ser absorvida maior quantidade de prana pela respiração ritmada lenta e profunda do que pela respiração curta e superficial. Pode também ser absorvido pelos poros da pele de pessoas que tenham passado por certo treinamento.

O prana do solo é também conhecido por *glóbulo de vitalidade do solo*. Ele é absorvido pelas solas dos pés. Isso se dá automática e inconscientemente. *Andar com pés descalços aumenta a quantidade de prana do solo absorvido pelo corpo*. Uma pessoa pode aprender a drenar conscientemente uma quantidade maior de prana do solo, de modo a aumentar sua vitalidade, sua capacidade de trabalho e sua capacidade de pensar mais claramente.

A água absorve prana da luz do Sol, do ar e do solo com que entra em contato. Plantas e árvores absorvem prana da luz do Sol, do ar, da água e do solo. Homens e animais obtêm prana da luz do Sol, do ar, do solo, da água e dos alimentos (alimentos frescos contêm mais prana do que alimentos processados).

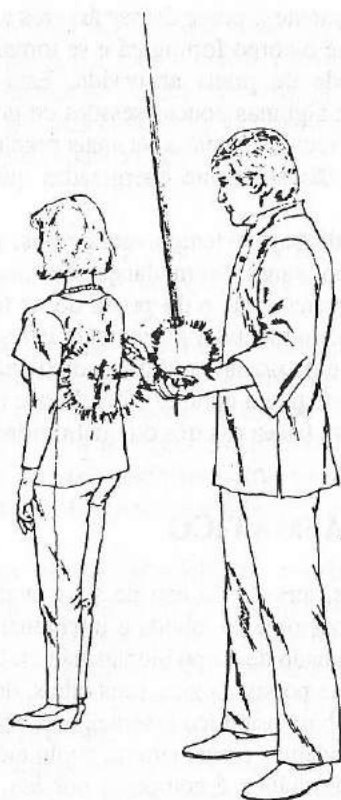


Fig. 1-1 A cura prânica envolve a transferência de energia vital (ki ou prana) para o paciente.

Para fins curativos, o prana também pode ser projetado para uma outra pessoa. Pessoas com excesso de prana tendem a fazer com que as outras pessoas ao seu redor se sintam melhores e mais vigorosas. Porém pessoas esgotadas tendem a absorver inconscientemente o prana de outras pessoas. É por isso que você pode encontrar pessoas que tendem a fazê-lo se sentir esgotado, cansado, sem qualquer razão aparente.

Certas árvores (como pinheiros e antigas e saudáveis árvores gigantes) exsudam um excesso de prana. *Pessoas cansadas ou doentes alcançam grandes benefícios ao se deitarem ou descansarem sob estas árvores.* Melhores resultados podem ser obtidos ao se pedir verbalmente que o ser da árvore ajude a pessoa doente a ficar boa. Qualquer pessoa pode aprender

a absorver conscientemente o prana dessas árvores através das palmas das mãos, de tal modo que o corpo formigará e se tornará entorpecido devido à tremenda quantidade de prana absorvida. Esta habilidade pode ser adquirida com apenas algumas poucas sessões de prática.

Certas áreas ou locais tendem a ter mais prana do que outras. Algumas delas são áreas tão altamente energizadas que tendem a se tornar centros de cura.

Quando as condições de tempo estão ruins, muitas pessoas ficam doentes, não apenas por causa das mudanças de temperatura, mas também pela diminuição do prana solar e do prana do ar (energia vital). Assim, muitas pessoas se sentem mental e fisicamente letárgicas ou se tornam pela absorção consciente de prana ou *ki* do ar e do solo. Observa-se clarividentemente que há mais prana durante o dia do que durante a noite. O prana cai a um nível muito baixo nas três ou quatro primeiras horas da manhã.

CORPO BIOPLASMÁTICO

Os clarividentes, através do uso de suas faculdades psíquicas, têm observado que cada pessoa é envolvida e interpenetrada por um corpo de energia luminoso, chamado de corpo bioplasmático. Do mesmo modo que o corpo físico visível, ele possui cabeça, dois olhos, dois braços etc. Em outras palavras, o corpo bioplasmático assemelha-se ao corpo físico visível. É por isso que os clarividentes o chamam de duplo etérico ou corpo etérico.

A palavra bioplasmática é composta por *bio*, que significa vida, e *plasma*, que é o quarto estado da matéria, sendo os outros três: o sólido, o líquido e o gasoso. O plasma é gás ionizado ou gás carregado com partículas positivas e negativas. Não é igual ao plasma sanguíneo. O corpo bioplasmático significa corpo de energia viva composto de matéria sutil invisível ou matéria etérica. A ciência, através do uso da fotografia Kirliana, redescobriu o corpo bioplasmático. Com o auxílio dela, os cientistas podem estudar, observar e fotografar partes bioplasmáticas pequenas, tais como folhas, dedos etc. É através do corpo bioplasmático que a prana ou energia vital é absorvido e distribuído por todo o corpo físico.

MERIDIANOS OU CANAIS BIOPLASMÁTICOS

Do mesmo modo que o corpo visível possui vasos sanguíneos, através dos quais flui o sangue, o corpo bioplasmático possui finos canais ou

meridianos bioplasmáticos, através dos quais flui o *ki* ou matéria bioplasmática, sendo distribuída por todo o corpo. Há vários *canais* bioplasmáticos principais e milhares de canais menores. No Yoga, tais canais são denominados *nâdis* maiores e menores. Por esses canais flui o prana ou *ki*, que alimenta e revigora todo o organismo.

PRANA OU KI USADO NA ACUPUNTURA, ACUPRESSÃO E REFLEXOLOGIA

A acupuntura é uma antiga forma de medicina chinesa, que emprega agulhas para manipular a energia vital dentro do corpo do paciente, curando-o. As agulhas são utilizadas para redistribuir o excesso de prana ou *ki* do corpo do paciente para a região afetada. O prana congestionado na região em questão é redistribuído para outras partes do corpo. Meridianos ou canais bioplasmáticos bloqueados são limpos ou abertos ao se dirigir o *ki* para os mesmos.

Na acupressão ou na reflexologia, o princípio é o mesmo da acupuntura, exceto que nestes casos o praticante emprega intencionalmente ou não o seu próprio excesso de prana. Este é dirigido para o ponto de acupressão, indo então para o meridiano ou canal bioplasmático e, depois, para a região afetada. Alguns acupunturistas utilizam e dirigem sua própria energia vital ou *ki* para a agulha, de modo a atingir a região doente. Isso é feito especialmente com pacientes que estão muito fracos ou exauridos. Eu conheço um acupunturista e um praticante da acupressão, sendo este último também um mestre de Tai Chi. Ambos são peritos na transferência de *ki* a seus pacientes.

O QUE PODE FAZER A CURA PRÂNICA?

1. Pode ajudar os pais a baixar a febre alta de seus filhos em apenas algumas horas e a curá-la, na maioria dos casos, em um ou dois dias.
2. Pode aliviar imediatamente dores de cabeça, dores causadas por gases, dores de dentes e dores musculares, na maioria dos casos.
3. Tosse e resfriado geralmente são curados em um ou dois dias. Movimento intestinal lento, na maioria dos casos, é curado em poucas horas.
4. Doenças mais sérias, tais como problemas oculares, hepáticos, renais e cardíacos, podem ser aliviados em poucas sessões e, em muitos casos, curados em poucos meses.

5. Eleva a taxa de cura em três vezes ou mais em relação àquela normal.

Estas são algumas das coisas que a cura prânica pode fazer. Mas isso exige que o praticante tenha alcançado um certo grau de perícia.

A CURA PRÂNICA É FÁCIL DE SER APRENDIDA

Qualquer pessoa saudável, com inteligência mediana e uma capacidade de concentração também mediana, com mente aberta, porém, perspicaz, e um certo grau de persistência pode aprender a cura prânica num período relativamente curto. É mais fácil aprendê-la do que aprender a tocar piano ou pintar. É tão fácil quanto aprender a dirigir. Seus princípios e técnicas básicos podem ser aprendidos em poucas sessões. Da mesma forma que dirigir um automóvel, para alcançar um certo grau de perícia é preciso muita prática e tempo.

Tempo virá em que a ciência sofrerá um avanço tremendo, não devido a instrumentos melhores para a descoberta e medida das coisas, mas porque algumas pessoas terão sob seu comando grandes poderes espirituais, que no presente raramente são utilizados. Em poucos séculos, a arte da cura espiritual estará amplamente desenvolvida e será universalmente empregada.

Homem, Mente e Universo,
de Gustaf Stromberg
renomado astrônomo de Mount Wilson

As Auras Interior, da Saúde e Exterior do Corpo Bioplasmático

“A idéia de uma aura humana, uma nuvem luminosa radiante envolvendo o corpo humano, é bastante antiga. Imagens sagradas do antigo Egito, Índia, Grécia e Roma usavam esta convenção, antes que ela se tornasse tão popular na arte cristã e antes que a aura fosse considerada um atributo dos simples mortais... Há séculos acredita-se que os clarividentes podem realmente ver uma aura ao redor de indivíduos comuns, e esta aura difere de pessoa para pessoa na cor e nas características, expressando a saúde e atributos espirituais e emocionais do indivíduo. O visionário Swedenborg escreveu em seu Diário Espiritual: Há uma esfera espiritual envolvendo cada pessoa, bem como uma esfera natural e uma corporal.”

W.J. Kilner, *A Aura Humana*

O Corpo Bioplasmático interpenetra o corpo físico visível e se estende por dez a treze centímetros para além dele. Este campo de energia luminosa invisível, que segue os contornos do corpo físico visível, é chamado de *aura interior*. Quando o corpo bioplasmático adoecer, isso pode ser parcialmente causado por uma depleção geral localizada de prana no nível desse corpo. A essa condição se dá o nome de *depleção prânica*. A aura interior na região afetada reduz-se para cerca de cinco centímetros ou menos. Por exemplo: pessoas míopes geralmente apresentam depleção

prânica na região ao redor dos olhos. A aura interior dessa área pode ser ainda menor do que cinco centímetros. Porém há casos em que um olho pode apresentar simultaneamente depleção e congestão prânicas. Quanto mais séria a doença, menor a aura interior afetada. Há casos em que a aura interior reduz-se a 1,5 cm ou menos. *Você pode aprender a sentir a aura interior com as palmas de suas mãos em duas a quatro sessões*, simplesmente seguindo as instruções deste livro. A esse processo de sentir as auras dá-se o nome de *exploração*.

A doença também pode ser causada por excesso prolongado de prana em áreas localizadas. A isso se chama de *congestão prânica*. A aura da área afetada pode se projetar a 18 cm ou mais. Em casos mais sérios, a aura interior afetada pode se estender até 70 cm ou mais. Por exemplo: uma pessoa que sofre de hipertrofia cardíaca, apresenta congestão prânica ao redor do coração, do ombro esquerdo e da porção superior do braço esquerdo. As áreas afetadas apresentam aura interior com cerca de 30 cm de espessura.

Na depleção e congestão prânicas, os meridianos ou canais bioplasmáticos finos estão *parcial ou gravemente bloqueados*. Isso significa que o prana não pode fluir livremente pela área afetada. Clarividamente, tais áreas apresentam uma coloração que vai do cinza claro ao cinza escuro. Se as áreas afetadas estão inflamadas, então aparecem com uma cor vermelho turvo. Em alguns casos de câncer, a cor é o amarelo turvo; nos de apendicite, verde turvo; em alguns casos de problemas auditivos, laranja turvo.

Da superfície do corpo físico projetam-se, perpendicularmente a ele, os raios bioplasmáticos. Tais raios são denominados de *raios da saúde* e interpenetram a aura interior. A soma desses raios constitui a *aura da saúde*. Essa aura segue os contornos do corpo físico visível e funciona como um campo de força protetor, que serve como escudo para todo o corpo, impedindo a penetração de germes e *matéria bioplasmática doente*, que possa existir nas circunvizinhanças. As toxinas, germes e matéria bioplasmática doente são expelidas pelos raios da saúde predominantemente através dos poros. Se uma pessoa estiver enfraquecida, os raios encurtam e ficam parcialmente emaranhados. Então todo o organismo fica suscetível à infecção. A capacidade dos raios da saúde de eliminar toxinas, resíduos, germes e matéria bioplasmática doente fica também enormemente reduzida. A cura é facilitada pelo fortalecimento e desemaranhamento desses raios.

Para além da aura da saúde, há um outro campo de energia luminosa chamado de *aura exterior*. Esta aura interpenetra a aura da saúde e a aura interior e geralmente se estende por aproximadamente um metro de distância ao redor do corpo físico. Em geral, é multicolorida e tem forma seme-

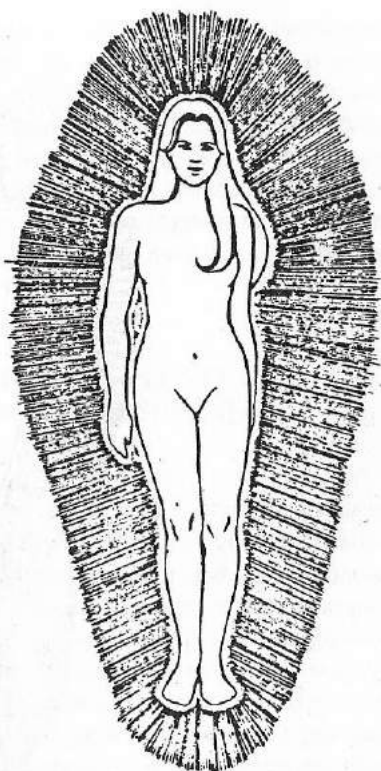
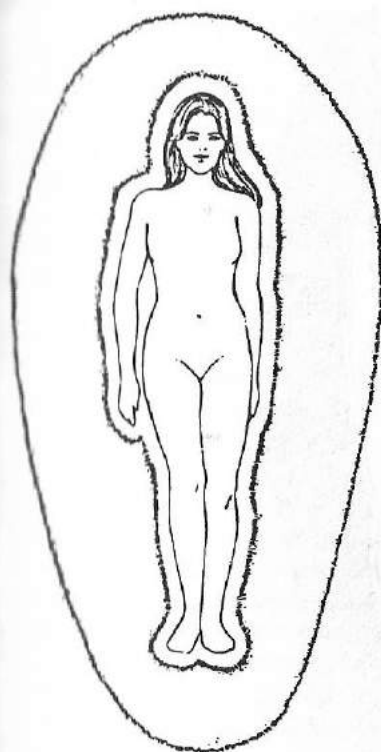


Fig. 2-1 Auras interior e exterior Fig. 2-2 A aura da saúde e seus raios

lhante à de um ovo invertido. Sua cor é influenciada pelos estados físico, emocional e mental da pessoa. Clarivamente, observa-se que *algumas pessoas doentes apresentam buracos em sua aura exterior, através dos quais o prana escoa*. Assim, a aura exterior pode ser considerada como um campo de força que contém ou impede o escoamento da energia prânica. Num certo sentido, ela atua como um invólucro para as energias sutis.

A RELAÇÃO ÍNTIMA ENTRE O CORPO BIOPLASMÁTICO E O CORPO FÍSICO

O corpo bioplasmático e o corpo físico visível encontram-se *tão intimamente relacionados, que aquilo que afeta um afeta o outro e vice-versa*.



Fig. 2-3 Redução e emaranhamento dos raios da saúde de uma pessoa doente.

Por exemplo: se a região da garganta bioplasmática está enfraquecida, isso pode se manifestar no corpo físico visível como tosse, resfriado, rouquidão, amigdalite ou outros problemas correlatos. Se uma pessoa acidentalmente faz um corte na pele, ocorre um correspondente escoamento prânico na área da hemorragia. Inicialmente, a região do corte pode se tornar temporariamente mais brilhante, devido ao escoamento do prana, mas inevitavelmente irá se tornando acinzentada, devido à depleção prânica. Se qualquer parte do corpo bioplasmático estiver enfraquecida, devido à depleção ou à congestão prânica, o equivalente físico visível ou funcionará mal ou se tornará suscetível à infecção. Por exemplo: se a região do plexo solar e do fígado apresentar uma depleção, isso poderá se manifestar no corpo físico como hepatite.

A partir dos exemplos dados, torna-se claro que *o corpo bioplasmático e o corpo físico visível afetam um ao outro*. Ao se curar o corpo bioplasmático, cura-se, nesse processo, o corpo físico. Através da limpeza e energização regular com prana, os olhos míopes gradualmente melhoram até ficarem curados. Uma pessoa com hipertrofia cardíaca pode alcançar alívio simplesmente através do descongestionamento das áreas afetadas. A cura completa, porém, leva alguns meses. Ao se descongestionar e energizar a área da cabeça, promove-se o alívio das dores de cabeça em poucos minutos.

AS DOENÇAS APARECEM PRIMEIRO NO CORPO BIOPASMÁTICO E PODEM SER IMPEDIDAS DE SE MANIFESTAR

Através da observação clarividente, as doenças podem ser vistas no corpo bioplasmático mesmo antes de se manifestarem no corpo físico visível. Os não-clarividentes podem explorar ou sentir que a aura interior da parte afetada encontra-se maior ou menor do que o usual. Por exemplo: antes de uma pessoa apresentar resfriado e tosse, a região da garganta e dos pulmões bioplasmáticos encontra-se pranicamente exaurida e sua cor fica acinzentada. Tais áreas, quando exploradas, podem ser sentidas como buracos na aura interior. Um outro exemplo: uma pessoa que está próxima de apresentar icterícia, ao ser observada clarividentemente, mostra manchas acinzentadas nas regiões do plexo solar e do fígado. O diagnóstico ou testes físicos realizados nesse indivíduo mostrarão que se encontra normal ou saudável. A menos que o paciente seja tratado, a doença inevitavelmente irá se manifestar no corpo físico.

Tive um paciente que bebia regularmente. Através da exploração, observei que seu chakra do plexo solar (um centro de energia) estava exaurido, uma parte da região do fígado também e a outra parte encontrava-se congestionada. Disse ao paciente que ele tinha problemas de fígado e que deveria ser tratado o mais rápido possível. O paciente fez um exame de sangue e o resultado mostrou que seu fígado estava bem. Assim, ele hesitou em fazer o tratamento. Após vários meses, começou a sentir uma dor forte na região do fígado e o diagnóstico médico foi de hepatite. *A doença precisa ser tratada antes que se manifeste no corpo físico. A ênfase é colocada na prevenção.* É muito mais fácil e mais rápido curar a doença quando ela se encontra ainda no corpo bioplasmático e não se manifestou no corpo físico. A manifestação da doença pode também ser

evitada ao se tomar a medicação adequada. Nos casos em que a doença já se manifestou, a cura deve ser aplicada o mais cedo possível. *Quanto mais cedo for realizada a cura prânica, mais rápido é o processo de cura. Este se torna mais difícil se a doença já se tiver desenvolvido totalmente*, uma vez que exige mais tempo e mais energia prânica. É importante que a doença seja tratada o mais cedo possível, para assegurar um rápido restabelecimento.

CHAKRAS OU CENTROS DE ENERGIA

Os chakras, centros ou vórtices de energia são partes muito importantes do corpo bioplasmático. Do mesmo modo que no corpo físico há órgãos vitais e órgãos de importância menor, o corpo bioplasmático apresenta chakras maiores, menores e mínimos. Os chakras maiores são centros ou vórtices de energia com cerca de 7,5 a 10 cm de diâmetro. Controlam e energizam os órgãos principais e vitais do corpo físico. *Os chakras são como usinas geradoras que fornecem energia vital a esses órgãos. Quando essa usina funciona mal, esses órgãos adoecem, porque não têm suficiente energia para operarem adequadamente!* Os chakras menores têm cerca de 2,5 a 5 cm de diâmetro. Os chakras mínimos têm um diâmetro menor do que 2,5 cm. Os chakras menores e os mínimos controlam e energizam partes menos importantes do corpo físico. Os chakras se interpenetram e se estendem para além desse corpo físico.

Eles possuem várias funções importantes:

1. Absorvem, digerem e distribuem o prana às diferentes regiões do organismo.

2. Controlam, energizam e são responsáveis pelo funcionamento adequado de todo o corpo físico e suas diferentes partes e órgãos. As glândulas endócrinas são controladas e energizadas por alguns dos chakras maiores. Tais glândulas podem ser estimuladas ou inibidas pelo controle ou manipulação desses chakras. Muitos problemas são parcialmente causados pelo mau funcionamento dos chakras.

3. Alguns chakras são sítios ou centros de faculdades psíquicas. A ativação de certos chakras (centros de energia) podem resultar no desenvolvimento de certas faculdades psíquicas. Por exemplo: os chakras de ativação mais fácil e segura são os chakras das mãos. Estão localizados no centro das palmas das mãos e sua ativação permite o desenvolvimento da capacidade de sentir energias sutis e também de sentir as auras interior,

exterior e da saúde. Essa ativação pode ser realizada de maneira simples, através da concentração regularmente feita sobre eles. Neste livro, essa ativação é denominada de sensibilização das mãos.

O MECANISMO OCULTO DAS DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS

Emoções descontroladas, inibições e sentimentos reprimidos, tais como: *raiva, preocupação intensa, irritação prolongada, inibições ou emoções reprimidas e frustrações* têm efeitos indesejáveis poderosos sobre o corpo bioplasmático. Por exemplo: raiva e frustração poderão resultar em depleção prânica ao redor do plexo solar e áreas abdominais ou podem se manifestar como congestão prânica ao redor do plexo solar e da área cardíaca. No primeiro caso, manifesta-se como indigestão ou movimentos intestinais lentos. Ao longo do tempo, pode se manifestar como úlceras ou problemas de vesícula. No segundo caso, pode se manifestar como hipertrofia cardíaca ou outros problemas cardíacos relacionados. Parece que certo tipo de emoção negativa pode se manifestar, num paciente, como um certo tipo de doença e, em outro, como um outro tipo de problema.

Raiva e preocupação intensa desvitalizam todo o corpo bioplasnático, de modo que o organismo se torna suscetível a todos os tipos de doença. Emoções negativas podem causar distúrbios no corpo bioplasmático, tornando todo o corpo físico doente. Talvez você já tenha sentido que, após uma discussão violenta ou após ter passado por uma intensa raiva, está fisicamente esgotado ou doente. Isso se deve ao fato de que tanto o corpo bioplasmático quanto o corpo físico visível tiveram seu prana drenado e se tornaram suscetíveis às infecções.

Se o problema é de origem emocional, o praticante da cura prânica deve não apenas realizá-la, mas também fornecer aconselhamento psicológico. O paciente deverá se submeter a um curso de caráter construtivo e meditar regularmente, de modo a superar suas tendências emocionais negativas. Através da meditação e reflexão interior diária, o paciente pode desenvolver uma maturidade e autoconsciência maiores. Isso poderá melhorar enormemente sua capacidade de controlar e canalizar suas emoções, melhorando assim amplamente sua saúde. Deve-se notar que, neste caso, a cura prânica não produzirá uma cura permanente, a menos que haja uma correspondente alteração emocional. Será como extinguir um fogo causado por um incendiário, sem se preocupar em prender o criminoso. O que impedirá o incendiário de colocar novamente fogo na casa, após sua

reconstrução? A causa raiz da doença precisa ser removida, para que se dê a cura permanente.

A MENTE PODE, NUM CERTO GRAU, INFLUENCIAR O PADRÃO DO CORPO BIOPLASMÁTICO

Os clarividentes observaram que *o corpo físico visível é moldado pelo corpo bioplasmático*. A mente pode, intencionalmente ou não, influenciar o corpo bioplasmático. Homens versados em estudos esotéricos encorajam suas esposas grávidas a olhar para coisas belas, a ouvir músicas harmoniosas, a sentir e pensar positivamente, a se envolver em estudos sérios e a evitar as contradições. Essas atividades afetam não apenas as formas do bebê, mas também suas tendências e potencialidades mentais. Se as influências são positivas, então os efeitos serão positivos. Se são negativas, os efeitos serão negativos. As mulheres grávidas devem tomar nota disso, de modo a serem mais capazes de dar à luz crianças mais saudáveis.

FATORES INTERNOS E EXTERNOS DAS DOENÇAS

Para se compreender as doenças, é preciso considerar não apenas os *fatores externos*, mas também os *internos* ou *causas visíveis e ocultas* das doenças. Fatores externos são aqueles fatores físicos que contribuem para as doenças, tais como germes, desnutrição, toxinas, poluentes, ausência de exercícios, respiração deficiente, ingestão insuficiente de água etc. Fatores internos são fatores emocionais e bioplasmáticos, que contribuem para as doenças, tais como emoções negativas, meridianos bloqueados, depleção e congestão prânicas, mau funcionamento dos chakras etc.

Por exemplo: um fator emocional pode levar ao enfraquecimento do chakra do plexo solar (um centro maior de energia localizado no plexo solar) e também ao enfraquecimento do fígado, que associado ao ataque do vírus da hepatite ou de toxinas, como o tetracloreto de carbono ou fósforo, levarão a uma grave inflamação do fígado. O fator externo é o vírus ou a toxina. Os fatores internos são a emoção negativa e o enfraquecimento do chakra do plexo solar e o do fígado, que o tornam vulnerável à infecção viral.

Se o fígado e o chakra do plexo solar da pessoa estiverem em boas condições e se ela for uma pessoa de vitalidade mais elevada, então a

probabilidade de que contraia a doença será menor. Seu mecanismo de defesa ou sistema de desintoxicação ou eliminação provavelmente eliminará o vírus ou toxina.

A aplicação da cura prânica limpará, fortalecerá e gradualmente restaurará o chakra do plexo solar e o fígado. Isso pode ser feito com ou sem o auxílio de drogas.

As doenças podem se manifestar sob as seguintes condições:

1. Devido à presença de fatores internos e externos.

2. Devido à presença apenas de fator interno danoso. Por exemplo: uma pessoa nutrindo intensa raiva e frustração pode causar uma séria congestão prânica ao redor do chakra do plexo solar e, no final das contas, ao chakra do coração. Mesmo que siga uma dieta, poderá acabar sofrendo de um problema cardíaco, como a hipertrofia cardíaca. Outro exemplo: a tensão ou *stress* habitual pode resultar em congestão prânica ao redor da área do olho e, com o tempo, pode resultar em glaucoma. (Obs.: Nem todos os glaucomas são de origem emocional.)

3. Devido à presença de apenas um fator externo muito forte. Por exemplo: a ingestão de uma dose elevada de veneno certamente será fatal, mesmo que o seu corpo bioplasmático esteja em perfeitas condições. Outro exemplo: maus hábitos nas horas de leitura resultam eventualmente em defeitos oculares.

QUAIS SÃO AS FUNÇÕES DO CORPO BIOPASMÁTICO?

1. Ele absorve, distribui e energiza todo o corpo físico com prana ou *ki*. Prana ou *ki* é aquela *energia ou força vital*, que alimenta todo o organismo, de modo que ele possa, juntamente com seus diferentes órgãos funcionar adequada e normalmente. Sem prana o corpo morrerá.

2. Atua como *molde ou padrão* para o corpo físico visível, o que permite a este manter sua forma, apesar de anos de metabolismo contínuo. Para ser mais exato, o corpo físico visível é moldado após o bioplasmático. Se o corpo bioplasmático for defeituoso, então o corpo visível será defeituoso. Estes corpos estão tão intimamente relacionados que aquilo que afeta um afeta o outro. Se um deles fica doente, o outro também fica doente. Se um se curar, o outro também se curará. Isso pode se manifestar gradualmente ou quase instantaneamente, presumindo-se que não haja qualquer *fator interferente*.

3. O corpo bioplasmático, através dos *chakras* ou *vórtices de energia*, controla e é responsável pelo funcionamento adequado de todo o corpo físico e suas diferentes partes e órgãos. Isso inclui as glândulas endócrinas. Essas glândulas são manifestações externas de alguns dos *chakras* maiores. Grande número de doenças são parcialmente causadas pelo mau funcionamento de um ou mais *chakras*.

4. O corpo bioplasmático, através de seus *raios da saúde* e *aura da saúde*, serve como couraça protetora contra *germes* e *matéria bioplasmática doente*. Toxinas, resíduos, *germes* são *expelidos* pelos raios da saúde, predominantemente através dos poros, purificando assim todo o corpo físico.

PROBLEMAS BÁSICOS E TRATAMENTOS NA CURA PRÂNICA

A cura prânica ou bioplasmática envolve o uso de prana e a manipulação da matéria bioplasmática no corpo do paciente. os problemas básicos e os tratamentos utilizados na cura prânica são os seguintes:

1. Em áreas onde há depleção prânica, limpeza e energização prânica são aplicadas às áreas afetadas. A ênfase é dada à energização.

2. Em áreas onde há congestão prânica, a matéria bioplasmática congestionada é removida ou extraída das áreas afetadas. Isso é seguido pela projeção de prana para a área tratada. A ênfase aqui se dá à limpeza ou descongestão.

3. Um *chakra* que esteja funcionando mal tem seu bom funcionamento restabelecido pela simples limpeza e energização com prana.

4. Raios de saúde emaranhados e enfraquecidos são desemaranhados e fortalecidos.

5. Canais bioplasmáticos ou meridianos bloqueados são limpos e energizados.

6. Buracos na aura exterior, que permitem o escoamento de prana, são tapados.

7. Tipos específicos de prana são aplicados para produzir resultados específicos. Certas doenças necessitam de um tipo ou tipos específicos de prana para produzir resultados mais rápidos.

SUMÁRIO DO CURSO

A cura prânica tem quatro níveis de gradação, que vão desde conceitos mais simples até os mais complicados, bem como de técnicas mais fáceis até as difíceis.

Nível um: cura prânica elementar

Neste nível, os conceitos e técnicas são fáceis de aprender. É necessário concentração tátil. O curso leva cerca de três a cinco sessões para o futuro praticante aprender os princípios básicos e técnicas, e ser capaz de realizar curas prânicas simples. São necessários de um a dois meses de aplicação e prática regular, para que o praticante se torne hábil.

Nível dois: cura prânica intermediária

Este nível ainda é fácil. Utiliza-se aqui a respiração prânica. Os chakras maiores são completamente explicados. Ainda não se exige a concentração visual. Como no nível um, são necessárias de três a cinco sessões para se aprender os princípios básicos e técnicas, para que o praticante se torne capaz de começar a curar casos mais difíceis. A perícia exige cerca de dois meses de prática a aplicação regular.

Nível três: cura prânica a distância

Este nível envolve um desenvolvimento gradual da faculdade psíquica do indivíduo. Pode levar de vários meses a vários anos de prática e aplicação regulares, para que o praticante se torne bastante preciso na diagnose e produza resultados específicos precisos predeterminados.

Nível quatro: cura prânica avançada

Aqui a visualização é definitivamente exigida. É necessário ter um conhecimento mais profundo da natureza das doenças e as propriedades dos diferentes tipos de prana exigidos.

REFERÊNCIAS E LEITURAS RECOMENDADAS

*O duplo etérico*¹, de A.E. Powell, 1969. The Theosophical Publishing House, Quest Books. Wheaton, Illinois.

Essencialmente, este livro é um tratado sobre o corpo etérico e fenômenos etéricos. Seu conteúdo baseia-se amplamente nos escritos de Madame Blavatsky, C.W. Leadbeater e Annie Besant, que eram clarividentes altamente desenvolvidos e que realizaram pesquisas e experiências utilizando seus dons de clarividência. Registraram suas observações e conclusões obtidas nos anos de 1897 a 1923.

1. Publicado no Brasil pela Ed. Pensamento, São Paulo.

A seguir oferecemos um resumo dos principais pontos relevantes para o estudo da cura prânica:

1. O corpo físico é realmente composto por dois corpos: o corpo físico visível e o corpo etérico invisível, que é composto por substâncias mais sutis, denominadas de matéria etérica (Cap. 1, pág. 4). Este corpo etérico corresponde ao que atualmente é chamado de corpo bioplasmático
2. O corpo etérico é veículo do prana ou *ki* (Cap. 1, pág. 4)
3. O corpo etérico tem muitos *nâdis*² ou canais etéricos, através dos quais flui o prana ou *ki* (Cap. 3, pág. 22). Estes canais etéricos são equivalentes aos meridianos ou canais bioplasmáticos.
4. O corpo etérico constitui o molde ou padrão do corpo físico visível (Cap. 2, pág. 13).
5. O corpo etérico possui vários chakras ou vórtices etéricos, que absorvem, assimilam e distribuem prana, e que são responsáveis pelo funcionamento adequado de todo o corpo (Cap. 3, pág. 22; Cap. 4, pág. 32).
6. Alguns chakras são centros ou sítios de nossas faculdades psíquicas (Cap. 3-13, págs. 22-62).
7. O prana pode ser obtido da luz do Sol, do ar e das árvores (Cap. 2, págs. 8 e 16-21)
8. O corpo físico visível e o corpo etérico estão tão intimamente relacionados, que o que afeta um deles também afeta o outro (Cap. 1, pág. 6). A cura ocorre pela remoção da matéria doente, que se encontra no corpo etérico do paciente, e pela transferência ou projeção de prana do corpo etérico daquele que realiza a cura para o corpo etérico do paciente (Cap. 17, págs. 74-83).
9. Uma aura da saúde forte age como couraça protetora contra germes e infecções. (Cap. 4, pág. 33)
10. Pessoas cujos membros foram amputados queixam-se, algumas vezes, de que ainda sentem o membro em questão. A razão é que o equivalente etérico ou molde etérico desse membro ainda se encontra intacto (Cap. 1, pág. 6).

É preciso notar que a existência do corpo etérico e outros pontos importantes mencionados nos itens precedentes foram posteriormente observados ou redescobertos por cientistas russos.

2. Para maior compreensão do termo, consultar Blavatsky, H.P. — *Glossário Teosófico*, Ed. Ground Ltda., 1988 (N.T.)

*Experiências psíquicas além da cortina de ferro*³ de Sheila Ostrander e Lynn Schroeder. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1970. Edição de bolso 1971.

Este livro descreve as exaustivas pesquisas científicas sobre fenômenos psíquicos realizadas na União Soviética. Muitos dos achados simplesmente confirmam o que já era do conhecimento dos estudantes de esoterismo desde tempos antigos. Todas as referências são feitas na edição de bolso.

DESCOBERTAS MODERNAS

1. Em 1939, Semyon Davidovich Kirlian e sua esposa desenvolveram a fotografia Kirlian baseada num campo elétrico de alta frequência, utilizado para fotografar partes do corpo invisível de energia ou corpo bioplasmático (Cap. 16, págs. 202-206).

2. Com base nos estudos dos Kirlian, observou-se que a doença manifesta-se inicialmente no corpo bioplasmático antes de aparecer no corpo físico visível (Cap. 16, págs. 207-210).

3. Na altamente respeitada Universidade Estadual de Kirov, em Alma-Ata, um grupo de biólogos, bioquímicos e biofísico declarou que o corpo bioplasmático não é simplesmente uma espécie de constelação plasmasemelhante de elétrons, prótons e possivelmente outras partículas ionizadas, excitadas, mas todo um organismo em si mesmo unificado, que age como uma unidade e que emite seu próprio campo eletromagnético (Cap. 17, pág. 217).

4. As emoções, os estados de mente e os pensamentos afetam o corpo bioplasmático (Cap. 16, pág. 209).

5. Baseado nas descobertas realizadas na Universidade Estadual do Casaquistão, pode-se dizer que o corpo de energia apresenta um padrão específico de organização, que determina a forma do organismo. Por exemplo: o Dr. Alexander Studitsky, do Instituto de Morfologia Animal, em Moscou, cortou tecido muscular e com ele vedou uma ferida no corpo de um rato. Houve o crescimento de um músculo inteiramente novo. A partir desse achado, os cientistas concluíram que há alguma espécie de padrão de organização (Cap. 17, pág. 218).

6. Se um homem perde um dedo ou um braço, ainda retém o dedo ou braço bioplasmático, de modo que, algumas vezes, ainda sente que esse dedo ou braço ainda está lá (Cap. 17, pág. 216).

7. O Dr. Mikhail Kuzmich Gaikin, um cientista de Leningrado, confirmou a existência de canais e centros bioplasmáticos, que correspondem

3. Publicado no Brasil pela Ed. Pensamento, São Paulo.

aos meridianos e pontos de acupuntura descritos na antiga medicina chinesa (Cap. 18, págs. 226-229). Com auxílio do tobiscópio, indicou precisamente a localização dos pontos de acupuntura. Posteriormente, um jovem físico, Victor Adamenko, inventou uma versão melhorada do tobiscópio e chamou-a de CCPA — Condutividade dos canais de pontos de acupuntura, que não apenas localiza esses pontos, mas também realiza uma representação numérica das reações e alterações no corpo bioplasmático (Cap. 18, pág. 232).

8. Os pontos de acupuntura correspondem a manchas brilhantes no corpo bioplasmático (Cap. 18, pág. 226).

9. Os russos também consideram seriamente a possibilidade de estimulação de certos pontos no corpo bioplasmático para ativar habilidades psíquicas latentes (Cap. 18, pág. 231-233).

10. Pesquisas realizadas com praticantes russos da cura psíquica indicam que esse tipo de cura envolve a transferência de energia do corpo bioplasmático daquele que realiza a cura para o corpo bioplasmático do paciente. (Cap. 18, pág. 224).

*Os chakras*⁴, de C.W. Leadbeater, 1927. The Theosophical Publishing House. Adyar, Madras. S. Paulo.

Este livro trata dos diferentes tipos de prana, uma vez que o prana do ar foi assimilado pelos chakras. Também discute os efeitos negativos do álcool, das drogas e do fumo sobre o corpo etérico. Contém dez ilustrações coloridas dos chakras, baseadas nas observações clarividentes do autor.

Teoria dos chakras: ponte para consciência superior, de Hiroshi Motoyama, 1981. The Theosophical Publishing House. Wheaton, Illinois, USA.

Este livro trata dos experimentos científicos e da experiência pessoal do Dr. Hiroshi Motoyama com os chakras. Também fornece instruções sobre como ativá-los. Os meridianos da acupuntura chinesa são comparados com os nâdis hindus. É um livro bastante interessante e muito informativo.

Cura esotérica, de Alice Bailey, 1953. Lucis Publishing Company. New York.

A aura humana, de W.J. Kilner, 1911. Samuel Weiser, Inc. York Beach, Maine⁵.

4. Publicado no Brasil pela Ed. Pensamento, São Paulo.

5. Idem.

CAPÍTULO TRÊS

Cura Prânica Elementar

Quando o corpo está exausto e o sangue exaurido (de sua energia vital), ainda é possível obter bons resultados? Não, porque não há mais energia... vitalidade e energia são consideradas a base da vida... e, então, como pode uma doença ser curada, quando não existe mais energia vital dentro do corpo?

O clássico de medicina interna do Imperador Amarelo
(Huang Ti Nei Ching Su Wen)

E Jesus disse:... alguém me tocou, pois sei que uma força (energia vital) saiu de mim... ela (a mulher) disse, na presença de todos, porque ela O tinha tocado e como foi imediatamente curada.

Lucas 8, 45-47

OS DOIS PRINCÍPIOS BÁSICOS DA CURA PRÂNICA

Na cura prânica, há dois princípios básicos: *limpeza e energização com prana ou energia vital* de corpo bioplasmático do paciente. *É pela limpeza ou remoção da matéria bioplasmática doente do chakra afetado e do órgão doente e é pela energização dos mesmos (chakra e órgão) com suficiente prana ou energia vital, que a cura se realiza!* Estes dois princípios básicos constituem o verdadeiro alicerce da cura prânica.

A limpeza é necessária para remover a matéria bioplasmática doente e desvitalizada de todo o corpo ou da região afetada, e para desbloquear os

anais bioplasmáticos. Os raios da saúde são limpos, desemaranhados e fortalecidos.

É preciso notar que a parte afetada deve ser completamente limpa antes e/ou após a energização. Em casos mais sérios, todo o corpo bioplasmático deve ser limpo. Muito freqüentemente, após a limpeza inicial, o paciente deve ser energizado, para facilitar a limpeza posterior. Este processo é muito semelhante ao de varrer, primeiro, um assoalho muito sujo, para, depois, lavá-lo com água e sabão ou algum outro produto químico, de modo a retirar a sujeira mais grossa. Todo o processo pode ser repetido inúmeras vezes, até que o corpo bioplasmático seja normalizado. Sem a limpeza, o paciente pode sofrer uma *reação radical*. A ocorrência de reação radical significa que o corpo toma medidas drásticas para corrigir e normalizar suas condições. Essa reação é geralmente dolorosa e desconfortável e pode aparecer como uma *piora inicial*. Porém o organismo gradualmente melhora após tal reação. A reação radical é desnecessária e pode ser evitada.

Um desses casos foi o daquela paciente que sofria de dor abdominal crônica, movimentos intestinais lentos e vômitos, devidos a um fator emocional. Havia congestão prânica ao redor de sua região abdominal. Aplicou-se a energização prânica, sem a limpeza da parte afetada. Embora ela obtivesse alívio, dentro de vinte a trinta minutos todos os sintomas retornavam e se intensificavam. Eram as reações radicais ou o modo como o corpo físico agia para limpar e remover a matéria bioplasmática doente e congestionada, de modo a normalizar seu funcionamento. Três horas depois, aplicaram-se a limpeza e a energização com prana sobre sua área abdominal e ela alcançou a cura completa.

Em várias ocasiões, a mesma paciente foi tratada devido as mesmas queixas. Nesse caso, a paciente foi curada em poucos minutos simplesmente pela limpeza ou remoção da matéria bioplasmática doente na região afetada. Uma vez que o alívio foi imediatamente alcançado, não se aplicou a energização. Não houve reação radical.

A limpeza é necessária para facilitar a absorção de prana ou *ki* pela região afetada. O processo é semelhante àquele de se colocar café fresco numa xícara cheia de café requeitado ou de se tentar substituir a água suja de uma esponja pingando água limpa na superfície da mesma. É um processo lento e inútil. O prana fresco não flui facilmente para a região afetada, uma vez que ela já está sobrecarregada de matéria bioplasmática doente, e os canais bioplasmáticos estão bloqueados. Esse prana também não consegue ser totalmente absorvido pela região tratada e, devido a isso, há a forte possibilidade de que o sintoma retorne imediatamente, ou dentro de um curto período de tempo.



Fig. 3-1 A cura prânica é realizada através da remoção da energia doente e pela energização com prana ou energia vital das partes afetadas.

Há várias razões para o fato de a limpeza dever ser realizada antes da energização:

1. A limpeza é necessária para facilitar a absorção de prana ou *ki*.
2. Sem a limpeza, gasta-se mais tempo para se alcançar a cura e mais prana é necessário para curar o paciente.
3. Uma possível reação radical pode ser induzida, se a limpeza não for realizada antes ou após a energização.
4. A limpeza é necessária para reduzir o risco de dano aos meridianos ou canais bioplasmáticos mais delicados.

Em casos simples, a limpeza do corpo bioplasmático e/ou da parte afetada é, em geral, suficiente para curar o paciente. Em outros casos, a

região bioplasmática doente encontra-se tão exaurida, que o praticante procura facilitar o processo de cura através da energização com prana.

CHAKRAS DAS MÃOS E DOS DEDOS

Há dois chakras muito importantes, cada um deles localizado no centro da palma de cada mão. Tais chakras são chamados de *chakra da mão esquerda* e *chakra da mão direita*. Em geral têm cerca de 2,5 cm de diâmetro. Alguns praticantes da cura prânica apresentam chakras das mãos com diâmetro de 5 cm ou mais. Embora esses chakras sejam considerados chakras menores, têm funções muito importantes na cura prânica. É através deles que o prana é absorvido e projetado para o paciente. Ambos são capazes de absorver e projetar prana ou *ki*. Mas, nas pessoas destras, é mais fácil absorver através do chakra da mão esquerda e projetar através do chakra da mão direita. O inverso ocorre com as pessoas canhotas.

Há em cada dedo um minichakra, que também é capaz de absorver e projetar prana. Os chakras das mãos projetam prana mais suave ou menos concentrado, enquanto os chakras dos dedos projetam prana mais forte ou mais intenso. É aconselhável energizar crianças, idosos e pacientes muito fracos de maneira lenta e gentil utilizando-se os chakras das mãos.

Pela estimulação ou ativação dos chakras das mãos, estas se tornam sensibilizadas, desenvolvendo, portanto, a capacidade de sentir matéria mais refinada e explorar as diferentes auras. É através da exploração que o praticante pode localizar áreas doentes no corpo bioplasmático.

AS CINCO TÉCNICAS BÁSICAS NA CURA PRÂNICA ELEMENTAR

1. Sensibilização das mãos.
2. Exploração da aura interior.
3. Varredura (limpeza): geral e localizada.
4. Energização com prana: técnica dos chakras das mãos.
 - a. Absorção de prana
 - b. Projeção de prana
5. Estabilização do prana projetado.

Todas as técnicas deste capítulo foram testadas. A maior parte das pessoas é capaz de alcançar resultados positivos em poucas sessões, se-

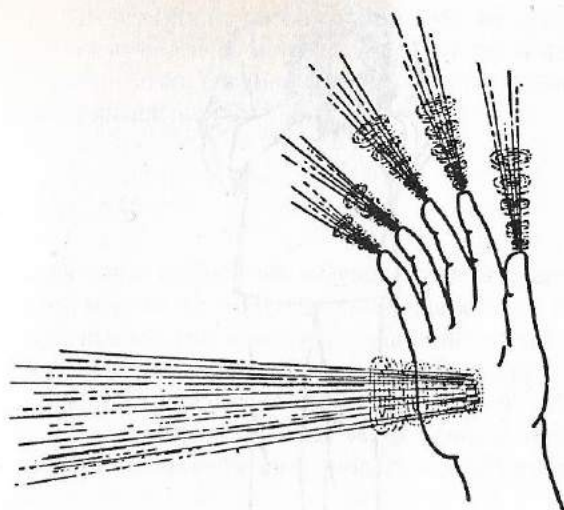


Fig. 3-2 Chakras da mão e dos dedos (Centros de Energia)

guindo adequadamente as instruções. É muito importante manter a mente aberta e ser perseverante. Pratique imediatamente aquilo que leu e expermente as instruções em pelo menos quatro sessões.

SENSIBILIZAÇÃO DAS MÃOS

Uma vez que se leva um tempo considerável para que a visão áurica se desenvolva, você precisa, então, pelo menos tentar sensibilizar as mãos, de modo a sentir o campo de energia bioplasmática ou aura interior, para determinar que áreas do corpo bioplasmático do paciente encontra-se exaurida ou congestionada.

PROCEDIMENTO:

1. Coloque suas mãos de frente uma para a outra, a uma distância de cerca de 7,5 cm. Não as tensione; apenas relaxe.



Fig. 3-3 Sensibilização das mãos

2. Concentre-se em sentir o centro de cada palma e, simultaneamente, preste atenção nas mãos como um todo, por cerca de 5 a 10 minutos. Ao mesmo tempo, inale e exale lenta e ritmicamente. A concentração é facilitada ao se pressionar os centros das palmas com os polegares, antes de iniciar o processo. *É através da concentração no centro das palmas que os chakras aí existentes são ativados. Dessa forma sensibiliza-se as mãos ou capacita-se-as a sentir a matéria ou energia mais refinada.*

Oitenta a noventa por cento das pessoas serão capazes de sentir formigamento ou calor ou pressão ou pulsação rítmica entre as palmas na primeira tentativa. É importante sentir a pressão ou pulsação rítmica.

3. Imediatamente após a sensibilização das mãos, realize a exploração.

4. Pratique a sensibilização por pelo menos duas semanas. Suas mãos deverão estar sensibilizadas de maneira mais ou menos permanente após duas semanas de prática.

5. Não se desencoraje se não sentir nada na primeira tentativa. Continue a praticar e poderá ser capaz de sentir tais sensações sutis na terceira ou quarta sessão. É muito importante manter a mente aberta e se concentrar adequadamente.

EXPLORAÇÃO

Na exploração, é útil, mas não realmente necessário, aprender primeiro como sentir o tamanho e a forma das auras exterior e da saúde, antes de explorar a aura interior. Isso serve para tornar as mãos mais sensíveis, pois ambas as auras, a exterior e a da saúde, são mais refinadas do que a aura interior e também para provar a si mesmo a existência dessas auras. *Na cura, estamos basicamente interessados na exploração da aura interior. É na exploração da aura interior que as manchas problemáticas podem ser localizadas.*

Ao explorar com as mãos, concentre-se sempre no centro das palmas. É através dessa concentração que os chakras das mãos permanecem ou se tornam ainda mais ativados. Portanto, torne suas mãos sensíveis à matéria ou energia mais refinada. Sem isso, você terá dificuldade em explorar.

PROCEDIMENTO PARA A EXPLORAÇÃO DA AURA EXTERIOR:

1. Coloque-se a cerca de quatro metros do indivíduo em questão, com as palmas das mãos voltadas para ele e com os braços levemente estendidos.

2. Lentamente ande em direção ao indivíduo, tentando, simultaneamente, sentir, através de suas mãos sensibilizadas, a sua aura exterior. *Concentre-se no centro das palmas de suas mãos, ao realizar a exploração.*

3. Pare quando sentir calor ou uma sensação de formigamento ou uma leve pressão. Você, então, estará sentindo a aura exterior do indivíduo. Experimente sentir o tamanho e a forma dessa aura, sua largura da cabeça à cintura, da cintura aos pés e da parte anterior para a posterior. Na maioria dos casos, sua forma é a de um ovo invertido: o topo sendo mais largo do que a base.

4. É muito importante que você, gradualmente, aprenda a sentir a aura em termos de pressão, para que se torne mais preciso na determinação da largura das auras exterior, da saúde e interior.

5. A aura exterior tem, em geral, cerca de um metro de raio, mas, em alguns casos, pode ter mais de dois metros de largura. Algumas crianças hiperativas apresentam auras exteriores com até três metros.

PROCEDIMENTO PARA A EXPLORAÇÃO DA AURA DA SAÚDE:

1. Após determinar o tamanho e a forma da aura exterior, gradualmente mova-se mais um pouco para a frente, mantendo a postura anterior.

2. Pare quando sentir novamente aquelas sensações sutis. Tais sensações podem ser levemente mais intensas. Você agora estará sentindo a aura da saúde. Sinta-lhe o tamanho e a forma.

A aura da saúde tem geralmente cerca de sessenta centímetros de largura. Quando uma pessoa está doente, seus raios da saúde se curvam e se emaranham e sua aura da saúde diminui de tamanho. Algumas vezes, seu tamanho se reduz à metade ou menos. A aura da saúde de uma pessoa bastante saudável e energética pode chegar a ter um metro ou mais. Em geral essa aura assemelha-se a um cilindro cônico, mais largo no topo e menor na base.

PROCEDIMENTO PARA A EXPLORAÇÃO DA AURA INTERIOR:

1. A aura interior pode ser sentida com uma ou ambas as mãos. Mova-se lenta e levemente para a frente e para trás, para poder senti-la. A aura interior tem, em geral, cerca de dez centímetros de espessura. *Concentre-se no centro das palmas de suas mãos, ao realizar a exploração. É através dessa concentração que os chakras das mãos permanecem ou são ainda mais ativados. Assim, torne suas mãos sensíveis à matéria ou energia mais refinada.*

2. Explore o indivíduo da cabeça aos pés e da parte anterior à posterior. Explore o lado direito e o esquerdo. Por exemplo: explore a orelha direita e a esquerda ou a região do pulmão direito e do esquerdo. Ao explorar a aura interior de um lado e de outro, observe que ela deve ter mais ou menos a mesma espessura de cada lado. Se um lado estiver maior ou

menor do que o outro, então há alguma coisa errada. Por exemplo: ao se explorar a região dos ouvidos do paciente, percebeu-se que a aura interior da região do ouvido esquerdo tinha cerca de 12 cm de espessura, enquanto a do ouvido direito tinha apenas 5 cm. Ao ser questionado, a paciente revelou que o ouvido direito encontrava-se parcialmente surdo nos últimos dezessete anos.

3. *Atenção especial deve ser dada à coluna vertebral, aos órgãos vitais e aos chakras maiores.* Na maioria dos casos, uma porção da coluna encontra-se, em geral, congestionada ou exaurida, mesmo que o paciente não se queixe de qualquer problema nas costas.

4. Ao se explorar a área da garganta, deve-se levantar o queixo do paciente, para que a exploração seja mais precisa. A aura interior do queixo tende a interferir ou camuflar a real condição da garganta.

5. A exploração da região dos pulmões deve ser feita mais pelas costas e pelos lados do que pela frente, para que o resultado seja preciso. Cada mamilo possui um minichakra, que tende a interferir na exploração adequada dos pulmões. Uma técnica mais avançada consiste em explorar os pulmões pela frente, pelas costas e pelos lados utilizando-se apenas dois dedos, ao invés do uso da mão inteira.

6. *Atenção especial deve ser dada à região do plexo solar, uma vez que inúmeras doenças de origem emocional afetam negativamente o chakra do plexo solar.*

INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS OBTIDOS NA EXPLORAÇÃO DA AURA INTERIOR

1. Ao explorar o seu paciente, você notará que há *buracos* ou *saliências* em algumas áreas da aura interior do paciente. Quando a aura apresenta um buraco, este é causado por *depleção prânica*. A área afetada encontra-se exaurida de prana ou não há prana suficiente na região em questão. Os meridianos finos circunvizinhos encontram-se parcial ou totalmente bloqueados, ou seja, impedem que o prana fresco de outras partes do organismo flua livremente e revitalize a região afetada. Na depleção prânica, o chakra afetado encontra-se exaurido e cheio de matéria bioplasmática doente. E em geral, está parcialmente subativado.

2. Quando a área apresenta uma *saliência*, esta é causada por *congestão prânica* ou *bioplasmática*. Isso significa que há muito prana ou matéria bioplasmática na área afetada e os meridianos finos circunvizinhos encontram-se parcial ou severamente bloqueados. O excesso de prana e



a. congestão prânica



b. depleção prânica

Fig. 3-4 Exploração da aura interior

matéria bioplasmática não podem fluir livremente. Este prana e a substância bioplasmática tornam-se desvitalizados e doentes, após um certo período de tempo, uma vez que o prana fresco não pode fluir livremente, ou seu fluxo encontra-se enormemente reduzido e a substância desvitalizada não pode fluir livremente para fora, ficando esse fluxo bastante reduzido. Na congestão prânica, o chakra afetado está congestionado e cheio de substância bioplasmática doente. Em geral, está parcialmente superativado.

3. Uma região afetada pode apresentar simultaneamente congestão e depleção prânicas. Isso significa que uma parte da região afetada apresenta um buraco e outra parte uma saliência. Por exemplo: a região do fígado pode estar congestionada ou saliente de um lado (lado esquerdo) e outra (lado direito) exaurida. Um outro exemplo é aquele em que a porção esquerda da região do coração encontra-se congestionada ou saliente e a direita severamente exaurida.

4. Quanto menor a aura interior, mais séria é a depleção prânica. Quanto maior a saliência da aura interior, mais congestionada encontra-se a parte afetada. Quanto maior ou menor for a aura interior da região afetada, mais séria é a doença.

5. Uma área pode apresentar um *excedente prânico temporário*, caso em que não há nada de errado. Por exemplo: uma pessoa que esteve sentada por um longo período de tempo pode apresentar, na exploração, uma enorme saliência na aura interior na região das nádegas. Uma vez que os meridianos da área não estão bloqueados, a condição se normaliza após um curto período de tempo.

6. Uma área pode ter uma *redução prânica temporária*, caso em que também não há nada de errado. Uma alteração recém-ocorrida provavelmente é a causa da redução prânica temporária ao redor da região do plexo solar. Após algumas horas de descanso, a condição se normalizará. Mas alterações ou raiva habituais podem causar depleção prânica ao redor da área do plexo solar, da qual resultam problemas abdominais e possivelmente doença cardíaca.

7. A condição física do paciente deve ser cuidadosamente observada, e o paciente deve ser exaustivamente interrogado ou entrevistado, antes de se tirar qualquer conclusão.

8. Como foi dito anteriormente, as doenças se manifestam primeiro no corpo bioplasmático, antes de se manifestarem no corpo físico visível. Há casos em que há depleção ou congestão prânica na aura interior de uma região do corpo, mas o exame médico apresenta resultado negativo ou indica que a região está normal. Neste caso, a doença ainda não se manifestou no corpo físico visível. *Portanto, a cura prânica deve ser aplicada antes que a doença se manifeste fisicamente.*

VARREDURA

A varredura é geralmente uma técnica de limpeza. Pode ser usada também para energizar e distribuir prana em excesso. Quando a limpeza é feita no corpo bioplasmático inteiro, é chamada de *varredura geral*. A limpeza realizada em partes específicas do corpo é chamada de *varredura localizada*.

Na varredura utilizam-se as mãos. Há duas posições de mão: a *posição da mão em concha* e a *posição dos dedos abertos*. Estas duas posições são utilizadas alternadamente. A posição da mão em concha é mais eficaz na *remoção de substância bioplasmática doente*, e a posição dos dedos abertos é mais eficaz para *pentear e desemaranhar os raios da saúde*. A varredura geral tem sido chamada de limpeza ou cardadura da aura por alguns estudantes do esoterismo.

A varredura produz os seguintes resultados:

1. Remove matéria bioplasmática doente e congestionada. Os meridianos ou canais bioplasmáticos bloqueados são limpos e desobstruídos. Isso permite que o prana de outras partes do corpo flua para a região afetada facilitando o processo de cura.

A expulsão de toxinas, resíduos, germes e substância bioplasmática suja é enormemente facilitada pelo desemaranhamento e parcial fortalecimento dos raios da saúde. Esses raios são fortalecidos posteriormente pela energização de todo o corpo com prana.

3. Ao se desemaranhar e fortalecer os raios da saúde, a aura da saúde, que age como uma couraça protetora, é normalizada. Isso aumenta a resistência do indivíduo às infecções.

4. A varredura automaticamente *fecha buracos na aura exterior*, através dos quais o prana escoar. Sem o fechamento desses buracos, o processo de cura é muito lento, mesmo que o paciente seja energizado com prana, porque esse prana simplesmente escoaria por eles. Este é um dos fatores que contribuem para que haja, algumas vezes, o retorno da doença em poucos minutos ou horas, após o tratamento.

5. A absorção de prana pelo paciente é enormemente facilitada pela varredura ou limpeza.

6. A varredura também é empregada para distribuir o prana em excesso na área tratada para outras partes do corpo, após ter sido energizado para evitar uma possível congestão.

7. A varredura ainda é utilizada para *energizar através do direcionamento de prana* das áreas circunvizinhas ao corpo ou *de um chakra ou chakras para a região afetada que encontra-se pobre em prana*. Por exemplo: uma forma suave de artrite dos dedos foi curada em minutos apenas utilizando a limpeza dos dedos e a varredura ou o direcionamento de excesso de prana do chakra da mão para os dedos afetados.

8. A reação radical é reduzida ou evitada simplesmente aplicando-se a varredura por todo o corpo do paciente.

A varredura é uma técnica de cura prânica muito importante e é muito fácil de ser aprendida. Limpa, fortalece e facilita enormemente o processo de cura. Muitas doenças simples podem ser curadas apenas com a varredura.

VARREDURA GERAL

A varredura geral é feita com uma série de *movimentos de varredura para baixo* apenas. Na varredura para baixo, começa-se na cabeça e se

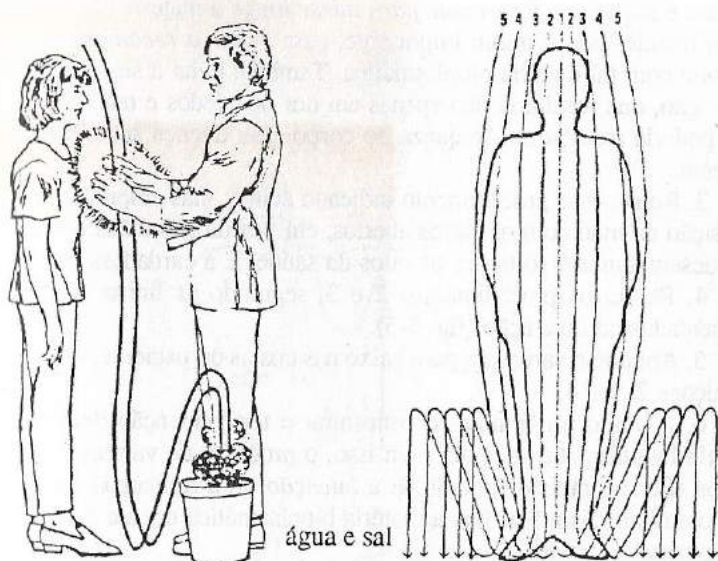


Fig. 3-5 Varredura geral:

Através da limpeza ou da remoção da energia doente, a circulação de energia vital ou prana é aumentada, elevando, assim, a taxa de cura.

deseje até os pés. Movimentos de varredura para cima não são empregados na limpeza, sendo usados somente para acordar pacientes, que podem ter caído no sono, ou para estimular aqueles que tenham se tornado levemente entorpecidos. Na varredura para cima, começa-se dos pés em direção à cabeça.

PROCEDIMENTO:

1. Coloque as suas mãos em concha cerca de quinze centímetros acima da cabeça do paciente. Não toque desnecessariamente o paciente. Mantenha a distância de cerca de cinco centímetros entre o corpo do paciente e suas mãos.

2. Com as mãos ainda em concha, desça-as lentamente da cabeça para os pés, seguindo a linha 1, como mostra a ilustração. Eleve ligeiramente

as mãos e *sacuda-as fortemente para atirar longe* a matéria bioplasmática suja e doente. Isso é muito importante, para *evitar a recontaminação do paciente* com tal matéria bioplasmática. Também evita a sua própria contaminação, que resultaria não apenas em dor nos dedos e mãos, mas também poderia resultar em fraqueza no corpo e/ou doença semelhante à do paciente.

3. Repita esse procedimento indicado acima, mas empregando agora a posição da mão com os dedos abertos, em vez da das mãos em concha. Isso desemaranha e fortalece os raios da saúde. É a cardadura dos raios.

4. Repita os procedimentos 2 e 3, seguindo as linhas 2, 3, 4 e 5 apresentadas na ilustração (fig. 3-5).

5. Aplique a varredura para baixo nas costas do paciente, seguindo as instruções 2, 3 e 4.

6. É muito importante se concentrar e ter a intenção de remover a matéria bioplasmática doente. Sem isso, o processo de varredura torna-se menos eficaz e mais demorado. É a *intenção* ou a *aplicação da vontade* com o auxílio das mãos, que a matéria bioplasmática doente é completa e rapidamente removida.

Com a prática regular, você poderá aplicar a varredura com grande facilidade e um mínimo de esforço.

7. Após a varredura para baixo, alguns pacientes podem se tornar sonolentos. Você pode aplicar, então, um pouco de varredura para cima, para despertar ou deixar o paciente mais alerta. Não há necessidade de sacudir as mãos após a varredura para cima. Este tipo de varredura não constitui uma técnica de limpeza, mas apenas uma técnica para despertar o paciente. Só deve ser aplicada após o paciente estar relativamente limpo. Atenção: Aplicar os movimentos de varredura para cima antes da varredura para baixo pode fazer com que a substância bioplasmática doente se fixe na área da cabeça, o que poderia resultar em efeitos físicos negativos.

VARREDURA LOCALIZADA

1. Coloque sua mão ou mãos acima da área afetada e lentamente varra para longe a substância bioplasmática doente. Você faz isso como se estivesse limpando um objeto sujo com sua mão.

2. Sacuda fortemente sua mão para atirar longe a matéria bioplasmática doente.

3. Os movimentos de varredura podem ser realizados em qualquer direção: em foram de L, em vertical, horizontal ou diagonalmente.

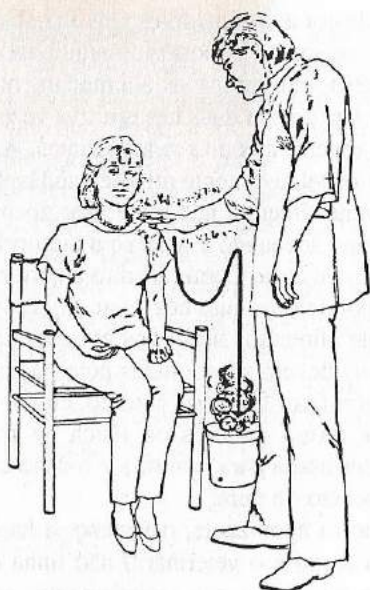


Fig. 3-6 Varredura localizada: A taxa de cura é aumentada pela limpeza ou remoção da energia doente existente na parte afetada.

A varredura é muito fácil e pode ser aprendida quase imediatamente pela maioria das pessoas. Algumas vezes, na varredura localizada, a matéria bioplasmática doente é transferida da parte afetada para uma outra região do corpo. Por exemplo: um praticante estava varrendo a matéria bioplasmática congestionada na parte de trás da cabeça de um paciente. Essa substância foi transferida para o pescoço e para os ombros do paciente. Isso fez com que a dor na parte posterior da cabeça se deslocasse parcialmente para as áreas do pescoço e dos ombros. Se você se encontrar numa situação semelhante, simplesmente aplique a varredura localizada nas novas áreas afetadas.

Quantas vezes a varredura geral e a localizada podem ser aplicadas em um paciente? A resposta é: tantas vezes quantas forem necessárias. Não há um número fixo. Em geral, eu aplico a varredura geral uma ou duas vezes, e a localizada quatro ou cinco vezes. Porém, no caso de um cão moribundo devido à ingestão acidental de um veneno de ação lenta, foi necessário aplicar a varredura geral e a localizada de vinte a trinta vezes por sessão, uma vez que, após cada varredura e parcial remoção da

matéria bioplasmática de cor acinzentado-escuro do cachorro, essa matéria reaparecia após alguns segundos e, posteriormente, após alguns minutos. Varredura e energização foram aplicadas alternadamente. Todo esse processo foi repetido uma vez a cada duas horas e três vezes no primeiro dia. O processo de cura se repetiu nos dias subseqüentes. Após cerca de duas semanas, o cão tornou-se relativamente ativo e saudável.

Em casos de envenenamento, não tente usar apenas a cura prânica. Faça o tratamento médico adequado e aplique a cura prânica para fortalecer e facilitar o processo de cura. Como foi dito anteriormente, uma doença pode ser causada por fatores internos e/ou externos. Se a causa é a desnutrição, obviamente alimentos nutritivos em quantidade suficiente ou suplementos nutricionais devem ser tomados pelo paciente. Uma vez que um veneno químico é um fator físico ou externo, então, definitivamente, é preciso empregar uma forma química ou física de tratamento. A cura prânica também pode ser usada para minimizar o dano causado ao corpo e facilitar bastante o processo de cura.

No caso do cachorro agonizante, o veneno já havia sido completamente assimilado pelo corpo e o veterinário não tinha qualquer antídoto. Assim, a cura prânica foi empregada isoladamente, porque era a única solução disponível àquela altura.

Embora haja algum grande iogue, xamã ou curandeiro que possa neutralizar em seu próprio corpo ou no corpo de outra pessoa o veneno ingerido, quem de nós possui essa capacidade? Na cura prânica, bem como em outros campos de atividade, a pessoa deve estar consciente de suas capacidades e limitações e deve fazer uso do bom senso ou do senso comum ao tomar decisões.

ENERGIZAÇÃO COM PRANA: TÉCNICA DO CHAKRA DA MÃO

Ao projetar prana para o corpo bioplasmático do paciente, o praticante deve simultaneamente absorver prana do ar ou glóbulos de vitalidade do ar das redondezas. Isso impedirá a drenagem ou exaustão do prana do próprio praticante, que, de outro modo, tornar-se-á suscetível a infecções e doenças.

Há muitas maneiras de se absorver prana e projetá-lo. Uma das maneiras mais fáceis e mais seguras é através dos chakras das mãos. *Um dos chakras das mãos é utilizado para drenar o prana do ar e o outro para projetá-lo ao paciente.* Ambos os chakras das mãos direita e esquerda

podem ou predominantemente absorver ou projetar prana. O chakra da mão encontra-se alternadamente absorvendo e projetando prana numa proporção rápida. Se ele predominantemente absorve ou predominantemente projeta prana é uma questão de intenção ou vontade. Você pode usar o chakra da mão direita para projetar o prana e o chakra da mão esquerda para absorvê-lo e vice-versa. Esta é uma questão de preferência pessoal. Nas pessoas destros, é mais fácil absorver prana com o chakra da mão esquerda e projetá-lo com o chakra da direita, e vice-versa, no caso de pessoas canhotas.

O prana é absorvido do chakra de uma das mãos e projetado pelo chakra da outra mão. A atenção ou concentração deve ser focalizada nos chakras das mãos (no centro das palmas) e na parte a ser tratada, com mais ênfase nos chakras das mãos. Concentrar-se mais na parte a ser tratada do que nos chakras das mãos é um erro comum dos iniciantes. Isso tende a reduzir o fluxo de prana para dentro e para fora.

PROCEDIMENTO:

1. Pressione, com o polegar o centro das palmas de suas mãos para facilitar a concentração.

2. Concentre-se ou focalize sua atenção, cerca de dez a quinze segundos, no centro da palma que será utilizada para absorver a energia prânica. Isso serve para ativar parcialmente o chakra da mão, aumentando, assim sua capacidade de absorvê-la. Se você pretende absorver a energia prânica através de sua mão esquerda, então concentre-se no centro de sua palma.

3. Coloque a outra mão próxima da parte afetada e, simultaneamente, concentre-se no centro de ambas as mãos. Se você pretende projetar com o chakra da mão direita, então coloque sua mão direita perto da região afetada. Mantenha uma distância de aproximadamente 10 a 15 centímetros do paciente. Continue a focalizar sua atenção no centro das palmas, até que o paciente esteja suficientemente energizado. Em casos simples, isso pode levar de cinco a quinze minutos, para os iniciantes.

4. Ao energizar ou projetar prana, você precisa desejar ou ter a intenção inicial de dirigir o prana projetado para o chakra afetado e, depois, para a região afetada. *É um fator crítico que a projeção do prana seja dirigida à parte afetada. Isso produzirá uma taxa de alívio e cura mais elevada.* Apenas energizar o chakra afetado sem desejar ou dirigir a energia prânica para a parte afetada resultará numa distribuição mais lenta do prana ou energia vital do chakra tratado para a parte afetada, produzindo assim uma taxa de alívio e cura muito mais lenta.

5. Os braços devem ficar ligeiramente abertos para permitir um fluxo de prana mais fácil do chakra de uma das mãos para o chakra da outra.

6. Deve haver uma expectativa ou intenção inicial de absorver prana com o chakra de uma das mãos e de projetá-lo com o chakra de outra. Uma vez criada essa expectativa ou intenção inicial, não há necessidade de manter conscientemente essa intenção. A expectativa inicial e a concentração nos chakras das mãos faz com que o prana seja automaticamente absorvido pelo chakra de uma das mãos e projetado pelo chakra da outra.

7. É importante se concentrar adequadamente em ambos os chakras da mão direita e da mão esquerda. O sucesso depende disso. Concentrar-se mais no chakra que projeta e não dar no chakra que absorve a concentração suficiente tende a enfraquecer e exaurir o praticante da cura.

8. Se você sentir uma leve dor ou desconforto na mão, enquanto estiver energizando, sacuda-a para atirar longe a matéria bioplasmática doente que foi absorvida. *Ao energizar, a mão deve ser regularmente sacudida, para jogar fora a matéria bioplasmática doente.*

9. A energização deve continuar até que a parte tratada esteja suficientemente energizada. A parte afetada estará com prana suficiente quando você sentir uma *leve repulsão* vindo da área tratada ou quando sentir uma *cessação gradual* do fluxo de prana da palma da mão para a área tratada. O fluxo de prana pode ser sentido como uma corrente de fluido quente ou apenas como uma delicada corrente de fluido. A sensação de repulsão ou cessação de fluxo se deve à equiparação do nível de energia prânica entre sua mão e a área tratada. Para os iniciantes, a energização com prana pode levar de cinco a quinze minutos, nos casos simples, e cerca de trinta minutos para casos mais severos.

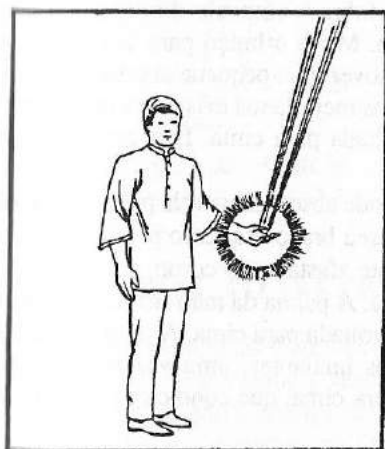
10. Faça uma verificação cruzada para se certificar se a área tratada encontra-se suficientemente energizada, através de uma *reexploração* da aura interior da região tratada. Se não estiver, então continue a energizar até que na área haja prana suficiente.

11. Se a área tratada estiver superenergizada, faça uma varredura distribuidora, para evitar uma possível congestão prânica. Isso se faz espalhando o excesso de prana com a mão para a área circundante. Verifique o resultado através da exploração. Se a parte tratada estiver levemente superenergizada, com uma espessura de cerca de 8 cm, então deixe como está.

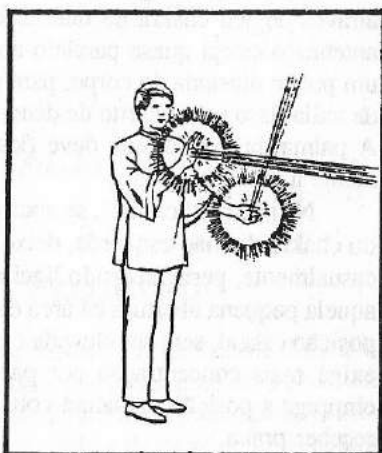
12. O prana ou *ki* pode também ser projetado mais através dos dedos ou chakras dos dedos do que através do chakra da mão. O prana proveniente dos chakras dos dedos é mais intenso. Se o prana projetado for muito intenso, o paciente pode sentir dor e uma sensação perfuradora ou



(a,b) *Pressione o centro de cada palma das mãos com o polegar para facilitar a concentração.*



(c) *Concentre-se, por cerca de 15 segundos, no centro da palma que será utilizada para absorver a energia prânica.*



(d) *Para energizar, coloque a outra mão perto da parte afetada e concentre-se simultaneamente no centro de cada palma.*

Fig. 3-7 Energização com Prana: técnica do chakra da mão

penetrante, que é desnecessária. É mais conveniente energizar através dos chakras das mãos, antes de tentar fazê-lo através dos chakras dos dedos.

Na energização com prana, a visualização é útil, mas não necessária. Apenas relaxe e calmamente se concentre nos chakras das mãos. O resultado virá automaticamente. A técnica é simples, fácil e bastante eficaz. Experimente-a e julgue por si mesmo.

Para a absorção do prana, há várias posições possíveis: a posição de "alcançando o céu", a posição "egípcia" e a posição "casual". Na posição "alcançando o céu", se você pretende absorver a energia prânica através do chakra da mão esquerda, eleve seu braço esquerdo e vire a palma para cima. O ato de elevar o braço é semelhante ao de estirar uma mangueira de água. Há um meridiano sul ou canal bioplasmático na área da axila, que se conecta com o chakra da mão direita e com o chakra da esquerda. A distensão desse meridiano permite que o prana flua com um mínimo de resistência. O ato de se concentrar no chakra da mão esquerda é semelhante ao de se abrir uma torneira. Através de concentração na mão esquerda, o chakra dessa mão é ativado e absorve bastante prana, desde que haja mais intenção ou expectativa de absorver do que projetar prana.

Na posição "egípcia", se você pretende absorver energia prânica através de seu chakra da mão direita, dobre o cotovelo direito até que o antebraço esteja quase paralelo ao solo. Mova o braço para uma posição um pouco afastada do corpo, para promover uma pequena abertura na área da axila. Isso tem o efeito de distender os meridianos existentes nessa área. A palma da mão direita deve ficar voltada para cima. Isso condiciona a mente a receber prana.

Na posição "casual", se você pretende absorver energia prânica através do chakra da mão esquerda, deixe que seu braço esquerdo penda frouxa e casualmente, permanecendo ligeiramente afastado do corpo, para permitir aquela pequena abertura na área da axila. A palma da mão fica também em posição casual, sem ser elevada e nem voltada para cima. A posição casual exige mais concentração por parte dos iniciantes, uma vez que não se emprega a posição da palma voltada para cima, que condiciona a mente a receber prana.

Eu geralmente utilizo a posição "egípcia", porque é mais confortável e não parece muito estranha. Isso reduz a resistência do paciente. *É bastante possível que o paciente bloqueie, parcialmente e sem intenção, a maior parte do prana a ele projetado pelo praticante da cura, se ele achar o praticante muito inexperiente ou se rejeitar fortemente ou não acreditar nessa forma de cura. É por isso que é melhor estabelecer com ele uma certa harmonia, de modo a tornar a cura mais rápida e mais fácil.*



Fig. 3-8 Energização: Posição
"Alcançando o Céu"

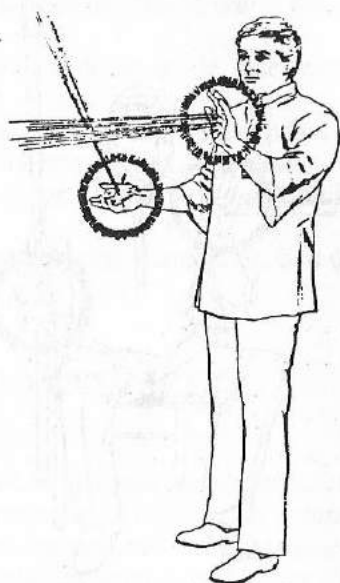


Fig. 3-9 Energização: Posição
egípcia (posição ereta)

ESTABILIZAÇÃO DO PRANA PROJETADO

Um dos problemas inerentes à cura prânica é a instabilidade do prana projetado. Esse prana tende a vazar gradualmente, causando uma possível regressão ou fazendo a doença retornar. Esse problema pode ser controlado através de uma varredura ou limpeza completa da parte a ser tratada e pela estabilização do prana projetado.

Esse prana pode ser estabilizado de dois modos:

1. Toda energização com prana deve terminar com a projeção de prana azul. Isso é feito através da visualização e projeção de prana azul claro sobre a parte tratada.

2. Pode-se também apenas *desejar* ou *mentalmente instruir* o prana projetado a *permanecer* ou *estabilizar-se* na parte tratada.

3. Projete e forme uma bola prânica branca por aproximadamente um minuto e deseje ou mentalmente a instrua para perdurar por uma hora. Esta é a terceira bola prânica. Certifique-se de que as localizações das bolas prânicas estão adequadamente determinadas e de que não há ventos fortes, que possam desfazer as bolas.

4. Explore estas três bolas, para certificar-se de que estão adequadamente formadas.

5. Espere cerca de vinte minutos e explore as três bolas prânicas novamente. Você verificará que a primeira bola prânica já se desfez ou encontra-se bastante reduzida. Porém a segunda e a terceira bolas prânicas estarão ainda praticamente intactas.

Por favor, faça esta experiência imediatamente. É simples e fácil de ser realizada.

UNIDADE DE DESTRUIÇÃO DO RESÍDUO BIOPASMÁTICO

A matéria bioplasmática doente deve ser adequadamente destruída, para manter bioplasmaticamente limpo o aposento e evitar a sua própria contaminação bem como a de outros pacientes com esta matéria bioplasmática suja. Essa substância, quando removida do corpo do paciente, ainda permanece ligada a ele através de fios bioplasmáticos. Os curandeiros havaianos (*Kahunas*) chamam o fio bioplasmático de fio *aka* invisível. Em linguagem esotérica, é chamado de fio etérico. A menos que a substância bioplasmática doente seja adequadamente destruída, há a possibilidade de que retorne ao paciente.

Para fazer uma unidade de destruição de resíduo bioplasmático, simplesmente coloque água numa tigela e acrescente sal. Já se observou clarividemente que a água é capaz de absorver a matéria bioplasmática suja e que o sal a desmancha.

Após realizar a varredura ou limpeza, você deve sacudir suas mãos na direção dessa unidade de destruição de resíduo bioplasmático. Se quiser, realize este experimento simples: pegue duas tigelas com água e coloque sal em apenas uma delas. Explore ambas as tigelas antes e após sacudir as mãos com matéria bioplasmática suja sobre elas. Essa matéria poderá ser obtida da varredura realizada em algum paciente. Deixe as tigelas em repouso por cerca de duas horas e, então, observe a diferença. Você notará que dificilmente sentirá a substância bioplasmática doente naquela tigela que contém água e sal. Mas ainda a sentirá naquela que contém apenas água.

Alguns praticantes da cura empregam água, arcia, água com tabaco, carne e outras matérias orgânicas como unidades de destruição de resíduo bioplasmático. Alguns curandeiros de tribos de índios americanos utilizam varetas. Eles colocam as varinhas na boca e sugam ou extraem a substância bioplasmática doente, utilizando a boca. As varinhas são empregadas para captar essa substância, que é vista, clarividente e simbolicamente, por alguns clarividentes como aranhas ou insetos ou sob algumas outras formas repulsivas. Alguns curandeiros não colocam nada em suas bocas. Simplesmente sugam a matéria bioplasmática doente e depois a “vomitam”. No caso de iniciantes, é muito perigoso engolir essa substância. Portanto é mais seguro empregar a varredura.

ESQUEMA PRÁTICO SUGERIDO

1. Sensibilização das mãos — cinco a dez minutos por dia.
2. Exploração — cinco a dez minutos por dia.
3. Varredura geral e localizada — dez minutos por dia.
4. Energização com prana — dez minutos por dia.

O esquema acima deve ser seguido durante, pelo menos, doze dias. Isso serve para prepará-lo para casos em que haja uma necessidade repentina de curar alguém, como, por exemplo, seu próprio filho. A prática indicada acima deverá capacitá-lo a curar casos simples, tais como febre, movimentos intestinais lentos, dores causadas por gases, dores musculares, picadas de insetos etc.

De preferência aplique essas técnicas em pacientes reais. Se isso não for possível, peça a um amigo ou parente para ajudá-lo.

Se você for uma daquelas poucas pessoas que não são capazes de sensibilizar as mãos na primeira sessão, faça apenas a varredura e a energização com prana. Continue a praticar a sensibilização das mãos. Você será capaz de efetuá-la em três ou quatro sessões.

É aconselhável aprender a curar casos simples antes de passar para aqueles mais difíceis. É necessário ganhar experiência e confiança. É preferível curar pelo menos trinta casos simples, antes de tentar curar casos difíceis ou sérios.

TRÊS COISAS A EVITAR NA CURA PRÂNICA

1. Não energize os olhos diretamente. São muito delicados e se superenergizam facilmente, quando a energização é direta. Isso pode prejudica-

los numa sessão mais longa. Os olhos podem ser energizados pela parte posterior da cabeça ou através da área situada entre as sobrancelhas. Há um chakra (centro de energia) localizado em cada um. É mais seguro energizá-los através do chakra *ajna* (situado na área entre as sobrancelhas). No caso dos olhos estarem suficientemente energizados, o excesso de prana simplesmente fluirá para outras partes do corpo.

2. Não energize direta e intensamente o coração por um longo período de tempo. Ele é bastante sensível e delicado. Um excesso de prana e uma energização muito intensa pode causar uma séria congestão prânica do coração. O coração pode ser energizado através da parte de trás da coluna, próximo da área do coração. Ao ser assim energizado, o prana flui não apenas para o coração, mas também para outras áreas do corpo. Isso reduz a possibilidade de congestão prânica do coração. Se a energização for feita pela frente, o fluxo de prana se localizará ao redor da área cardíaca, aumentando a possibilidade de congestão prânica.

3. Não aplique muito prana e nem de maneira muito intensa em crianças, em pacientes muito fracos e em idosos. No caso das crianças, seus chakras (centros de energia) são ainda pequenos e não muito fortes. Já no caso de pacientes muito fracos e muito idosos, os chakras são frágeis. Uma grande quantidade de prana ou uma energização muito intensa tem um efeito de choque sobre seus chakras. É uma reação semelhante àquela sentida por uma pessoa muito sedenta, que bebe muita água num curto período de tempo. A capacidade de uma pessoa muito fraca e idosa de assimilar prana é bastante lenta. Esse tipo de paciente deve ser energizado suave e gradualmente. Deve-se-lhes permitir descansar e assimilar o prana por cerca de quinze a vinte minutos, antes de energizá-los novamente.

Se o chakra do plexo solar (centro de energia) for repentinamente superenergizado, resultando em efeito de choque sobre o chakra, o paciente pode ficar repentinamente pálido e ter dificuldade em respirar. *Se isso acontecer, aplique imediatamente a varredura localizada na área do plexo solar. O paciente terá alívio imediato.* Esse tipo de caso é raro e é apresentado apenas para mostrar ao leitor o que fazer no caso de algo semelhante acontecer.

PASSOS DA CURA

1. Observe e entreviste o paciente.
2. Explore a coluna, os órgãos vitais, os chakras maiores e as partes afetadas.

3. Aplique a varredura geral.
 4. Faça uma varredura localizada nas áreas afetadas.
 5. Reexplora as partes afetadas. Em caso de congestão prânica, explore para determinar se a congestão se reduziu significativamente. No caso de depleção prânica, explore para determinar se a aura interior da parte afetada tornou-se ligeiramente maior ou se normalizou-se parcialmente.
 6. Em casos simples, a varredura ou limpeza é, algumas vezes, suficiente para curar o paciente.
 7. Energize as partes afetadas com prana.
 8. Realize um *feedback* com o paciente. Se houver ainda alguma dor, localize os pontos exatos e reexplora essas áreas. Aplique mais varredura e energização.
 9. Se a região estiver altamente energizada, faça uma varredura distribuidora, de modo a evitar uma possível congestão prânica.
 10. Reexplora a área tratada para determinar se a região afetada encontra-se suficientemente descongestionada ou energizada. *A perfeição é a chave para uma cura imediata ou extremamente rápida.*
 11. Na congestão prânica, dá-se ênfase à limpeza. Na depleção prânica, dá-se ênfase à energização.
 12. Estabilize o prana projetado.
 13. Instrua seu paciente para não lavar a parte que acabou de ser tratada por cerca de 12 horas, senão os sintomas podem voltar. A água absorve um pouco da energia prânica que foi projetada para a parte afetada.
- Os pacientes que sofrem de problemas sérios ou de fraqueza geral não podem tomar banho por cerca de 24 horas após o tratamento. Isso permite que o corpo absorva e assimile gradualmente a energia prânica que foi projetada.
- No caso de iniciantes, será melhor se a exploração for realizada antes de interrogar o paciente. Isso serve para melhorar sua precisão na exploração. A exploração, assim como a tomada de decisões ou outras faculdades humanas, pode ser influenciada pela sugestão.* Ao explorar o paciente, você deve ficar alerta para essa possível falha e deve tentar fazer uma reverificação das coisas observadas.
- Em casos de doenças localizadas simples, a varredura geral pode ser omitida. Nos casos de doenças infecciosas, a varredura geral deve ser aplicada, mesmo que seja apenas um simples caso de infecção ocular ou resfriado, porque todo o corpo encontrar-se-á mais ou menos afetado. Nas doenças infecciosas, a aura exterior geralmente apresenta buracos. A taxa de cura é muito mais elevada, quando a varredura geral é aplicada nesses casos.

É POSSÍVEL CURAR SEM EXPLORAR?

Se sua capacidade de exploração for muito limitada, *você ainda pode realizar a cura sem a exploração. Em casos simples, apenas pergunte ao paciente qual a parte dolorida ou que está causando algum desconforto. Então aplique a varredura localizada e a energização. No caso de doenças mais sérias, há padrões que podem ser seguidos.* Por exemplo: pacientes que apresentam problemas cardíacos, geralmente possuem chakras do plexo solar e do coração desequilibrados ou funcionando mal. Portanto limpe e energize esses dois chakras, o que melhorará enormemente a condição do paciente. O coração deve ser energizado através do chakra dorsal do coração.

Embora você possa curar sem explorar, será muito mais preciso e eficaz se utilizar a exploração. Algumas vezes, alguns dos chakras que estão funcionando mal localizam-se longe da região dolorida ou problemática.

LAVAGEM DAS MÃOS

Antes de curar, após a varredura e após a energização — ambas as mãos e os braços até acima dos cotovelos devem ser muito bem lavadas com água ou com água e sal. Você deve fazer isso para se livrar de alguma matéria bioplasmática doente que tenha permanecido em suas mãos e também para reduzir a possibilidade de absorvê-la. De outro modo, isso poderia se manifestar como dor nos dedos, nas mãos, nos braços ou mesmo como os sintomas que o paciente possuía. A lavagem também é necessária para evitar a *contaminação bioplasmática* de seu próximo paciente. De preferência, lave as mãos com um sabão germicida, para reduzir a possibilidade de se infectar ou infectar o próximo paciente.

FATORES CRÍTICOS NA CURA

1. O paciente precisa ser explorado e reexplorado completa e precisamente. A dignose bioplasmática correta levará ao tratamento correto. A reexploração adequada fornecerá o *feedback* correto, assim como a afetividade do tratamento inicial.

2. O corpo bioplasmático do paciente precisa estar completamente limpo, para elevar a taxa de cura e evitar a reação radical.

3. O paciente precisa ser suficientemente energizado com prana. A energização insuficiente significa leve melhora ou taxa lenta de cura. A superenergização de órgãos delicados precisa ser evitada, para impedir a congestão prânica.

4. Estabilize o prana projetado, para impedir que escape ou vazze. Muitos iniciantes tornam-se extremamente confiantes e cometem o sério erro de não estabilizar o prana projetado, quando seus pacientes lhes dizem como sua condição melhorou. O resultado é que alguns pacientes experimentam o retorno dos sintomas após cerca de trinta minutos ou após algumas poucas horas. *Portanto, estabilize sempre o prana projetado, após a energização!*

ARTIGOS DE VESTUÁRIO QUE ATUAM COMO ISOLANTES

Materiais tais como seda, borracha e couro tendem a agir como isolantes parciais em relação ao prana. Deve-se pedir aos pacientes que não usem seda, uma vez que esta dificulta a projeção de prana. Sapatos de couro ou borracha e cintos de couro devem ser, de preferência, retirados, para tornar a varredura geral mais eficaz. Alguns praticantes da cura preferem tirar seus próprios sapatos, para poderem absorver mais prana do solo.

OS SETE CHAKRAS MAIORES

Embora haja muitos chakras maiores, apenas sete deles serão considerados neste nível.

1. *Chakra da base.* Este chakra localiza-se na base da coluna ou na área do cóccix. *Ele energiza e fortalece todo o corpo* e é responsável por seu bem-estar físico. Energiza e afeta os órgãos vizinhos e também controla as glândulas supra-renais. Pessoas com chakra da base altamente ativado tendem a ser robustas e saudáveis, enquanto que pessoas com um chakra da base menos ativo tendem a ser frágeis e fracas.

2. *Chakra sexual.* Este chakra localiza-se na região pubiana. Controla e energiza os órgãos sexuais e a bexiga.

3. *Chakra do plexo solar.* Há dois chakras do plexo solar. O localizado no plexo solar é chamado de chakra frontal do plexo solar e o localizado nas costas é chamado de chakra dorsal do plexo solar. O termo "chakra do plexo solar" poderá significar ambos os chakras (o dorsal e o frontal). O

chakra do plexo solar energiza e controla o pâncreas, o fígado, o estômago, o intestino grosso, o apêndice, o diafragma e, até certo ponto, o intestino delgado. O coração é enormemente afetado por este chakra. O chakra frontal do plexo solar é um *centro de compensação de energia*, pois grande parte do prana proveniente dos chakras inferiores passa pelo chakra frontal do plexo solar, antes de atingir os chakras superiores, e vice-versa. *Todo o corpo pode ser fortalecido pela energização do chakra do plexo solar.*

4. *Chakra do coração.* Há dois chakras do coração. O localizado à frente do coração físico, no centro do peito, é chamado de chakra frontal do coração. O outro, que se encontra nas costas, é chamado de chakra dorsal do coração. O chakra frontal controla e energiza o coração físico e o timo. O chakra dorsal controla e energiza basicamente os pulmões e num grau menor, o coração e o timo. O termo "chakra do coração" significa ambos os chakras (o frontal e o dorsal).

5. *Chakra da garganta.* Esse chakra energiza e controla as glândulas tireóide e paratireóides e a garganta.

6. *Chakra ajna.* Localiza-se na área situada entre as sobrancelhas. Energiza e controla a glândula pituitária e também, até certo ponto, energiza o cérebro. *É também chamado de chakra-mestre porque dirige e controla os outros chakras e suas glândulas endócrinas correspondentes.* A energização deste chakra faz com que os outros chakras se *iluminem* numa certa seqüência. Alguns praticantes da cura projetam prana no chakra *ajna* para atingir uma parte doente, localizada longe desse chakra. O chakra *ajna* afeta os olhos, o nariz, o cérebro e outros órgãos vizinhos.

7. *Chakra da coroa.* Este chakra localiza-se no topo da cabeça. Energiza e controla o cérebro e a glândula pineal. A sua energização faz com que o prana projetado flua para outras partes do corpo. É como derramar água num funil. Alguns praticantes da cura projetam prana no chakra na coroa para alcançar a área afetada.

É interessante notar que cada um dos sete chakras maiores energiza e controla uma glândula ou glândulas endócrinas.

Todo o corpo pode ser energizado através dos chakras da coroa, *ajna*, dorsal do coração, do plexo solar, do umbigo, do baço, da base, da mão e do pé. *Uma região afetada pode ser energizada diretamente ou através do chakra mais próximo.* Alguns praticantes energizam através de um chakra mais distante, como o *ajna* ou o da coroa, para tratar o coração ou algum problema abdominal. Portanto, pode-se deduzir que há inúmeras técnicas de cura possíveis para o tratamento de algum tipo de problema. Mas os princípios básicos, que são a *limpeza e a energização*, são os mesmos.

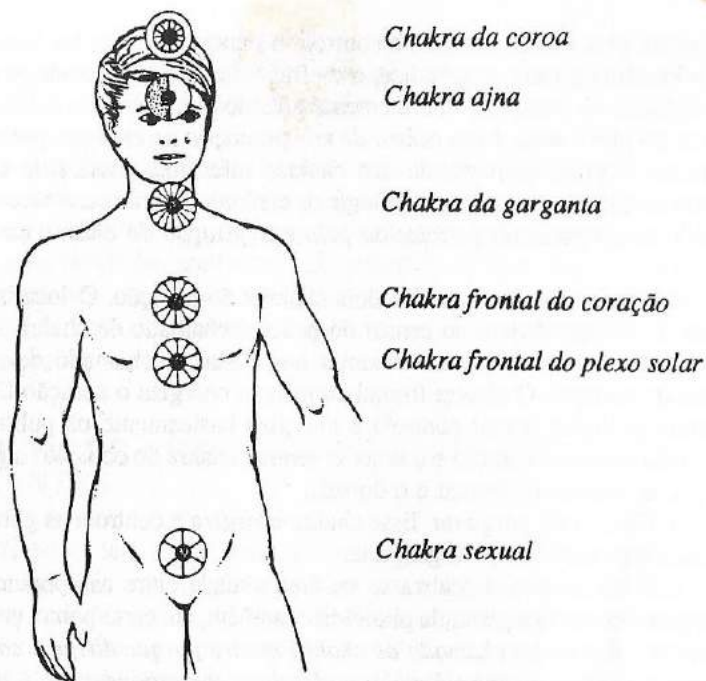


Fig. 3-12 (a) Os sete chakras maiores (centros de energia)

Os pontos de acupuntura e os chakras são portões através dos quais o prana pode facilmente entrar ou sair. Pela energização através do chakra mais próximo, o prana projetado tem acesso fácil e direto à parte afetada. Entretanto, quando a energização é feita diretamente sobre a região afetada, em vez de feita pelo chakra, ocorre uma ação filtrante do prana projetado e, desse modo, a energização demora mais tempo e requer mais prana.

Ao se energizar o corpo inteiro, costuma-se utilizar o chakra do plexo solar, devido à sua proximidade de muitos órgãos importantes. Esse chakra localiza-se no centro de tronco, que contém muitos órgãos essenciais. A energização do chakra do plexo solar deve ser feita lenta e suavemente. Uma energização muito intensa e prolongada poderá causar dificuldades respiratórias.

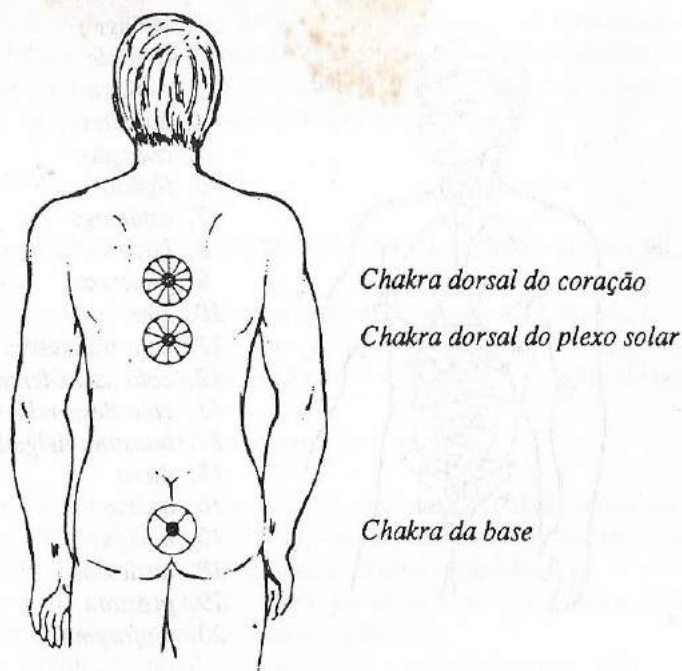


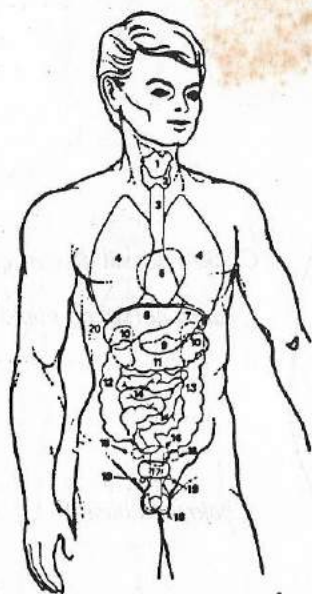
Fig. 3-12 (b)

TRATAMENTO DE CASOS SIMPLES

1. Dor de cabeça

a. Explore o chakra da coroa, o *ajna*, a parte posterior da cabeça, a cabeça inteira e o pescoço. As dores de cabeça podem ser causadas por depleção ou congestão prânicas nessas regiões. Os olhos, as têmporas e o plexo solar também devem ser explorados.

b. Aplique varredura localizada e energize os chakras da coroa, o *ajna*, a parte posterior da cabeça e a área da cabeça que está doendo. Se a causa for congestão prânica, a varredura localizada é, em geral, suficiente para remover a dor. Ou, então, apenas pergunte ao paciente que parte está doendo e, depois, aplique a varredura localizada e a energização na região afetada



1. laringe
2. tireóide
3. esôfago
4. pulmões
5. coração
6. fígado
7. estômago
8. baço
9. pâncreas
10. rins
11. colo transverso
12. colo ascendente
13. colo descendente
14. intestino delgado
15. útero
16. ovário
17. bexiga
18. testículos
19. próstata
20. diafragma

Fig. 3-13 Os órgãos internos

c. Se a dor de cabeça for devida à vista cansada, então o chakra *ajna*, os olhos e as têmporas devem ser limpos e energizados. Os olhos são energizados através do chakra *ajna*.

d. Se for devida a um problema emocional ou ao *stress*, então limpe e energize o chakra frontal do plexo solar.

Lembre-se de sempre realizar um feedback com o paciente e sempre reexaminar a área tratada, para verificar se o tratamento foi adequadamente realizado.

2. Vista cansada

a. Explore os olhos, o chakra *ajna* e as têmporas. Geralmente estão exauridos.

b. Aplique a varredura localizada nessas áreas. Reexplora para verificar se a aura interior das áreas tratadas aumentou de espessura. Se isso tiver ocorrido, a limpeza teve sucesso.

c. Energize os olhos através do chakra ajna, com a intenção de que prana fresco flua para os olhos. Você precisa se lembrar sempre de que a energia ou prana segue o pensamento ou vai para onde a sua atenção estiver focalizada. Energize a área das têmporas.

3. *Dor de dente*

a. Explore a área afetada. Em geral há depleção prânica na região dolorida.

b. Limpe a área afetada, aplicando a varredura localizada

c. Energize a área afetada.

d. Instrua o paciente para procurar um dentista o mais rápido possível.

4. *Resfriado com tosse e nariz congestionado*

a. Explore o chakra ajna, o da garganta, o chakra frontal do plexo solar, o chakra dorsal do coração e os pulmões (frente, laterais e dorso). Essas áreas podem estar congestionadas e/ou exauridas.

b. Uma vez que todo o corpo foi afetado até certo ponto, aplique a varredura geral para limpar todo o organismo.

c. Aplique a varredura localizada e a energização do chakra *ajna*, do da garganta, do frontal do coração e dos pulmões. Isso serve para limpar e energizar o sistema respiratório desde os pulmões até a garganta e o nariz.

d. Aplique a varredura localizada e a energização no chakra frontal do plexo solar. Isso serve para energizar e *fortalecer* todo o corpo.

e. Reexplora as áreas tratadas e faça um *feedback* com o paciente. Se o tratamento foi realizado adequadamente, o paciente estará sentindo um alívio enorme.

f. Pode-se repetir o tratamento após quatro horas, para reforçar o tratamento anterior e para assegurar uma cura rápida.

g. Instrua o paciente para descansar e para não comer muito. A ingestão elevada de comida consome muito prana, que é necessário à cura rápida do corpo.

5. *Febre*

a. Explore todo o corpo, dando ênfase aos sete chakras maiores, à coluna, aos pulmões, ao abdome e às solas dos pés. Pessoas que estão com febre apresentam, em geral, auras interiores pouco espessas, com cerca de cinco centímetros ou menos.

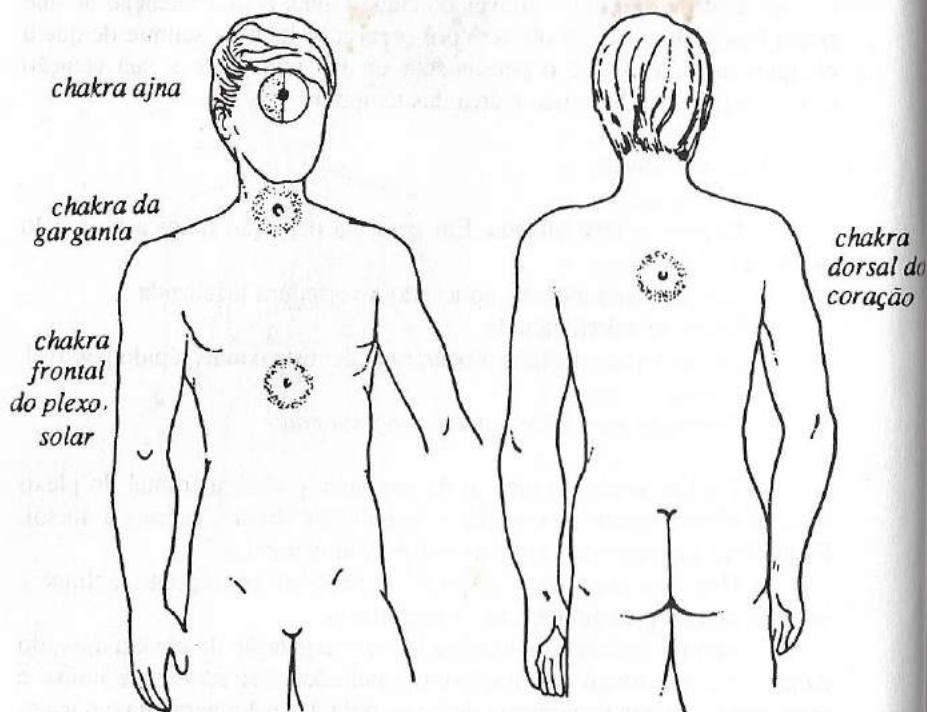


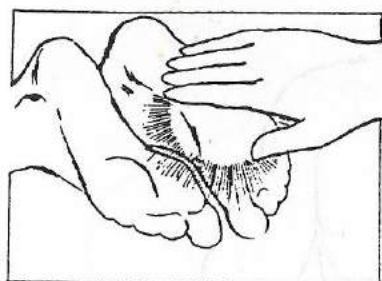
Fig. 3-14 Tratamento prânico do resfriado

b. Limpe completamente todo o corpo, aplicando a varredura geral durante quatro ou cinco minutos.

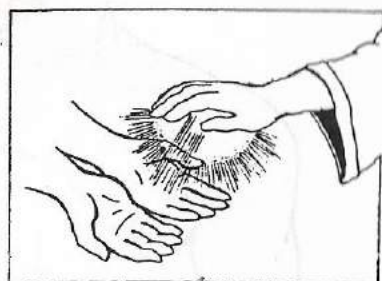
c. Limpe e energize os chakras das mãos e os das solas dos pés. Isso serve para ativar e energizar parcialmente esses chakras, aumentando, assim, sua capacidade de absorver prana do ar e do solo, o que gradual e uniformemente energiza todo o corpo. Esse tratamento procurar fornecer ao corpo inteiro uma quantidade suficiente de prana ou energia vital para lutar contra a infecção.

d. Limpe e energize o chakra frontal do plexo solar e o do umbigo. Isso é muito importante e constitui um fator crítico na queda rápida da febre.

e. A febre é geralmente causada por infecção pulmonar. Se o chakra da garganta, o dorsal do coração e os pulmões estiverem afetados, então aplique neles uma varredura localizada e, depois, os energize.



chakras das solas dos pés



chakras das mãos

Fig. 3-15 (a) Tratamento prânico da febre

f. Quando este método é realizado adequadamente, a maior parte dos pacientes apresenta uma melhora imediata, num período de uma hora ou menos. Em casos raros, alguns pacientes podem apresentar um ligeiro aumento de temperatura nas duas primeiras horas, após o tratamento. Isso se deve parcialmente à reação radical e ao aumento de intensidade da luta entre os germes e os glóbulos brancos.

g. O tratamento deve ser realizado duas a três vezes por dia, para aumentar a taxa de cura. O paciente provavelmente recuperar-se-á em um dia ou dois.

6. Dores estomacais e causadas por gases

a. Explore o chakra frontal do plexo solar, o umbigo e a área abdominal.

b. Aplique a varredura localizada no chakra frontal do plexo solar e no umbigo. Se a dor for devida à congestão prânica, muito provavelmente o paciente terá alívio parcial, senão total, apenas com a varredura.

7. Diarréia

a. Explore o chakra frontal do plexo solar, o umbigo e a área abdominal.

b. Aplique varredura geral.

c. Aplique a varredura localizada no chakra frontal do plexo solar, no umbigo e na área abdominal. Energize o chakra frontal do plexo solar e o umbigo. O paciente deverá experimentar alívio num curto período de tempo.

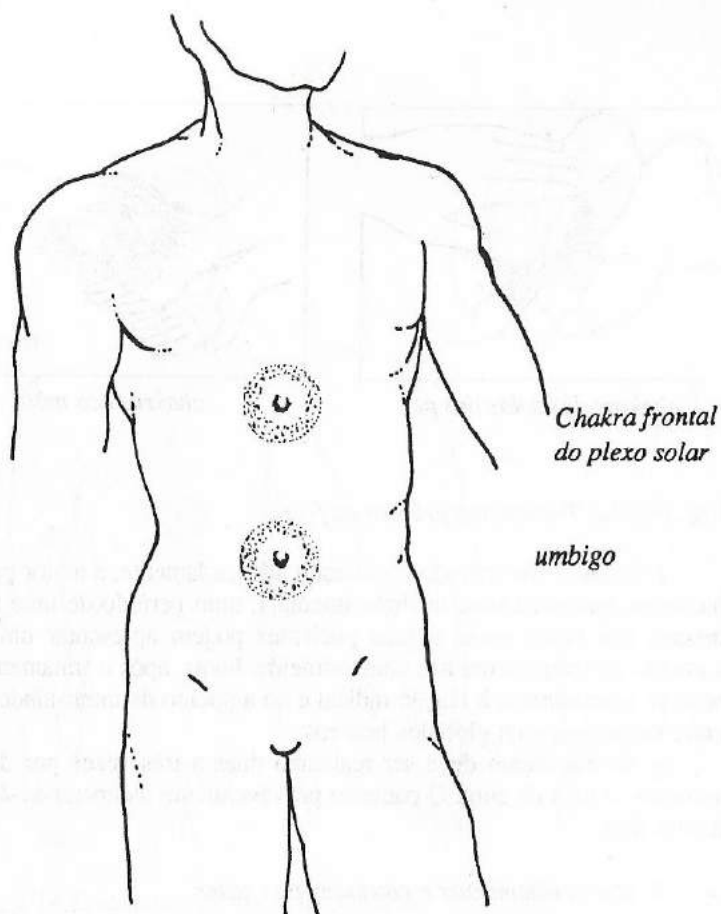


Fig. 3-15 (b)

8. Constipação (prisão de ventre)

a. Explore o chakra frontal do plexo solar, o umbigo, a área abdominal e o chakra da base.

b. Aplique a varredura localizada e a energização, com ênfase no chakra frontal do plexo solar e no do umbigo.

c. Em geral o paciente alcança alívio em menos de trinta minutos. Em casos de constipação aguda e constipação crônica, pode levar várias horas para que o paciente alcance alívio. Esse tratamento, quando aplicado regularmente, melhora e fortalece os intestinos.

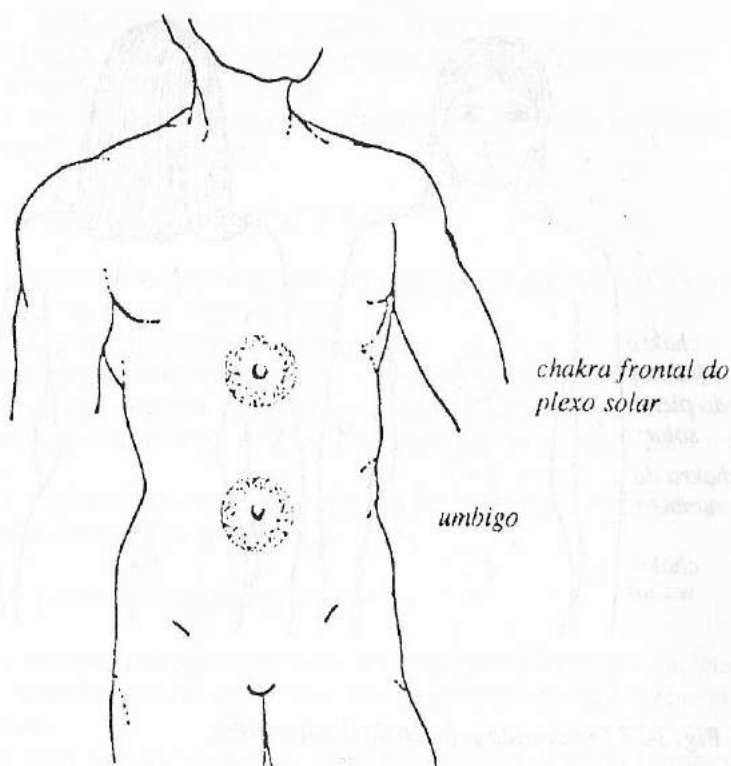


Fig. 3-16 Tratamento prânico de dores causadas por gases, diarreia e constipação

9. Dismenorréia

a. Explore o chakra sexual, o do umbigo, a área abdominal inferior e o clakra da base.

b. aplique varredura localizada e energização nos chakras sexual, do umbigo e da base.

c. Se a paciente estiver extenuada, então o chakra frontal do plexo solar também deve ser tratado.

d. A maior parte das pacientes obterá alívio num curto espaço de tempo.

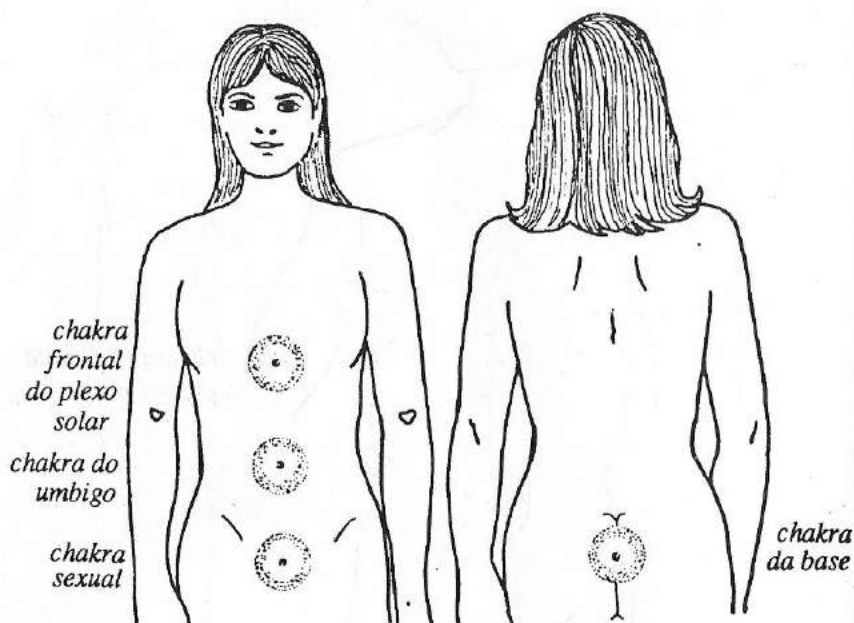


Fig. 3-17 Tratamento prânico da dismenorréia

10. Menstruação irregular ou ausência de menstruação

Use o tratamento empregado para a dismenorréia. Faça também uma exploração nos chakras *ajna* e da garganta.

11. Dores musculares e entorses

a. Aplique varredura localizada e energização na região afetada. A ênfase deve ser dada na energização. A maioria dos pacientes se recupera parcial, senão completamente num curto período.

b. Em torceduras recentes, a energização deverá ser contínua até que o paciente alcance alívio completo. O paciente não deverá forçar a parte tratada, uma vez que ainda não estará completamente curada.

12. Dores lombares

a. A dor lombar geralmente se manifesta como depleção prânica. Explore de modo completo a coluna.

b. Aplique varredura localizada ao longo de toda a coluna, dando ênfase à região afetada. Aplique a energização sobre a região dolorida. O alívio é, em geral, bastante rápido.

c. Repita esse tratamento nas semanas seguintes. Isso é necessário para tornar a cura permanente.

13. *Dificuldade em levantar o braço*

a. Esse tipo de problema pode ser causado por depleção ou congestão prânica na axila e áreas vizinhas.

b. Explore completamente essa região.

c. Aplique varredura localizada e energização na axila e no ombro. Através de uma limpeza completa e energização da axila, a maior parte dos pacientes experimenta uma melhora imediata em apenas alguns minutos.

d. A dificuldade em levantar o braço também pode ser causada por problemas cardíacos ou pressão alta.

14. *Cortes, queimaduras e concussões*

a. Aplique imediatamente varredura localizada e energize completamente. Certifique-se de que a área tratada encontra-se suficientemente energizada.

b. Uma vez que a taxa de consumo de prana é muito rápida, o tratamento tem de ser repetido de hora em hora nas três horas seguintes. Repita esse procedimento duas vezes por dia, durante alguns dias.

c. Se o corte ou concussão for na área da cabeça, a varredura localizada deverá ser aplicada antes e após a energização, para evitar a congestão prânica na região, o que poderia causar dores de cabeça ou outros efeitos colaterais imprevisíveis.

d. Quando o tratamento é realizado adequada e completamente, a cura é bastante rápida e eficaz.

15. *Insônia*

a. Se o paciente estiver muito excitado ou superenergizado, aplique a varredura geral para baixo quatro a sete vezes. Isso será suficiente para deixar o paciente entorpecido. Aplique apenas a varredura para baixo. Não o faça para cima, uma vez que isso tenderia a deixar o paciente mais desperto.

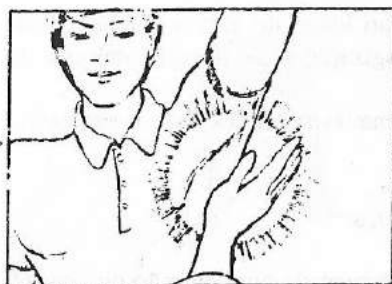


Fig. 3-18 Tratamento prânico da dificuldade em levantar o braço

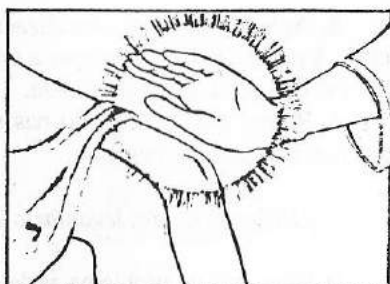


Fig. 3-19 Tratamento prânico de cortes, queimaduras e concussões

b. Se o paciente sentir-se exaurido, aplique a varredura geral duas vezes. Limpe e energize o chakra frontal do plexo solar. Se o chakra da coroa estiver afetado, limpe e energize-o.

16. Fraqueza geral

a. Aplique a varredura geral duas vezes.

b. Limpe e energize os chakras das solas dos pés, bem como os das mãos. Isso os ativará e energizará parcialmente, fazendo-os absorver mais prana do solo e do ar, o que gradual e uniformemente energizará todo o corpo.

c. Reexplora os chakras das mãos e dos pés, para verificar se aumentaram muito de tamanho.

d. Limpe e energize o chakra frontal do plexo solar e, depois, o do umbigo.

e. Continue a energizar até que o paciente se sinta bem.

17. Picadas e mordeduras de insetos

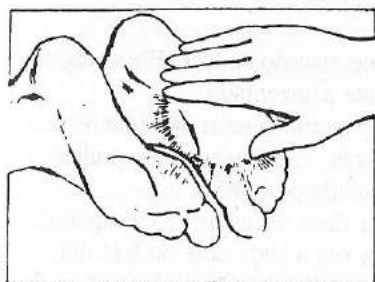
a. Aplique varredura localizada

b. Energize intensa e suficientemente a área afetada. Deve haver alguma redução na vermelhidão e inchaço em menos de trinta minutos.

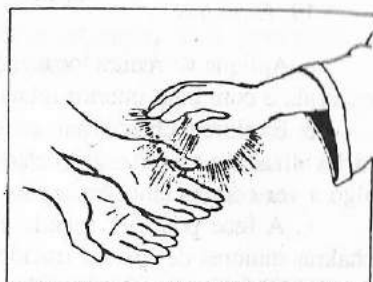
c. Repita o tratamento após uma hora.

18. Bolhas

Aplique varredura localizada e energização na parte afetada



chakras das solas dos pés



chakras das mãos

Fig. 3-20 (a) Tratamento prânico da fraqueza geral

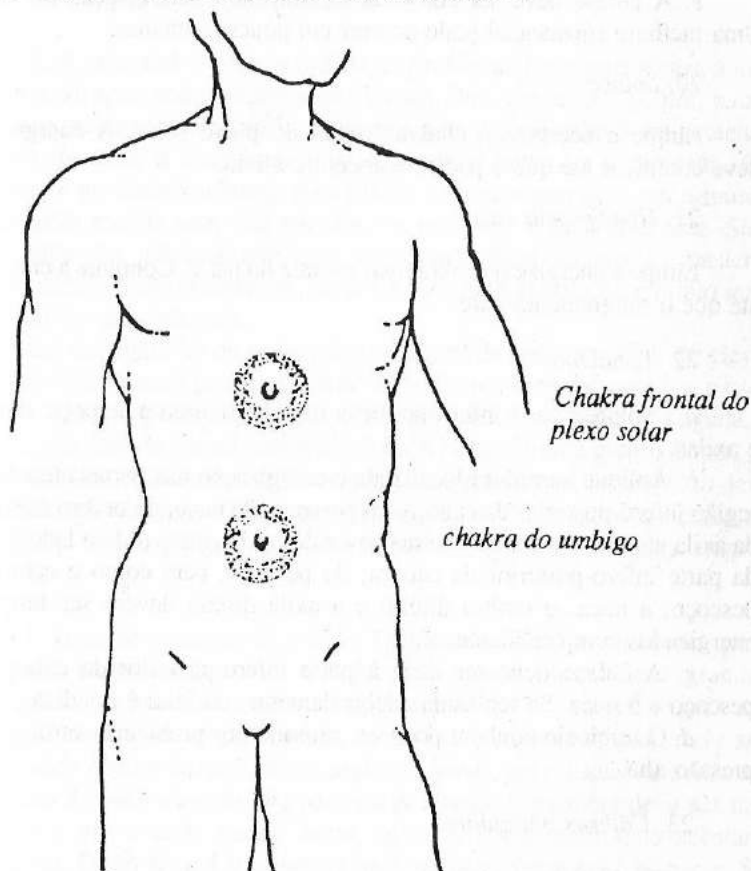


Fig. 3-20 (b)

19. Espinhas

a. Aplique varredura localizada e energização na face. Ela se encontra exaurida e com aura interior relativamente acinzentada.

b. Explore o chakra *ajna* e o chakra do plexo solar. Aplique varredura localizada e energização nestes chakras. Parece que as espinhas têm algo a ver com as emoções e com a glândula pituitária.

c. A face pode ser tratada uma ou duas vezes ao dia, enquanto os chakras maiores devem ser tratados uma vez a cada dois ou três dias.

d. O paciente deve cuidar de sua alimentação e manter a face regularmente limpa. Deve-se evitar espremer as espinhas.

e. A ênfase deve ser colocada na limpeza e energização do rosto. Uma melhora substancial pode ocorrer em poucas semanas.

20. Solução

Limpe e energize o chakra frontal do plexo solar. A energização deve continuar até que o paciente encontre alívio.

21. Hemorragia nasal

Limpe e energize o chakra *ajna* e a raiz do nariz. Continue a energizar até que o sangramento pare.

22. Torcicolo

a. Explore a parte ínfero-posterior da cabeça, todo o pescoço, ombros e axilas.

b. Aplique varredura localizada e energização nas partes afetadas da região ínfero-posterior da cabeça, do pescoço, da nuca, do ombro afetado e da axila afetada. Se a área direita estiver dolorida, então todo o lado direito da parte ínfero-posterior da cabeça, do pescoço, bem como o centro do pescoço, a nuca, o ombro direito e a axila direita devem ser limpos e energizados completamente.

c. A ênfase deve ser dada à parte ínfero-posterior da cabeça, ao pescoço e à nuca. Se realizada adequadamente, o efeito é imediato.

d. O torcicolo também pode ser causado por problemas cardíacos ou pressão alta.

23. Cãibras musculares

a. Explore a parte afetada.

b. Aplique varredura localizada na região.

c. Aplique, então, a energização do local.

d. A ênfase deve ser colocada na energização. Esta deve continuar até que o alívio seja substancial ou completo.

Tenho ensinado muitas pessoas comuns a curar, e elas se tornaram relativamente proficientes em poucas semanas. *A cura prânica é fácil. Precisa apenas de mente aberta e de um pouco de perseverança.*

QUAL A FREQUÊNCIA DE APLICAÇÃO DA CURA?

Isso depende de vários fatores:

1. *A seriedade e estado crítico do problema.* Em casos sérios, a taxa de deterioração pode ser bastante elevada. Para que a cura ocorra, a taxa de cura precisa ser mais elevada do que a de deterioração. Para aumentar a taxa de cura, a frequência dos tratamentos deve ser aumentada. Por exemplo: ao tratar pacientes com câncer, o tratamento deve ser administrado pelo menos uma vez por dia, ou uma vez a cada dois dias. Se o tratamento for administrado uma vez a cada duas semanas, o paciente provavelmente não melhorará, porque a taxa de deterioração é muito mais elevada do que a de cura.

Em emergências ou casos críticos, a taxa de deterioração é tão elevada, que o tratamento precisa ser feito uma vez por hora, ou uma vez a cada quatro horas, dependendo da gravidade do caso. Em apendicite aguda, o tratamento tem de ser administrado hora a hora, durante quatro horas, ou até que a condição tenha melhorado substancialmente. O tratamento deve ser realizado de duas vezes nos dias seguintes. Nem todos os casos de apendicite aguda podem ser curados pela cura prânica. Alguns exigem cirurgia.

2. *Taxa de consumo de prana.* Tecidos danificados, como em queimaduras, cortes, concussões e infecções agudas, consomem grandes quantidades de prana numa taxa muito rápida. *Se o paciente estiver sofrendo de infecção ou queimadura séria, então a parte afetada deve ser energizada hora a hora, durante algumas horas, pois a taxa de consumo de prana é muito elevada.* Na pancreatite aguda, o paciente deve ser tratado uma vez a cada quatro horas, até que tenha melhorado substancialmente. Outro fator é a rapidez como que o paciente quer se curar. Se o paciente tem uma contusão no braço e quer ficar bom em um ou dois

dias, isso exigirá várias aplicações de cura prânica nas primeiras horas. Se a cura for empregada adequada e imediatamente, a pele não escurecerá nem se tornará amarela, e a taxa de cura será muito rápida, de menos de um dia a dois dias.

Se o paciente quer apenas uma taxa de cura moderada, então o tratamento pode ser aplicado só uma vez. Se a cura prânica for aplicada imediatamente, a concussão será curada em poucos dias.

3. *A idade e a condição de saúde do paciente.* Pacientes muito fracos, idosos, ou então muito jovens exigem uma série de *tratamentos suaves*, uma vez que sua capacidade de absorver prana é muito lenta.

Estes são alguns dos fatores a serem considerados na determinação da frequência de tratamento. O praticante da cura deve usar de bom senso e discernimento, em relação a esse assunto.

Eu geralmente prefiro tratar um paciente em intervalos de dois a três dias, na maioria dos casos. Em casos críticos, ou se o paciente deseja uma cura bem rápida, o tratamento prânico é aplicado hora a hora, durante algumas horas, no primeiro dia, e uma ou duas vezes por dia, nos dias seguintes. O praticante deve observar ou monitorar o paciente muito de perto, pois podem ocorrer reações radicais sérias.

ABORDAGEM INTEGRADA OU HOLÍSTICA NA CURA

Como dissemos anteriormente, a doença pode ser causada por fatores internos ou externos, ou por uma combinação de ambos. Obviamente, a condição de saúde de uma pessoa depende do bem-estar do corpo físico visível, do corpo bioplasmático e de sua saúde psicológica. Embora muitas das doenças simples e sérias possam ser curadas pela cura prânica, é melhor reforçar o processo de cura pela ingestão de ervas ou drogas medicinais. Se o corpo físico visível e o corpo bioplasmático forem tratados simultaneamente, obviamente a taxa de cura será muito mais rápida e muito mais eficaz do que a medicina ortodoxa sozinha ou a cura prânica sozinha. Um acupunturista emprega a acupuntura para tratar do corpo bioplasmático e ervas para curar o corpo visível, através do fortalecimento dos órgãos afetados. Embora eu cure empregando apenas a cura prânica e tenha obtido resultados surpreendentes, não desencorajo nem proibio meus paciente de ingerirem remédios, ou de se submeterem a cirurgias. O antigo e famoso médico chinês Hua To era célebre não apenas por suas habilidades na acupuntura e no emprego de ervas, mas também por suas habilidades cirúrgicas.

Ainda que a cura prânica possa realizar uma série de coisas fantásticas, tem suas limitações. Algumas vezes também são necessários alimentação apropriada, exercícios físicos, ingestão de ervas ou drogas medicinais, mudança no estilo de vida, terapia psicológica ou cirurgia. É importante manter a objetividade e ter uma perspectiva adequada daquilo que os diferentes tipos de cura podem fazer. Extremos e fanatismos devem ser evitados. Assim como é uma tolice que médicos treinados na medicina ortodoxa ignorem ou, algumas vezes, ridicularizem a cura paranormal, é igualmente uma tolice para um praticante da cura prânica, ignorar aquilo que a moderna medicina é capaz de fazer e o que tem feito para curar e aliviar o sofrimento do homem, no que se refere às doenças!

COMO DESEJAR OU TER A INTENÇÃO?

Você não tem de tensionar os músculos ou exercer um esforço extraordinário, quando "desejar". Você nem mesmo tem de visualizar ou fechar os olhos. Quando estiver agindo com compreensão, esperança e concentração, já estará desejando! O grau de concentração exigido não é extraordinário. O grau de concentração empregado na leitura de um livro é suficiente para realizar a cura prânica. Não espero que você acredite ou não naquilo que escrevi. O que se espera de você é uma mente aberta, indagadora, com um forte interesse em experimentar e verificar a validade dos princípios e técnicas aqui sugeridas.

O trabalho preliminar com a fotografia Kirlian parece de longe indicar que a cura psíquica envolve uma transferência de energia do corpo bioplasmático do praticante da cura para o corpo bioplasmático de seu paciente.

S. Ostrander e L. Schroeder,
Experiências psíquicas por trás da cortina de ferro

Um método mais científico... primeiro remove a matéria doente e congestionada e, depois, a substitui por um éter mais saudável (energia vital), assim estimulando gradualmente o fluxo lento à atividade.

C. W. Leadbeater, *Os Chakras*

CAPÍTULO QUATRO

Cura Prânica Intermediária

O homem vive apenas enquanto houver energia vital em seu corpo. Se lhe faltar energia vital, ele morre. Portanto, precisamos praticar pranayama (a arte de controlar a energia vital ou prana através da respiração).

Hatha Yoga Pradipika (Antigo Livro-Texto sobre Yoga)

... através da respiração rítmica e do pensamento controlado, você será capaz de absorver uma quantidade considerável de prana (energia vital) e também será capaz de passá-lo para o corpo de outra pessoa, estimulando partes e órgãos enfraquecidos e dando saúde e expulsando doenças.

Yogue Ramacharaka, A Ciência da Cura Psíquica

ABSORÇÃO DE PRANA ATRAVÉS DA RESPIRAÇÃO PRÂNICA

No primeiro nível, você aprendeu a absorver prana através de um dos chakras das mãos. No segundo nível, aprenderá a respiração prânica, para absorver ou drenar uma quantidade imensa de prana das vizinhanças através de todo o corpo. Há muitos tipos de respiração yogue para diferentes propósitos. A respiração yogue, que capacita o praticante a absorver uma grande quantidade de prana e facilita a projeção do mesmo, é chamada de respiração prânica.

Quando você realiza a respiração prânica, ela o energiza numa tal extensão que suas auras temporariamente se expandem em 100% ou mais. A aura interior expande-se para cerca de vinte centímetros; a da saúde, para aproximadamente um metro e vinte ou mais; e a externa, para cerca de dois metros ou mais. Tudo isso pode ser verificado através de um exame.

Você pode realizar este experimento simples:

Peça a um amigo para realizar a respiração prânica por aproximadamente cinco minutos. Examine as auras dele antes e após a realização da respiração prânica. Faça cada exame por cerca de dois minutos. Observe as mudanças nos tamanhos das auras. Você poderá sentir até uma pulsação rítmica ou uma expansão. É importante que realize este e outros experimentos, para que seu conhecimento se baseie em fundamentos sólidos.

MÉTODO Nº 1: Respiração profunda com retenção vazia

1. Realize respiração abdominal.
2. Inale lentamente e retenha a inspiração, contando; um.
3. Exale lentamente. Mantenha os pulmões vazios, enquanto conta: Um. Depois inale. Esta é a retenção denominada retenção vazia.

MÉTODO Nº 2: 7-1-7-1

1. Realize respiração abdominal.
2. Inale contando até sete e retenha o ar enquanto conta apenas um.
3. Exale contando até sete e retenha os pulmões vazios enquanto conta apenas um.

MÉTODO Nº 3: 6-3-6-3

1. Faça respiração abdominal.
2. Inale contando até seis e retenha o ar enquanto conta até três.
3. Exale contando até seis e mantenha os pulmões vazios enquanto conta até três.

Na respiração abdominal, você expande levemente o abdome ao inalar o ar e o contrai levemente ao exalar. Não expanda demais ou contraia demais o abdome. Isso tornaria a respiração desnecessariamente difícil.

Quando você realiza a respiração prânica, ela o energiza numa tal extensão que suas auras temporariamente se expandem em 100% ou mais. A aura interior expande-se para cerca de vinte centímetros; a da saúde, para aproximadamente um metro e vinte ou mais; e a externa, para cerca de dois metros ou mais. Tudo isso pode ser verificado através de um exame.

Você pode realizar este experimento simples:

Peça a um amigo para realizar a respiração prânica por aproximadamente cinco minutos. Examine as auras dele antes e após a realização da respiração prânica. Faça cada exame por cerca de dois minutos. Observe as mudanças nos tamanhos das auras. Você poderá sentir até uma pulsação rítmica ou uma expansão. É importante que realize este e outros experimentos, para que seu conhecimento se baseie em fundamentos sólidos.

MÉTODO Nº 1: Respiração profunda com retenção vazia

1. Realize respiração abdominal.
2. Inale lentamente e retenha a inspiração, contando; um.
3. Exale lentamente. Mantenha os pulmões vazios, enquanto conta: Um. Depois inale. Esta é a retenção denominada retenção vazia.

MÉTODO Nº 2: 7-1-7-1

1. Realize respiração abdominal.
2. Inale contando até sete e retenha o ar enquanto conta apenas um.
3. Exale contando até sete e retenha os pulmões vazios enquanto conta apenas um.

MÉTODO Nº 3: 6-3-6-3

1. Faça respiração abdominal.
2. Inale contando até seis e retenha o ar enquanto conta até três.
3. Exale contando até seis e mantenha os pulmões vazios enquanto conta até três.

Na respiração abdominal, você expande levemente o abdome ao inalar o ar e o contrai levemente ao exalar. Não expanda demais ou contraia demais o abdome. Isso tornaria a respiração desnecessariamente difícil.



Fig. 4-1 Respiração prânica:

Ao realizá-la, você será capaz de absorver e projetar grande quantidade de energia vital ou prana.

Os fatores críticos são ritmo e a retenção vazia. A sustentação da respiração após a exalação é chamada de *retenção vazia*, e a sustentação da respiração após a inalação é chamada de *retenção plena*. Através de observação clarividente, observa-se que há uma enorme quantidade de prana penetrando em todas as partes do corpo, quando se faz a inalação após a retenção vazia. Isso não ocorre se a inalação não for precedida por ela.

Ao absorver prana, você pode usar a respiração prânica ou a técnica do chakra da mão, ou ambas.

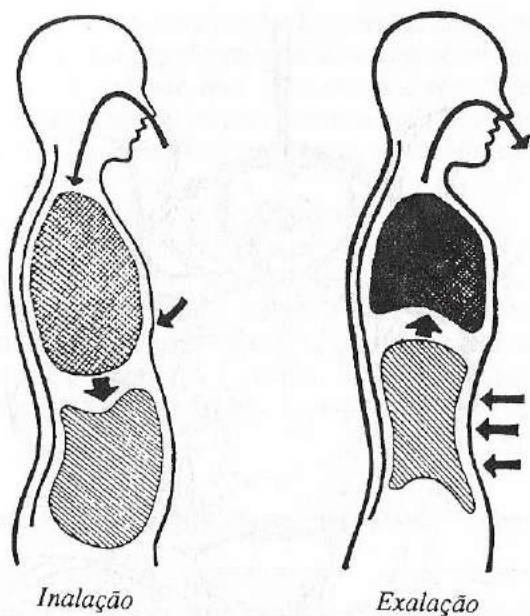


Fig. 4-2 *Respiração abdominal*

COMO ABSORVER PRANA DO SOLO, PRANA DO AR E PRANA DAS ÁRVORES

Há um chakra menor em cada pé. Esse chakra é chamado de chakra da sola do pé. Ao concentrar-se nos chakras das solas dos pés e, simultaneamente, realizar a respiração prânica, você pode aumentar imensamente a quantidade de prana do solo absorvido pela sola dos pés. A concentração nos chakras das solas dos pés ativa-os até um certo ponto. A respiração prânica facilita ou auxilia enormemente a absorção de prana do solo pelos chakras dos pés. Absorver o prana do solo é uma das maneiras de se energizar. *O prana do solo parece ser mais eficaz na cura do corpo físico visível do que o prana do ar.* Por exemplo: feridas e ossos fraturados parecem ter cura mais rápida com prana do solo do que com prana do ar.

Esta técnica de absorção de prana do solo ou *ki* da terra é praticada na arte marcial esotérica chinesa ou *ki kung*:

1. Retire os sapatos. Sapatos de couro ou de borracha reduzem a absorção de prana em 30-50 por cento.
2. Pressione, com os polegares, a porção côncava da sola dos pés, para facilitar a concentração.



Fig. 4-3 Absorção de prana do solo

3. Concentre-se nas solas dos pés e faça, simultaneamente, a respiração prânica. Faça isso por aproximadamente dez ciclos respiratórios.

Você pode empregar o mesmo princípio para absorver prana do ar ou das árvores e energizar-se, utilizando os chakras das mãos. Para absorver o prana do ar através das mãos, apenas concentre-se nos chakras das mãos e, simultaneamente, faça a respiração prânica. Para drenar o prana das árvores, através dos chakras das mãos, escolha uma grande árvore saudável e peça-lhe mental ou verbalmente permissão para absorver seu excesso de prana. Coloque suas mãos no tronco da árvore ou perto dela. Concentre-se no centro das palmas de suas mãos e, simultaneamente, faça a respiração prânica, por aproximadamente dez ciclos respiratórios. Agradeça, então, à árvore pelo prana cedido. Algumas pessoas podem experimentar torpor ou uma sensação de formigamento pelo corpo. Uma vez completamente expli-



Fig. 4-4 Absorção de prana do ar

cados os princípios e técnicas esotéricos, percebe-se que geralmente são muito simples.

Após energizar-se, é aconselhável fazer o prana circular por todo o corpo. Visualize-se cheio de luz ou prana e circule continuamente esse prana de trás para a frente, várias vezes e, depois, também da frente para trás, várias vezes.

SENSIBILIZAÇÃO DAS MÃOS ATRAVÉS DA RESPIRAÇÃO PRÂNICA

Neste ponto, a maior parte de vocês deve ter sensibilizado suas mãos de uma maneira mais ou menos permanente. Porém, algumas vezes, você



Fig. 4-5 Absorção de prana das árvores

pode experimentar momentos em que parece que suas mãos são incapazes de sentir ou explorar. Isso pode ser imediatamente remediado *através da concentração simultânea no centro das palmas das mãos e na ponta dos dedos*, enquanto se realiza a respiração prânica por cerca de três ciclos respiratórios. *Isso fará com que os chakras das mãos e dos dedos sejam ativados, energizados e sensibilizados, de modo que você poderá explorar de maneira precisa com as palmas e os dedos.*

EXPLORAÇÃO COM OS DEDOS

Após sensibilizar as mãos, explore sua própria palma com dois dedos. Mova-os lenta e levemente de um lado para outro, para sentir a aura

interior da palma de sua mão. Experimente sentir, com os dois dedos, a espessura e as diferentes camadas dessa aura. Pratique também a exploração da palma da mão com apenas um dedo. *Ao explorar com os dedos, concentre-se sempre nas pontas dos mesmos.* Isso ativará os minichakras dos dedos, sensibilizando-os.

Ao explorar com as palmas e os dedos, concentre-se sempre no centro das palmas e na ponta dos dedos. Isso fará com que os chakras das mãos e dos dedos permaneçam ativados ou se tornem mais ativados, o que torna as palmas e os dedos mais sensíveis.

Ser capaz de explorar com as palmas das mãos não é suficiente. Você precisa aprender a explorar com os dedos. Esse tipo de exploração é empregada para localizar ou explorar pequenas manchas. É difícil explorar adequadamente pequenos pontos afetados com as palmas das mãos, porque elas só conseguem sentir as áreas mais saudáveis, que se localizam ao redor dos pontos. Assim, esses pequenos pontos afetados são "camuflados" pelas áreas saudáveis.

Por exemplo: uma pessoa com problemas nos olhos geralmente apresenta depleção prânica nos olhos, embora as auras interiores das regiões vizinhas possam estar normais. Uma vez que a palma da mão é muito grande e a aura interior dos olhos tem cerca de 5 cm de diâmetro, é provável que as palmas consigam sentir apenas as auras das sobrancelhas e testa, saudáveis em relação aos olhos, sem conseguir detectar o ponto afetado. Isso pode ser evitado se os dedos forem empregados na exploração. A coluna espinhal deve ser explorada através de um ou dois dedos, para que se possa localizar os pontos afetados.

Ao explorar um paciente, você não precisa realizar a exploração das auras exterior e da saúde. Você já aprendeu a explorar essas auras para poder verificar que elas existem. O que é importante é a exploração da aura interior do paciente. Na exploração dessa aura, é importante sentir o nível geral de energia ou a espessura geral da aura interior do paciente. O nível geral de energia pode ser usado como referência ou padrão para comparação das condições de alguns dos chakras maiores e dos órgãos vitais. A precisão da exploração é afetada pelo tempo em que é empregada, uma vez que se a área for explorada por muito tempo, ela se tornará parcialmente energizada.

É importante que você seja capaz de sentir a pressão ao realizar a exploração, para determinar a espessura da aura interior daquela região que está sendo explorada. Algumas pessoas podem sentir dor nas mãos ou nos dedos, quando em contato com a parte doente. A aura interior tem várias camadas. Na exploração da aura interior, você pode sentir uma certa

pressão a uma distância de 12 cm do paciente e uma pressão mais forte a uma distância de 5 ou 9 cm da pele do paciente, o que demonstra a existência de uma outra camada, que é muito mais densa. Algumas vezes, quando se explora a aura interior de uma região, esta, à primeira vista, pode parecer normal. Mas, quando se realiza uma exploração mais profunda, a camada seguinte pode estar um tanto mais fina, o que significa que a região está totalmente exaurida. *Na exploração da aura interior, é importante explorar não apenas a primeira camada, mas também suas camadas internas.* Um praticante adiantado de *ki kung* (a arte de gerar poder interior) ou um iogue experiente apresentam uma aura interior que é comparativamente grande e tem muitas camadas. Às vezes a aura interior tem mais de um metro de espessura.

A exploração também é muito útil para se descobrir se uma criança tem algum problema de visão ou audição.

Ao tratar de casos sérios, os onze chakras maiores, aqueles relativamente menores, todos os órgãos vitais maiores e a coluna devem ser completamente explorados. É através da exploração adequada e da correta compreensão da natureza do problema, que se pode determinar o tratamento certo.

VARREDURA COM RESPIRAÇÃO PRÂNICA

As varreduras geral e localizada são mais eficazes quando realizadas com respiração prânica, uma vez que mais matéria bioplasmática e prana são empregados para remover a matéria bioplasmática doente. Ao realizar a respiração prânica, o praticante torna-se mais eficiente. Seu corpo etérico ou bioplasmático torna-se mais brilhante e mais denso.

Siga apenas as instruções dadas no nível nº 1, sobre como aplicar as varreduras geral e localizada e, simultaneamente, faça a respiração prânica. *Com este tipo de varredura, o paciente fica limpo e, ao mesmo tempo, energizado em um grau substancial.* Esse tipo de varredura é bastante eficaz e muito freqüentemente é suficiente para curar problemas simples. A varredura pode ser realizada a alguns metros do paciente e com menos esforço. Você não deve se preocupar com que posição de mão utilizar.

Você pode visualizar um prana branco luminoso varrendo e lavando o paciente da cabeça aos pés, ao realizar a varredura para baixo. *Visualize o fortalecimento dos raios da saúde.* Não faça varredura para cima, a menos que o paciente esteja muito sonolento ou tenha fraqueza na pernas. Ao fazer a varredura para cima, você pode visualizar o prana do solo

entrando pelos chakras das solas dos pés e subindo para o chakra da coroa. Isso deve ser feito após uma limpeza completa, realizada com varredura para baixo. A aplicação da varredura para cima antes da varredura para baixo pode resultar na transferência da matéria bioplasmática doente para a cabeça e áreas do cérebro, o que resultará em sério prejuízo para o paciente.

A visualização junto com a varredura não é obrigatória, mas alguns praticantes realizam uma varredura mais eficaz, quando acompanhada de visualização. O que é importante é a intenção de limpar e energizar o corpo bioplasmático do paciente.

Na varredura, deve-se dar atenção especial ao canal bioplasmático dorsal ou meridiano-mestre, que interpenetra a coluna, e ao canal bioplasmático frontal ou meridiano funcional, que é oposto ao da coluna. Exceto o chakra do baço, quase todos os chakras maiores localizam-se ao longo desses dois canais ou *nâdis*. A limpeza ou aplicação da varredura localizada nesses dois canais limpa os chakras maiores localizados ao longo de seu comprimento, resultando numa taxa de cura mais rápida. É preciso lembrar que todos os órgãos vitais maiores são energizados e controlados pelos chakras maiores.

Ao realizar a varredura localizada, visualize os dedos e as mãos penetrando na parte doente o removendo a matéria doente acinzentada.

ENERGIZAÇÃO COM RESPIRAÇÃO PRÂNICA

O prana é absorvido através da respiração prânica e projetado através de uma ou ambas as mãos.

1. Faça a respiração prânica lentamente, durante três a cinco ciclos respiratórios e, simultaneamente, acalme sua mente.

2. Continue a realizar a respiração prânica e, ao mesmo tempo, coloque sua(s) mão(s) perto da parte a ser tratada. Concentre-se no centro de sua(s) palma(s).

3. Oriente intencionalmente ou dirija a energia prânica projetada para a chakra afetada e, depois, para a parte afetada. Esse é um requisito decisivo e, em muitos casos, produzirá um rápido alívio, uma vez que a parte ou órgão afetado receberá rapidamente energia prânica suficiente. *Deve-se basicamente focalizar mais a atenção no chakra ou chakras da(s) mão(s) e no direcionamento da energia prânica do que na respiração.*

4. Pare de energizar quando, intuitivamente, sentir que o paciente já recebeu bastante prana ou energia vital. Reexplora o paciente para determinar se ele está suficientemente energizado. No nível nº 1 ou na cura

prânica elementar, você já foi instruído para parar de energizar quando sentir uma leve repulsão ou, então, cessação de fluxo de energia. À medida que for se tomando mais experiente na cura, esta orientação já não será mais válida, porque seu nível de energia prânica torna-se muito mais elevado quando comparado com o do paciente. Igualar seu nível de energia prânica com o da parte afetada do paciente pode resultar em congestão prânica da área tratada.

5. Se o paciente tiver infecção, queimaduras ou cortes sérios, então o tratamento tem de ser repetido após meia hora ou após uma hora. Estes tipos de casos consomem energia prânica numa taxa muito rápida. Assim os tratamentos devem ser repetidos mais frequentemente.

6. Para praticantes de cura prânica que estão ainda em processo de aprendizagem, *o alívio de problemas simples pode exigir de cinco a sete ciclos respiratórios e, em casos de problemas mais sérios, pode exigir cerca de doze ciclos ou mais.* Você pode energizar empregando os chakras das palmas ou os dos dedos, ou ambos simultaneamente.

A energização deve ser feita juntamente com a respiração prânica. É preferível realizar a respiração prânica por três a cinco ciclos, antes de começar a energizar, e continuar a fazer a respiração prânica por mais dois ciclos respiratórios antes de parar de energizar. Isso serve para impedir uma possível depleção prânica geral do praticante.

Há dois tipos de *energização dupla* ou energização com ambas as mãos: *a energização dupla paralela* e *a energização dupla não-paralela*. Na energização dupla paralela, você simplesmente coloca suas mãos de um lado e de outro, paralelamente, da região afetada. Na energização dupla não-paralela, as mãos estão voltadas para a parte afetada, mas não voltadas uma para a outra, de um modo paralelo. Na energização dupla paralela forma-se um intenso campo de energia, fazendo com que os chakras das mãos se expandam e se contraiam. O paciente sente não apenas uma sensação de formigamento na parte afetada, mas também em outras partes do corpo. Às vezes, o paciente pode sentir até um leve choque elétrico. A energização dupla é empregada nos casos que exigem uma tremenda quantidade de prana. É preciso fazer a limpeza antes da energização dupla, que pode ser usada também para alívio rápido às doenças simples mencionadas no nível 1

ENERGIZAÇÃO: TÉCNICA DE VARREDURA DISTRIBUTIVA

Energização com o uso da técnica de varredura distributiva significa

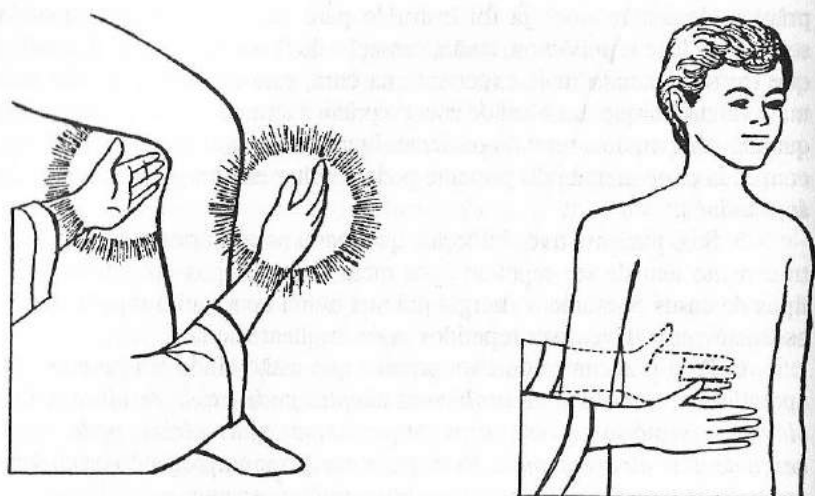


Fig. 4-6 Energização dupla paralela

simplesmente que a varredura é empregada para redistribuir o excesso de prana de outras partes do corpo para a parte afetada:

1. Limpe a parte doente aplicando a varredura localizada.
2. Varra o excesso de prana, utilizando a mão, dos chakras e partes vizinhas para a parte tratada.

Este tipo de energização é bastante eficaz na cura de problemas simples. Mas não é tão eficaz em casos mais sérios, uma vez que requerem uma grande quantidade de prana.

DESTRUIÇÃO DA MATÉRIA BIOPASMÁTICA DOENTE

Há vezes em que é inconveniente ou não é possível atirar a matéria bioplasmática doente em uma unidade de destruição de resíduo bioplasmático. Se isso acontecer, *simplesmente visualize um fogo a seu lado e atire a matéria bioplasmática doente nele. Depois extinga o fogo visualizado, após tratar seu paciente. Outra maneira é desejar que a matéria bioplasmática doente se desintegre, enquanto você a atira longe.* Estas duas técnicas só devem ser aplicadas por praticantes mais avançados da cura prânica.

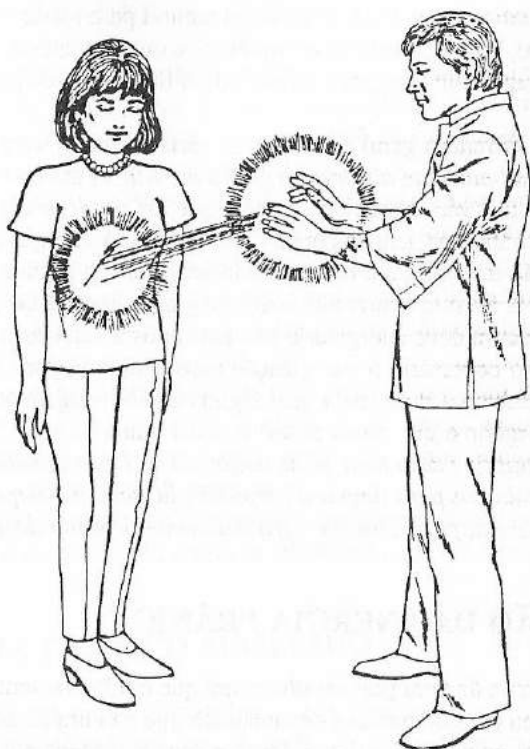


Fig. 4-7 Energização dupla não-paralela

Os iniciantes podem tentar curar em espaços abertos, atirando a matéria bioplasmática doente no solo. É prática comum entre curandeiros pegar os objetos cheios de matéria bioplasmática doente e queimá-los ou expô-los ao ar por um período prolongado de tempo, ou enterrá-los.

UTILIZAÇÃO DE PRANA DO SOLO NA CURA

Há uma concentração maior de prana logo acima do solo do que no ar. A densidade de prana exatamente acima do solo é cerca de quatro a cinco vezes maior do que o prana contido no ar. Essa concentração de prana do solo pode ser usada para curar.

Peça a seu paciente para se deitar no chão. Você pode usar um lençol

de algodão ou uma esteira feita de material natural para forrar o solo. Evite empregar couro, borracha natural ou sintética, e outros materiais sintéticos. Eles tendem a agir como isolante, impedindo o fluxo livre de prana do solo para o corpo.

Aplique varredura geral e localizada várias vezes. *Deixe o paciente descansar e gradualmente absorver o prana do solo.* O ato de limpeza causa uma espécie de "vácuo prânico" parcial, que faz com que o prana do solo se desloque para o paciente e para a parte tratada. A energia tende a fluir da concentração maior para a menor. Uma vez limpo o paciente, a energização com prana do solo ocorre automática e gradualmente. De preferência, o praticante da cura deve energizar o paciente após a varredura, de modo a reduzir o tempo necessário à energização substancial da parte afetada.

Essa é também a razão pela qual alguns xamãs chegam até a enterrar o paciente, de modo a que possa absorver mais prana do solo. *Se a pessoa não está se sentindo muito bem, pode nadar no mar por aproximadamente dez a quinze minutos para limpar o corpo bioplasmático e, depois, enterrar seu corpo na areia, para absorver gradualmente o prana do solo.*

LIBERAÇÃO DA ENERGIA PRÂNICA

O praticante da cura prânica observará que é relativamente mais fácil ser imparcial na cura de pessoas estranhas do que na cura de seus próprios filhos, parentes ou amigos íntimos. Isso se deve à tendência do praticante em ficar muito ansioso em relação aos resultados, por causa da ligação emocional com o paciente. Clarividamente, isso é visto como um cordão etérico ou cordão de energia ligando o praticante ao paciente. Devido a esse cordão, há a tendência do prana projetado retornar ao praticante, fazendo com que, desse modo, a cura do paciente ocorra lentamente, ao invés de rapidamente.

Portanto, é importante que o praticante permaneça calmo e, ao mesmo tempo, "desligado" sobre quem é o paciente, durante o tratamento. Depois, após a sessão, o praticante deve visualizar o referido cordão etérico sendo cortado. Isso serve para desfazer o elo etérico, que induz o retorno ao praticante da energia prânica projetada.

Além disso, se o paciente estiver muito exaurido, há a possibilidade de que o praticante, inadvertidamente, continue a energizar o paciente mesmo à distância, após o tratamento. Isso, com o passar do tempo, pode exaurir o praticante. É por isso que é importante manter uma postura imparcial ao tratar os pacientes.

RECEPTIVIDADE

A cura é muito mais fácil, se o paciente é receptivo ou não oferece uma resistência muito forte. O prana projetado pode ser rejeitado pelo paciente, se ele se opõe fortemente a este tipo de cura, ou se não gosta do praticante da cura ou se não quer se curar.

Portanto é aconselhável estabelecer uma relação harmoniosa com os pacientes, de modo a reduzir a resistência. Se esta for muito forte, peça ao paciente para assumir uma posição receptiva durante o tratamento. Peça-lhe para virar as palmas das mãos para cima e curvar ligeiramente a cabeça para baixo. Peça ao paciente para fechar os olhos. Isso reduz sua resistência e torna a cura muito mais fácil.

Para aumentar ainda mais a receptividade do paciente, instrua-o para mentalmente repetir, várias vezes durante o tratamento, a seguinte afirmação: “Eu, de boa vontade, completa e agradecidamente, aceito toda a energia de cura... com toda a fé, assim seja!”

Você poderá pedir também ao paciente para, mentalmente, visualizar seu corpo e a parte afetada sendo preenchidos com luz (energia prânica).

ESQUEMA PRÁTICO SUGERIDO

1. Exploração com dois dados — cinco minutos.
2. Respiração prânica com absorção de prana do ar através dos charas das mãos — cinco minutos.
3. Varredura geral a uma distância de um metro do paciente — cinco minutos.
4. Energização com respiração prânica — cinco minutos.

Siga o esquema por aproximadamente duas semanas. Você deve também tentar tratar muitos casos difíceis. Se você seguir rigorosamente as instruções contidas neste livro, sua capacidade de cura desenvolver-se-á muito rapidamente. Você será capaz de fazer muitas coisas que talvez sejam consideradas pelas pessoas como “impossíveis” ou “milagrosas”!

OUTRAS TÉCNICAS DE CURA

As técnicas de cura explicadas anteriormente são as freqüentemente usadas por mim e meus amigos. Há muitas outras técnicas de cura

empregadas por outros praticantes, sendo, porém, idênticos os princípios básicos — que são a limpeza e a energização das partes afetadas:

1. *Técnica de extração*

- a. Primitiva
- b. Elementar
- c. Avançada

2. *Curta Circuitação — limpeza e energização*

3. *Curta Circuitação — redistribuição de prana*

Técnica de extração primitiva

Há vários tipos de técnicas de extração. Algumas vezes emprega-se a forma mais simples, pelos praticantes da cura naturalmente dotados, que não possuem qualquer treinamento. Esses indivíduos simplesmente tocam a parte afetada e involuntariamente absorvem ou extraem a dor e a substância bioplasmática doente para seu corpo, mas sem expeli-la. Isso ocorre porque eles realmente não sabem como expelir a matéria bioplasmática doente e não compreendem o que está acontecendo. Conseqüentemente são afetados por ela, mas se recuperam após uma boa noite de sono. Esta técnica definitivamente não é aconselhável.

Técnica de extração elementar

Um outro tipo de técnica de extração é o que absorve a matéria bioplasmática através de um dos chakras da mão e o expelle através do outro chakra da outra mão. Você pode usar qualquer um dos chakras das mãos para a absorção e expulsão. Embora esta técnica seja melhor do que a primitiva, ainda não é aconselhável, porque há sempre a possibilidade de que um pouco da matéria bioplasmática doente permaneça no corpo do praticante da cura. Apenas imagine o que ocorreria ao praticante se ele extraísse essa matéria de vinte a trinta pacientes num dia, durante 250 dias por ano. Seria muito improvável que permanesse saudável por muito tempo. Ele poderia até mesmo ficar com muitas doenças esquisitas. A idéia de absorver matéria bioplasmática acinzentada, suja e pegajosa é completamente repulsiva.

Técnica de extração avançada

O terceiro tipo de extração consiste em simplesmente extrair a matéria bioplasmática doente existente na parte afetada através de um ato de

vontade. Essa substância é captada pela mão e atirada na direção de uma unidade de destruição de resíduo bioplasmático. Não se faz nenhum movimento de varredura. A mão é colocada a alguns centímetros da região afetada e a matéria bioplasmática é extraída pelo desejo de que venha para fora.

Curta circuitação - limpeza e energização

A curta circuitação pode ser realizada tanto para limpar e energizar uma parte do corpo como para redistribuir prana. A curta circuitação (limpeza e energização) é realizada colocando-se simplesmente a mão energizadora na parte de trás do chakra a ser tratado e a mão extratora na parte da frente do mesmo.

Procedimentos:

1. Faça a respiração prânica.
2. Coloque sua mão energizadora na parte de trás do chakra a ser tratado.
3. Coloque a mão extratora na parte da frente desse chakra. Visualize essa mão envolta numa camada de luz brilhante.
4. Energize a parte de trás do chakra. Visualize e deseje que a energia suja venha para fora. Essa energia não deve penetrar na camada de luz brilhante que envolve a mão extratora. Não deixe que seu corpo absorva essa energia suja!
5. Atire essa energia em uma unidade de destruição de resíduo bioplasmático. As sacudidelas da mão podem ser feitas a intervalos regulares.

Curta circuitação - redistribuição de prana

Uma das mãos é utilizada para absorver prana da fonte e a outra é empregada para energizar a parte a ser tratada. Por exemplo: ao tratar de um joelho artrítico, a mão que está absorvendo prana é colocada na frente do chakra da base e a mão energizadora é colocada na parte de trás do joelho em questão.

Há outras técnicas de cura não tratadas aqui, mas cujos princípios básicos são os mesmos: limpeza e energização.

ENERGIZAÇÃO DE OBJETOS

Objetos como água, alimentos, ervas, remédios, álcool, óleo, ungüentos, bálsamos, loções, bandagens e algodão podem ser carregados

com prana para facilitar o processo de cura. A água energizada pode ser tomada pelos pacientes para facilitar o processo de cura. A água fria absorve mais prana do que a água quente.

Ervas, remédios, unguentos, bálsamos, loções e óleo podem ser energizados para aumentar sua efetividade e sua potência. Álcool para massagem pode ser energizado para aumentar seu efeito desinfetante e para apressar a taxa de cura. Bandagens e algodão também podem ser energizados para propósitos similares.

Há alguns pacientes que involuntária ou voluntariamente resistem ao processo de cura. Um paciente que resiste pode, até certo ponto, bloquear ou impedir a entrada de prana em seu corpo. Nesse caso, o óleo energizado pode ser usado como ponto de entrada de prana. Ele age como uma porta ou buraco para que o prana possa entrar no corpo do paciente.

Para curar doenças da pele, o unguento, a loção ou o bálsamo energizados podem ser empregados após o tratamento prânico inicial. Em vez de aplicar o tratamento várias vezes, as sessões de cura podem ser reduzidas. O processo é compensado pelo uso de unguento ou outro remédio energizado. Assim, o praticante da cura terá mais tempo para tratar de casos mais sérios.

É muito provável que, daqui a algumas décadas, a maioria dos remédios ou drogas sejam energizados com prana para produzir resultados mais rápidos e eficazes.

Os objetos podem ser energizados empregando-se a respiração prânica e a técnica de energização. A energização também pode ser realizada através de meios físicos.

OS ONZE CHAKRAS MAIORES

1. *Chakra de coroa.* Localiza-se no topo da cabeça. Controla e energiza a glândula pineal, o cérebro e todo o corpo. É um dos principais pontos de entrada de prana. A energização do chakra da coroa tem o efeito de energizar o corpo inteiro. É semelhante ao derramamento de água num funil, fazendo com que todo o corpo seja inundado pelo prana. É por isso que alguns praticantes curam através da energização do chakra da coroa, muito embora a parte afetada esteja algo distante. O mau funcionamento do chakra da coroa pode se manifestar como doenças relacionadas à glândula pineal e ao cérebro. Essas doenças podem ser tanto físicas quanto psicológicas.

2. *Chakra da testa.* Localiza-se no centro da testa. Controla e energiza a glândula pineal e o sistema nervoso. O mau funcionamento deste chakra

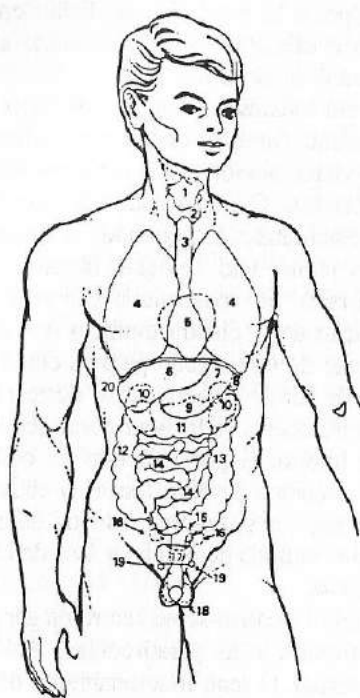
pode se manifestar como insanidade, perda de memória, paralisia e epilepsia. A energização deste chakra tem o efeito de funil semelhante ao do chakra da coroa, energizando com prana o corpo inteiro.

3. *Chakra ajna*. Este chakra está localizado entre as sobrancelhas. Controla e energiza a glândula pituitária. Também controla ou influencia as glândulas endócrinas e os órgãos vitais, devido ao controle ou influência que exerce sobre os chakras maiores. O mau funcionamento deste chakra manifesta-se como doenças relacionadas às glândulas endócrinas e aos olhos. O tratamento do diabetes requer não apenas o tratamento do chakra do plexo solar (frontal e dorsal), que controla o pâncreas, mas também do chakra ajna. A energização deste chakra também energiza o corpo inteiro. O mecanismo é diferente do empregado para os chakras da coroa e da testa. Em vez do efeito de funil, a energização deste chakra provoca a ativação de outros chakras, obedecendo uma certa seqüência rápida, energizando assim o corpo inteiro. É por isso que na cura carismática, ou cura invocativa, os praticantes da cura tocam o chakra da coroa ou o da testa ou o ajna dos pacientes, empregando os dedos ou palmas das mãos. A intensa e repentina entrada de prana na área da cabeça conduz alguns pacientes à inconsciência.

4. *Chakra da garganta*. Este chakra localiza-se no centro da garganta. Controla e energiza a garganta, a tireóide e as paratireóides. Até certo ponto influencia também o chakra sexual. O mau funcionamento do chakra da garganta manifesta-se como doenças relacionadas à garganta, tais como bócio, garganta inflamada, perda da voz, asma etc.

5. *Chakra do coração*. O chakra frontal do coração localiza-se no centro do peito. Energiza e controla o coração, o timo e o sistema circulatório. O mau funcionamento do chakra frontal do coração manifesta-se como doenças cardíacas e circulatórias. O chakra do plexo solar é bastante sensível a emoção, tensão e *stress*, e tem forte influência sobre o coração físico e sobre o chakra frontal do coração. O mau funcionamento do chakra do plexo solar pode causar o mau funcionamento do chakra frontal do coração e também faz com que o coração físico funcione mal. O chakra frontal do coração está intimamente ligado ao chakra frontal do plexo solar através de vários canais bioplasmáticos grandes e é também energizado por ele até um certo grau. Pacientes com problemas cardíacos em geral apresentam mau funcionamento do chakra do plexo solar.

Há também o chakra dorsal do coração, que está localizado no dorso do coração. Basicamente, controla e energiza os pulmões e, num grau menor, o coração e o timo. O mau funcionamento do chakra dorsal do coração manifesta-se como problemas pulmonares. A energização do coração



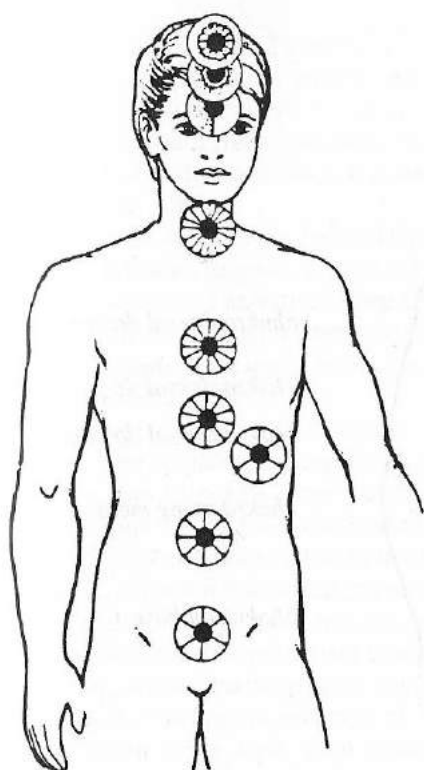
1. laringe
2. tireóide
3. esôfago
4. pulmões
5. coração
6. fígado
7. estômago
8. baço
9. pâncreas
10. rins
11. colo transverso
12. colo ascendente
13. colo descendente
14. intestino delgado
15. útero
16. ovário
17. bexiga
18. testículos
19. próstata
20. diafragma

Fig. 4-8 Os órgãos internos

deve ser realizada pelo chakra dorsal. Todo o corpo também pode ser energizado através desse chakra.

A energização do chakra frontal do coração tem o efeito de imediatamente energizar o coração físico. O principal problema é que a energia vital ou prana tende a se localizar na área e não se espalha facilmente para outras partes do corpo, o que pode resultar em *séria congestão prânica do coração*. É por isso que não é aconselhável energizar intensamente e por um período prolongado de tempo o chakra frontal do coração. Praticantes experientes da cura prânica preferem a energização pelo chakra dorsal do coração, que não apresenta efeito localizado sobre o coração físico. O excesso de prana pode fluir facilmente para os pulmões e outras partes do corpo.

6. *Chakra do plexo solar*. O chakra frontal do plexo solar localiza-se na área do plexo solar ou na área vazia entre as costelas. Controla e



chakra da coroa
chakra da testa
chakra ajna

chakra da garganta

chakra frontal do coração

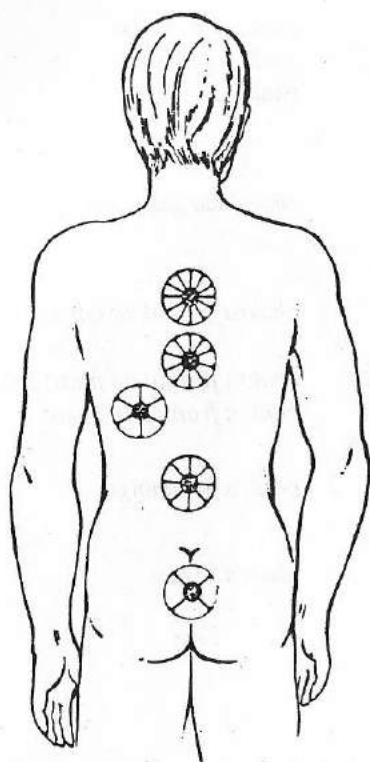
chakra frontal do plexo solar
chakra frontal do baço

chakra do umbigo

chakra sexual

Fig. 4-9 (a) Os onze chakras maiores (centros de energia).

energiza o pâncreas, o fígado, o diafragma, o intestino grosso, o apêndice, o estômago e, num certo grau, energiza também o intestino delgado, os pulmões, o coração e outras partes do corpo. O chakra do plexo solar é um centro compensador de energia. As energias sutis dos chakras inferiores e superiores passam através dele. Todo o corpo pode ser energizado através do chakra de plexo solar. Em raras ocasiões, a superenergização deste chakra pode resultar em dificuldade respiratória. O excesso de prana deve ser removido imediatamente. *O chakra do plexo solar controla também a temperatura do organismo.* O mau funcionamento deste chakra pode se manifestar como diabetes, úlcera, hepatite, problemas cardíacos e outras doenças relacionadas aos órgãos mencionados. O chakra dorsal do plexo solar opõe-se em posição à do chakra frontal do plexo solar. O chakra



chakra dorsal do coração

chakra dorsal do plexo solar

chakra dorsal do baço

chakra meng mein

chakra da base

Fig. 4-9 (b)

dorsal é semelhante e tem a mesma função do chakra frontal. É, contudo, ligeiramente menor do que o frontal.

7. *Chakra do baço.* O chakra frontal do baço localiza-se no lado esquerdo do abdome, entre o chakra frontal do plexo solar e o chakra do umbigo. Situa-se na porção mediana da costela flutuante inferior esquerda. É o principal ponto de entrada do prana do ar ou glóbulo de vitalidade do ar. Portanto desempenha função vital no bem-estar geral do ser humano. *Energiza os outros chakras maiores e todo o organismo ao distribuir aos mesmos o prana assimilado.* O chakra dorsal do baço localiza-se na parte de trás do chakra frontal. Ambos os chakras (frontal e dorsal) do baço têm funções semelhantes.

Não é aconselhável energizar o chakra do baço de bebês e crianças, porque podem desmaiar devido à congestão prânica. Se isso ocorrer, basta

aplicar a varredura geral. Também não é aconselhável energizar o chakra do baço de pacientes com hipertensão ou que tenham um histórico de hipertensão, pois isso poderia elevar sua pressão sanguínea. Contudo esse chakra é usado para tratar pacientes muito fracos ou muito exauridos. É importante que o chakra do baço seja tratado apenas por praticantes experientes da cura prânica.

8. *Chakra do umbigo.* Este chakra situa-se no umbigo. Controla e energiza o intestino delgado, a parte inferior do intestino grosso, as glândulas supra-renais e o apêndice. Afeta a vitalidade geral da pessoa. O mau funcionamento do chakra do umbigo manifesta-se como constipação, apendicite, *dificuldade para dar à luz, baixa vitalidade* e outras doenças relacionadas aos intestinos.

O termo *ki* é usado muito livremente para significar energias sutis. *Ki* é, às vezes, empregado para significar prana do ar, prana do solo, prana vermelho e outros tipos de prana. Também é usado para indicar um tipo de "prana sintético" produzido pelo chakra do umbigo. Este "*ki* sintético" é bastante diferente do prana ou energia vital. Afeta a capacidade da pessoa de absorver, distribuir e assimilar prana. Sob condições climáticas ruins, a quantidade de prana do ar é bastante escassa. Pessoas com quantidade menor de "*ki* sintético" apresentam uma dificuldade maior para absorver o prana do ar. Assim, essas pessoas tendem a se sentir mais cansadas ou mais fracas do que uma pessoa normal.

9. *Chakra Meng Mein.* Este chakra localiza-se na parte de trás do umbigo. Serve como "estação de bombeamento" na coluna, sendo responsável pela subida do fluxo de energias prânicas sutis, provenientes do chakras da base. Controla e energiza os rins, as glândulas adrenais e a pressão sanguínea.

O mau funcionamento deste chakra manifesta-se como problemas renais, baixa vitalidade, pressão alta e problemas nas costas.

O chakra *meng mein* de bebês, crianças, mulheres grávidas e pessoas bem idosas não deve ser energizado, devido aos sérios problemas adversos que podem surgir. Maiores explicações podem ser encontradas no capítulo referente à técnica mestra de cura. Este chakra deve ser tratado apenas por praticantes avançados ou experientes na cura prânica.

10. *Chakra sexual.* Este chakra localiza-se na região pubiana. Controla e energiza os órgãos sexuais e a bexiga. O mau funcionamento desse chakra manifesta-se como problemas de ordem sexual. O chakra *ajna*, o da garganta e o da base exercem forte influência sobre o chakra sexual. O mau funcionamento de qualquer um desses chakras pode resultar em mau funcionamento do chakra sexual.

CHAKRA	LOCALIZAÇÃO	FUNÇÕES E ÓRGÃOS CORRESPONDENTES	DOENÇAS
1. Chakra da coroa	Topo da cabeça.	Cérebro e glândula pineal.	Doenças relacionadas à glândula pineal e ao cérebro (doenças físicas ou psicológicas).
2. Chakra da testa	Centro da testa	Sistema nervoso e glândula pineal.	Insanidade, perda de memória, paralisia e epilepsia.
3. Chakra ajna	Entre as sobrancelhas.	Glândula pituitária e glândulas endócrinas. Controla os outros chakras maiores.	Câncer, alergia, asma e doenças relacionadas às glândulas endócrinas e aos olhos.
4. Chakra da garganta	Centro da garganta.	Garganta, tireóide e paratireóides.	Doenças relacionadas à garganta, tais como bócio, garganta irritada, perda da voz, asma etc.
5. Chakra do coração:			
a) frontal do coração	Centro do peito.	Coração, timo e sistema circulatório.	Problemas cardíacos e circulatórios.
b) dorsal do coração	Dorso do coração.	Pulmões e, num certo grau, o coração.	Problemas pulmonares.
6. Chakra do plexo solar:		Age como um centro de compreensão de energia. Controla também a temperatura do corpo.	
a) frontal do plexo solar	Área do plexo solar ou a área oca entre as costelas.	Pâncreas, fígado, diafragma, intestino grosso, apêndice, estômago, intestino delgado e, num certo grau, outros órgãos e partes do corpo.	
b) dorsal do plexo solar	Oposto ao chakra frontal do plexo solar.	Tem a mesma função do chakra frontal do plexo solar.	Diabetes, úlcera, hepatite, problemas cardíacos e outras doenças correlatas.
7. Chakra do baço:		Baço.	
a) frontal do baço	Parte esquerda do abdome entre o chakra do plexo solar e o chakra do umbigo. Localiza-se na porção mediana da última costela flutuante esquerda.	Maior ponto de entrada de prana do ar ou glóbulo de vitalidade do ar. Energiza os outros chakras maiores e todo o corpo.	
b) dorsal do baço	Dorso do chakra frontal do baço.	Tem funções semelhantes às do chakra frontal do baço.	Baixa vitalidade e corpo fraco.
8. Chakra do umbigo	Umbigo.	Intestinos delgado e grosso.	Constipação, dificuldades de parto, apendicite, baixa vitalidade e outras doenças relacionadas aos intestinos.
9. Chakra meng mein	Dorso do umbigo.	Rins, glândulas supra-renais e energiza, num certo grau, outros órgãos internos. Controla a pressão sanguínea.	Problemas renais, baixa vitalidade, pressão alta e problemas nas costas.
10. Chakra sexual	Área púbica.	Órgãos sexuais, bexiga e pênis. É o centro inferior ou de criação física.	Problemas sexuais e de bexiga.
11. Chakra da base	Base da coluna.	Glândulas supra-renais e órgãos sexuais. Energiza todo o corpo físico — ossos, músculos, sangue e órgãos internos. Afeta a vitalidade geral, a temperatura do corpo e o crescimento das crianças. Centro de auto-sobrevivência ou autopreservação.	Câncer, leucemia, baixa vitalidade, alergia, asma, problemas sexuais, problemas de crescimento e desordens psicológicas.

11. *Chakra da base.* Este chakra situa-se na base da coluna. Controla e energiza todo o corpo físico visível, especialmente os ossos, sangue, músculos tecidos do corpo e de órgãos internos, glândulas supra-renais e órgãos sexuais. Afeta a temperatura do corpo, a vitalidade geral e o crescimento das crianças. O mau funcionamento deste chakra manifesta-se como câncer, câncer ósseo, leucemia, alergia, problemas de crescimento e baixa vitalidade.

TRATAMENTO DE CASOS SIMPLES E SÉRIOS

1. *Aumento do sistema de defesa do organismo através do aumento do nível de energia vital*

Muitos problemas são causados por infecções virulentas e bacterianas. Através do aumento do nível de energia vital ou prânica, seu sistema imunológico se fortalece.

a. Aplique varredura geral.

b. Limpe e energize os chakras menores das solas dos pés e os chakras menores das mãos. Isso serve para ativar parcialmente esses chakras, de modo que possam absorver mais prana, aumentando, assim, o nível de energia vital.

c. Limpe e energize o chakra frontal do plexo solar. Isso serve para energizar todo o corpo, especialmente os órgãos internos.

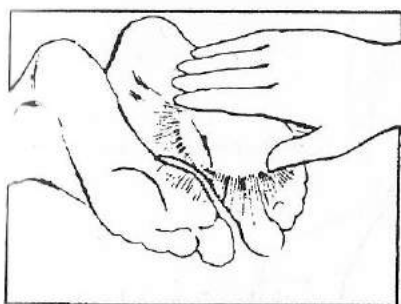
d. Limpe e energize o chakra do umbigo. Isso tem dois efeitos principais: primeiro, energizar e ativar parcialmente o chakra do umbigo faz com que o chakra do baço seja parcialmente ativado e energizado, de modo que absorverá mais prana, aumentando assim a energia vital do organismo; segundo, ao ser parcialmente ativado, o chakra do umbigo produz mais "ki sintético", o que aumenta a capacidade do corpo etérico absorver mais prana.

Ao se aumentar o nível de energia vital do corpo, a resistência do organismo ou sistema imunológico é fortalecido. Esta técnica é empregada para baixar rapidamente a febre, como foi ensinado no capítulo anterior.

2. *Sarampo, rubéola e catapora*

a. Aplique varredura geral.

b. Aplique varredura localizada na face, na garganta e na parte da frente e de trás do tronco. Ênfase especial deve ser dada à área abdominal.



chakras das solas dos pés



chakras das mãos

Fig. 4-10 (a)

c. Para fortalecer o sistema de defesa do organismo, limpe e energize os chakras menores das solas dos pés, os chakras das palmas das mãos, o chakra frontal do plexo solar e o chakra do umbigo.

d. Repita o tratamento uma ou duas vezes por dia. A varredura geral e a localizada podem ser aplicadas várias vezes ao dia.

3. Caxumba e Amidalite

a. Aplique varredura geral.

b. Aplique varredura localizada na garganta e em toda a área do pescoço. Dê ênfase às áreas laterais do pescoço.

c. Energize o chakra da garganta.

d. Energize os chakras menores da mandíbula, localizados atrás das orelhas, na parte inferior. Ao energizar esses chakras, toda a boca será energizada, inclusive as glândulas parótidas e as amídalas. Uma vez que as partes afetadas consumirão prana a uma velocidade muito rápida, o chakra da garganta deve ser limpo e energizado duas vezes ao dia.

e. Para aumentar a resistência do organismo, limpe e energize os chakras das solas dos pés, os chakras das mãos, o do umbigo e o chakra frontal do plexo solar.

4. Desmaio

a. Energize intensamente o chakra do umbigo até que o paciente recupere a consciência. Isso aumenta o nível de energia prânica de todo o corpo, inclusive da área da cabeça. Esse processo é mais lento, porém mais seguro.

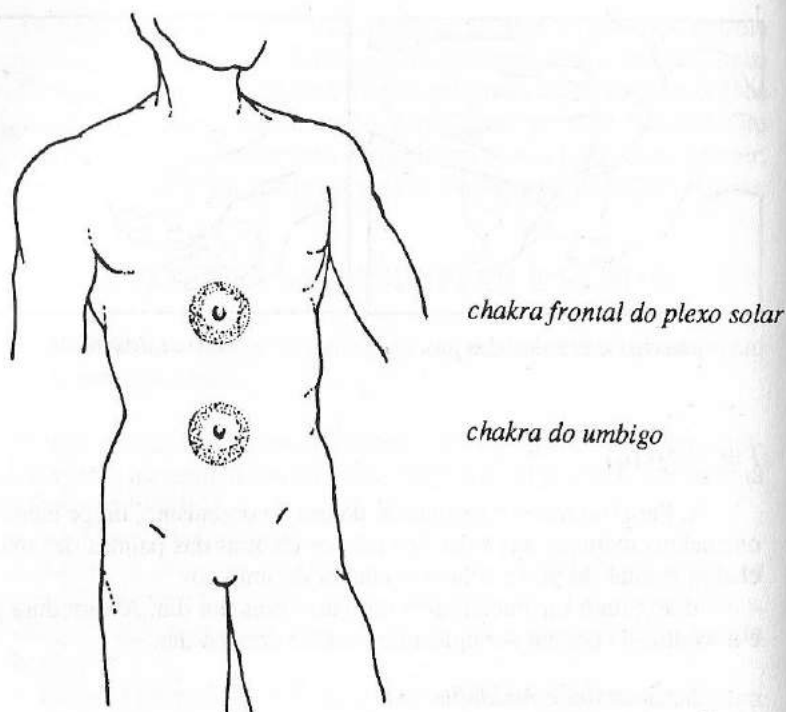


Fig. 4-10 (b) Aumento da capacidade de defesa do sistema imunológico pelo aumento do nível de energia vital

b. Outro procedimento será o de energizar a parte posterior da cabeça. Esse processo é mais rápido, mas há a possibilidade de congestão prânica da cabeça, devido à superenergização. Essa congestão manifesta-se como dor de cabeça.

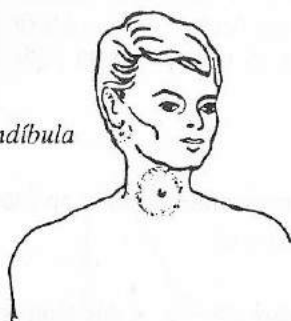
c. Se a perda de consciência for devida a um choque emocional repentino, limpe e energize a chakra frontal do plexo solar e o chakra do umbigo.

d. Se houver também uma concussão na cabeça, limpe e energize a parte afetada. Depois energize o chakra do umbigo, os chakras das solas dos pés e os chakras das mãos.

5. Miopia, hipermetropia e astigmatismo

Há chakras menores em cada olho e em cada têmpora. O *ajna*, os chakras dos olhos e os das têmporas geralmente encontram-se exauridos

chakra menor da mandíbula



chakra da garganta

Fig. 4-11 Tratamento prânico de caxumba e amidalite

(depleção prânica). A espessura desses chakras é em geral de 5 cm ou menos. Em pouquíssimos casos, você encontrará doenças oculares causadas por congestão prânica.

a. Explore os olhos, o chakra *ajna* e os chakras das têmporas, empregando um ou dois dedos. Se os chakras dos olhos estiverem exauridos e apresentarem uma aura interior de 2,5 cm ou menos, energize suavemente os olhos através do chakra *ajna*, pela visualização do prana indo do *ajna* para os olhos, antes de realizar a limpeza. Isso serve para tornar mais fácil a limpeza ou varredura localizada.

b. Aplique a varredura localizada em toda a cabeça, no chakra *ajna*, nos chakras dos olhos e nos das têmporas. Se a varredura localizada for feita adequadamente, as auras interiores dos chakras dos olhos aumentarão levemente.

c. Aplique alternadamente energização e varredura localizada no chakra *ajna*, nos dos olhos e das têmporas até que as auras interiores desses chakras se normalizem no que se refere ao tamanho e à densidade. Os olhos não devem ser energizados diretamente, mas através do chakra *ajna*. Às vezes você sentirá que a aura interior da parte tratada voltou ao seu tamanho normal, mas ainda não está suficientemente densa, quando comparada com outras áreas saudáveis. Você deve continuar a limpar e energizar até que as auras interiores dos chakras mencionados voltem ao normal.

d. É muito provável que seu paciente sinta uma leve e imediata melhora, que consiste numa boa visão. O tratamento deve ser repetido duas vezes por semana. De preferência o paciente deve deixar de usar

óculos, para facilitar o processo de cura. Pacientes que ficam com dor de cabeça quando estão sem os óculos devem reduzir gradualmente o tempo de permanência com eles. A cura completa pode levar de três a quatro meses.

6. *Estrabismo*

Aplique o mesmo tratamento indicado no caso anterior.

7. *Glaucoma*

O chakra *ajna*, os dos olhos e os das têmporas estão exauridos. Se isso se deve a *stress* ou à tensão habitual, o paciente muito provavelmente terá um mau funcionamento do chakra frontal do coração e do chakra do plexo solar.

Durante ataques severos de glaucoma, o paciente pode experimentar intensas dores de cabeça e nos olhos, acompanhadas de fraqueza geral. Pode também ficar cego por pouco ou muito tempo.

a. Explore o chakra *ajna*, os chakras dos olhos e os das têmporas, bem como os chakras do plexo solar e do coração.

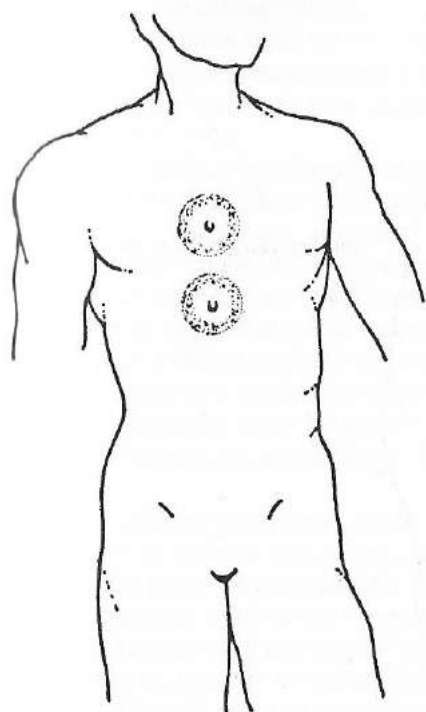
b. Para livrar imediatamente o paciente da dor ou desconforto nos olhos, aplique varredura localizada nesses chakras. Energize os olhos através do chakra *ajna* até que a condição se normalize. Se isso for feito adequadamente, o paciente experimentará um grau substancial de alívio. Pacientes que tenham ficado cegos há pouco tempo devido ao glaucoma, terão a visão parcialmente recuperada; pacientes que estão cegos há um tempo maior, poderão ainda recuperar a visão, mas isso exigirá um tratamento mais longo. Os globos oculares podem amolecer um pouquinho.

c. Se o paciente tiver dor de cabeça, explore a área da cabeça, aplique a varredura localizada e energização, alternadamente, para eliminar a dor de cabeça.

d. Se o paciente apresentar fraqueza generalizada, aplique varredura geral várias vezes. Aplique, depois, varredura localizada e energização no chakra frontal do plexo solar. Isso fortalecerá o paciente e também trará alívio a seus olhos por um período mais longo. O mau funcionamento do chakra do plexo solar devido ao *stress* emocional é o principal fator que contribui para esse problema.

e. Se o paciente tiver problemas cardíacos, então o coração também deve ser tratado.

f. Aplique o tratamento três vezes por semana, por um período de vários meses, ou por tanto tempo quanto for necessário. Se a causa é de



chakra frontal do coração

chakra frontal do plexo solar

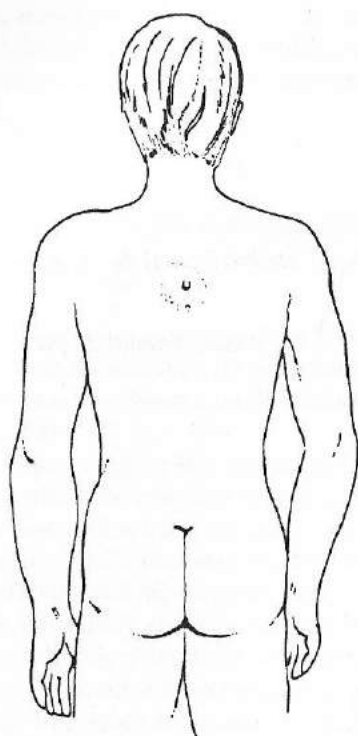
Fig. 4-12 (a) Tratamento prânico de problemas cardíacos

origem emocional, então pode-se aplicar ao paciente uma hipnoterapia ou pode-se lhe ensinar como relaxar e meditar, para que possa lidar adequadamente com suas emoções.

Se o paciente tiver sofrido um ataque severo de glaucoma, o tratamento pode ser repetido após uma ou duas horas, se ele ainda estiver experimentando algum desconforto. Instrua o paciente para que consulte um oftalmologista após o tratamento.

8. Problemas cardíacos

Problemas cardíacos podem se manifestar como depleção ou congestão prânicas, ou ambas simultaneamente, no chakra do coração. Embora haja muitos tipos de problemas cardíacos, tais como dilatação cardíaca, mau funcionamento do marcapasso, deficiência parcial dos músculos cardíacos



chakra dorsal do coração

Fig. 4-12 (b)

etc., o tratamento é basicamente o mesmo, ou seja, a limpeza e energização dos chakras do coração e do plexo solar.

a. Explore de maneira completa a área do coração. Procure pequenas manchas na aura interior. Aplique varredura localizada no chakra frontal do coração e nas pequenas manchas, empregando os dedos. Visualize seus dedos entrando nas pequenas manchas e removendo a matéria bioplasmática doente.

b. O coração deve ser energizado através do chakra dorsal do coração e não pelo frontal. Visualize o coração físico e o chakra frontal do coração tornando-se brilhantes e limpos. Faça o *feedback* com o paciente para determinar que mancha ou manchas ainda causam desconforto ou dor. Reexplora e aplique varredura localizada, energizando depois. Se o tratamento for realizado completa e adequadamente, o paciente experimentará um alívio parcial imediato. Alívio substancial também pode ser

alcançado imediatamente ou após várias horas ou dias. Na depleção prânica do coração, a ênfase deve ser colocada na energização, muito embora a limpeza também seja muito importante.

c. Aplique varredura localizada e energização nos chakras frontal e dorsal do plexo solar.

d. Se houver congestão prânica severa no chakra frontal do coração e no chakra frontal do plexo solar, então aplique varredura localizada cuidadosamente. Pode levar de cinco a dez minutos para se remover completamente a matéria bioplasmática doente congestionada. Geralmente o paciente sentirá alívio imediato após essa varredura. Energize o coração através de seu chakra dorsal e, depois, aplique mais varredura localizada. Energize o chakra do plexo solar e aplique mais varredura localizada.

e. Se o paciente estiver muito fraco, a varredura geral deve ser aplicada antes de qualquer outro tratamento, para fortalecer os raios da saúde e para tapar buracos na aura exterior. Isso definitivamente tornará a cura mais fácil.

O tratamento pode durar desde alguns minutos até cerca de meia hora (como na maioria dos casos), devendo ser aplicado três vezes por semana. Em casos de pacientes em estado crítico, o tratamento prânico pode ser aplicado duas ou três vezes ao dia, durante alguns dias. Não há orientações fixas. Você terá de usar um critério próprio.

A cura do paciente e a normalização da condição podem levar desde algumas semanas a cerca de dois meses. O período de recuperação depende da seriedade do problema cardíaco, da cooperação do paciente, da frequência do tratamento prânico e de outros fatores relevantes.

9. Problemas pulmonares

Há muitos tipos de problemas pulmonares (pneumonia, tuberculose etc.), mas o tratamento é mais ou menos o mesmo.

a. Limpe todo o corpo, aplicando varredura geral várias vezes. Aplique varredura localizada na área dos pulmões (frontal, dorsal e laterais) e sobre o chakra dorsal do coração. Os pulmões devem ser limpos de todos os lados. Se o chakra frontal do coração também tiver sido afetado, limpe-o também.

b. Energize o chakra dorsal do coração e visualize o prana penetrando em todas as partes dos pulmões. É muito importante que eles e também o chakra dorsal do coração sejam altamente energizados. Se o coração estiver afetado, visualize o prana penetrando no coração e no chakra frontal

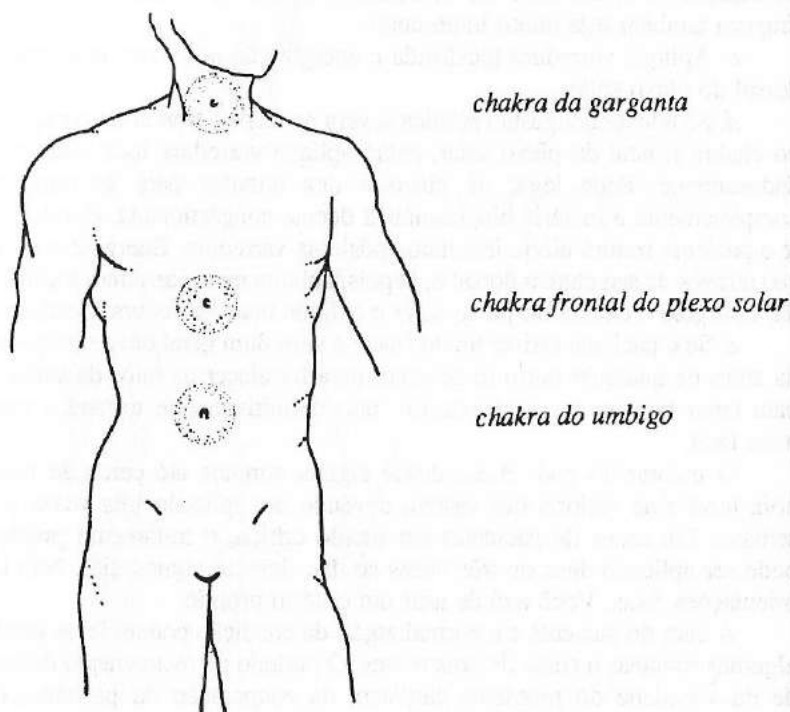
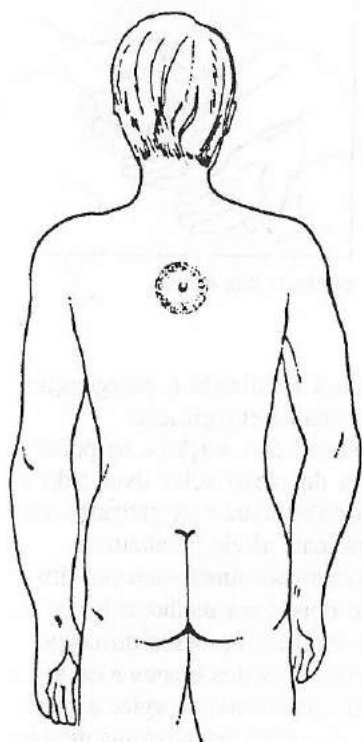


Fig. 4-13 (a) Tratamento prânico de problemas pulmonares

do coração. Se a garganta tiver sido afetada, então ela também deverá ser tratada. Se estas instruções forem inteiramente seguidas, o paciente alcançará alívio imediato e a tensão sobre a área do peito diminuirá enormemente.

c. Alguns pacientes com problemas pulmonares encontram-se bastante debilitados. Para fortalecê-los e elevar o nível de energia do corpo, limpe e energize o chakra frontal do plexo solar, o chakra do umbigo, os chakras das mãos e aqueles das solas dos pés.

d. Aplique tratamento prânico duas vezes por semana, até que o paciente se recupere totalmente. Para os pacientes que estiverem com infecção pulmonar séria e em condições críticas, o tratamento deverá ser aplicado três vezes por dia, durante alguns dias.



chakra dorsal do coração

Fig. 4-13 (b)

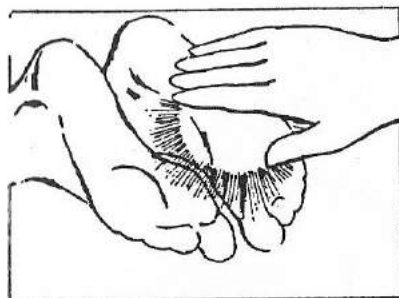
10. *Asma*

O tratamento se divide em duas partes. A primeira parte serve para aliviar o paciente do ataque asmático e para melhorar muito e curar o sistema respiratório.

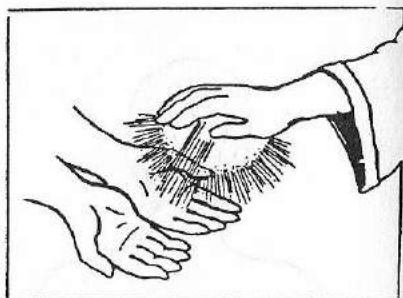
A segunda parte serve para remover gradualmente a causa do problema.

a. As auras exterior da saúde e a interior do paciente encontram-se, algumas vezes, bem cinzentas. É aconselhável aplicar, várias vezes, a varredura geral.

b. Pacientes portadores de asma, ou que sofrem de ataques de asma, apresentam o chakra da garganta e o chakra secundário menor da garganta exauridos. O chakra secundário menor da garganta localiza-se na porção



chakras das solas dos pés



chakras das mãos

Fig. 4-13 (c)

inferior da garganta. Aplique varredura localizada e energização nesses dois chakras. A ênfase deve ser colocada na energização.

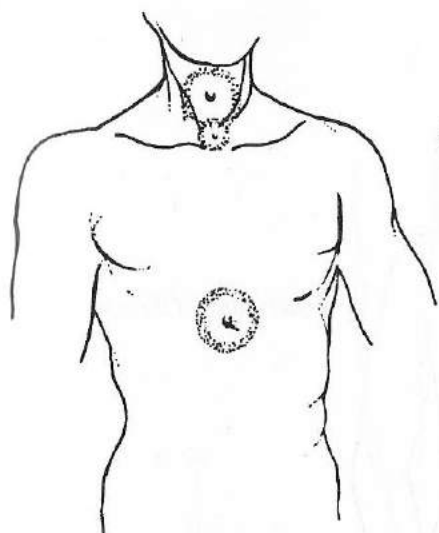
c. Limpe e energize o chakra dorsal do coração e os pulmões. Isso serve para fortalecê-los. Se o chakra do plexo solar tiver sido afetado, limpe-o e energize-o. O tratamento dos chakras da garganta, dorsal do coração e o do plexo solar traz ao paciente alívio imediato.

d. Um paciente asmático apresenta mau funcionamento dos chakras *ajna* e da base. Limpe e energize os dois. Para melhorar a qualidade do sangue produzido, limpe e energize também os ossos do corpo. Assim, limpe e energize a coluna espinhal, os ossos dos braços e os das pernas. Aplique varredura localizada e, simultaneamente, energize a coluna espinhal. Aplique a varredura localizada, enquanto visualiza sua mão entrando nos ossos dos braços e das pernas. Energize os ossos dos braços através dos chakras menores das axilas e dos chakras das mãos. Visualize a energia prânica entrando nas omoplatas e nos ossos dos braços. Energize os ossos das pernas através dos chakras menores dos quadris e das solas dos pés. Visualize a energia prânica entrando nos ossos dos quadris e das pernas. Isso reduzirá substancialmente a frequência dos ataques asmáticos e gradualmente curará o paciente.

e. Aplique todo o tratamento duas vezes por semana até que o paciente esteja curado.

11. Problemas hepáticos

Pacientes com problemas hepáticos, tais como icterícia, hepatite e cirrose, encontram-se exauridos e suas três auras (externa, da saúde e interna) apresentam-se acinzentadas. O fígado, quando visto clarividen-



chakra da garganta
chakra secundário da garganta

chakra frontal do plexo solar

Fig. 4-14 (a) Tratamento da asma

temente, é cinza. Se estiver inflamado, então é visto com uma cor vermelho turvo. O fígado pode estar exaurido e congestionado simultaneamente. Por exemplo: a parte esquerda pode estar congestionada e a parte direita exaurida. O chakra do plexo solar apresentará depleção prânica. Alguns pacientes com problemas hepáticos apresentam o abdome intumescido.

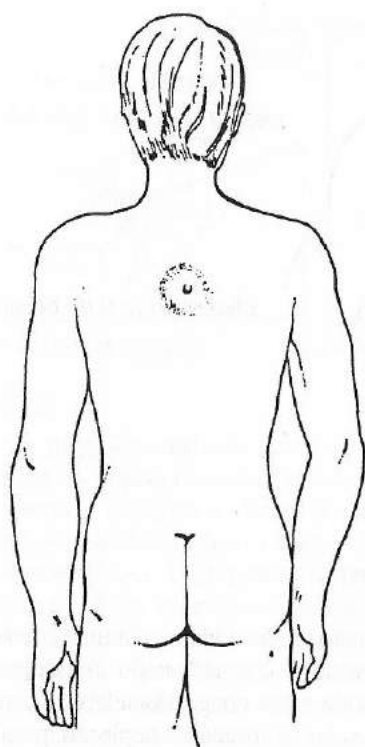
a. Aplique varredura geral várias vezes.

b. Aplique varredura localizada e energização no chakra do plexo solar e no fígado. Na área onde houver congestão prânica, deve-se enfatizar a varredura localizada. Na região onde houver depleção prânica, é a energização que deve ser enfatizada.

c. Para elevar o nível de energia do corpo e para fortalecer o sistema de defesa do organismo, limpe e energize os chakras menores das solas dos pés, os das mãos e o do umbigo.

d. Se o chakra *meng mein* e os rins estiverem afetados, limpe-os e energize-os. Não energize o chakra da base, porque o paciente pode experimentar congestão prânica no corpo inteiro ou pressão alta (para maiores explicações, ver Capítulo 8).

e. Aplique o tratamento prânico duas vezes por semana até que a cura seja completa.



chakra dorsal do coração

Fig. 4-14 (b)

12. Úlceras gástricas e duodenais

- a. Explore o chakra frontal do plexo solar e a área superior do abdome*
- b. Limpe e energize o chakra frontal do plexo solar e a área afetada*
- c. Aplique tratamento prânico duas ou três vezes por semana até que a cura seja completa.*

13. Infecções renais e da bexiga

- a. Aplique a varredura geral várias vezes.*
- b. Se os rins estiverem afetados, limpe o chakra da base, o chakra meng mein e os rins. Depois, energize os rins diretamente, sem passar pelo chakra meng mein.*

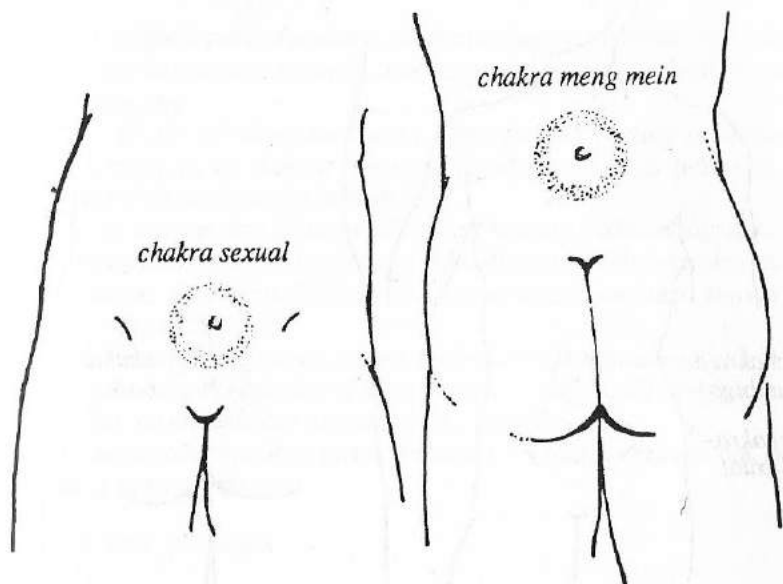


Fig. 4-15 Tratamento de infecções renais e da bexiga

- c. Se a bexiga estiver infectada, limpe e energize o chakra sexual.
- d. Aplique o tratamento prânico três vezes por semana até que a cura seja completa.

O chakra *meng mein* de bebês, crianças, mulheres grávidas e pessoas muito idosas não deve ser energizado. Energize apenas os rins diretamente, sem passar pelo chakra *meng mein*. A superenergização deste chakra ou a energização dos chakras da base e *meng mein* de bebês, crianças e pessoas muito idosas pode causar uma severa elevação da pressão sanguínea.

14. Problemas sexuais

a. Há muitos tipos de problemas sexuais, tais como impotência, infertilidade e infecção da próstata. Para tratar desses casos, primeiro explore o chakra sexual, o do umbigo e a área circunvizinha.

b. Limpe e energize o chakra sexual, o do umbigo e a área vizinha

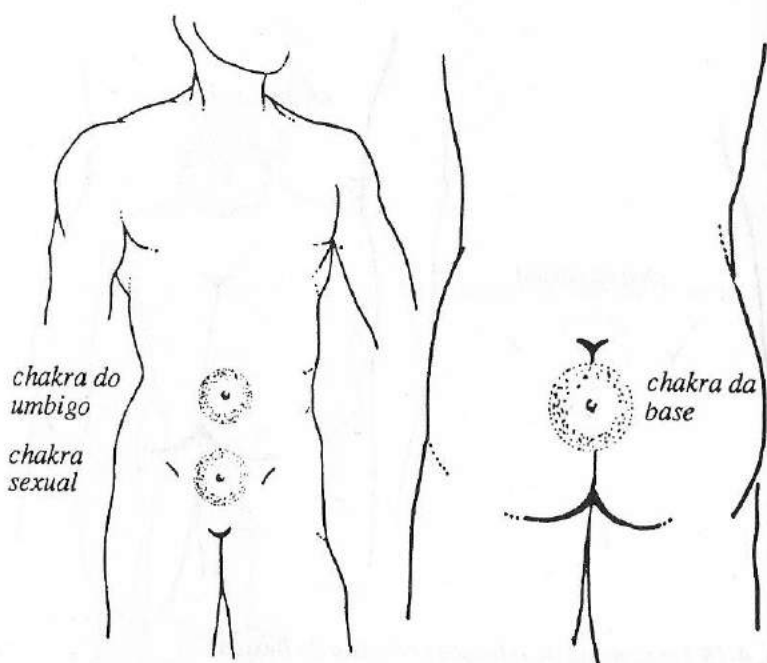


Fig. 4-16 Tratamento de problemas sexuais

afetada. Há um chakra menor em cada um dos ovários e dos testículos. Se tiverem sido afetados, limpe-os e energize-os.

c. Atenção especial deve ser dada também aos chakras da base, do plexo solar, da garganta e *ajna*. O mau funcionamento de qualquer um desses chakras pode também causar o mau funcionamento do chakra sexual. Se algum desses chakras estiver funcionando mal, então aplique a varredura localizada e a energização.

d. Repita o tratamento duas vezes por semana até que a cura seja alcançada.

15. Problemas relativos às glândulas endócrinas

a. Explore os chakras maiores.

b. Aplique a varredura localizada e energização nos chakras que estiverem funcionando mal. O chakra *ajna* deve ser tratado.

c. Repita o tratamento duas vezes por semana até que a cura seja completa. Instrua o paciente para consultar um especialista.

16. Ossos e dedos quebrados

a. Explore a parte afetada e os chakras menores afetados. Há chakras menores nas axilas, nos cotovelos, nas mãos, dedos, quadris, joelhos, solas e dedos dos pés.

b. Aplique varredura localizada e energização na área machucada. Limpe e energize os chakras menores afetados e/ou mais próximos. A ênfase deve ser colocada na energização.

c. Os chakras dos mamilos afetam os braços. Estão localizados em cada mamilo. Explore-os. Se tiverem sido afetados, então energize-os. O prana pode ser facilmente dirigido para a área afetada no braço através do chakra do mamilo.

d. O processo de cura pode ser acelerado pela elevação do nível de energia prânica do corpo. Energize o chakra da base, o do umbigo, o do plexo solar, os chakras das mãos e os das solas dos pés.

e. Você pode repetir os procedimentos b e c várias vezes ao dia, para acelerar o processo de cura.

17. Seios pequenos

Mulheres com seios pequenos podem tentar obter o auxílio de um praticante da cura prânica, para que ative e energize seus seios, se não estiverem satisfeitas com o tamanho dos mesmos. Embora eu, pessoalmente, não tenha experimentado essa técnica, observei que mulheres com seios maiores tendem a apresentar chakras de mamilos mais fortes ou mais densos, enquanto mulheres com seios menores tendem a ter chakras de mamilos mais fracos.

18. Cabelos fracos

Uma pessoa pode apresentar chakras da coroa e da testa bastante saudáveis, mas ainda assim ter cabelos fracos e queda dos mesmos. Isso se deve ao fato de que os chakras menores existentes no couro cabeludo estão exauridos. Ao se explorar a área da cabeça, pode-se verificar que a primeira camada da aura interior, na região da cabeça, está bem normal, mas uma exploração mais profunda mostraria que a camada mais interna encontrasse bastante exaurida. Clarivamente isso é visto como luz cinza ou cinza amarelada na área do couro cabeludo. Aplique varredura localizada e energize toda a área. O tratamento prânico deve ser aplicado de duas a três vezes por semana. Deve-se utilizar também outras formas complementares de tratamento

19. Hemorróidas

As hemorróidas manifestam congestão prânica no chakra menor do ânus. O chakra do plexo solar e o do umbigo encontram-se parcialmente afetados. O chakra menor do ânus localiza-se entre o chakra da base e o ânus. Situa-se ligeiramente acima deste. Clarividentemente é visto com uma cor vermelho turvo. Aqui deve-se dar ênfase à varredura. Limpe e energize o chakra frontal do plexo solar e o chakra do umbigo. Visualize o prana limpando e energizando o intestino grosso. Visualize o prana saindo do ânus e limpando o chakra menor do ânus. Tratar o chakra do plexo solar e o do umbigo é muito importante, uma vez que o intestino grosso e o ânus são controlados e energizados por esses dois chakras.

O paciente pode usar também água fria para remover a matéria bioplasmática doente da parte afetada. Ele precisa simplesmente desejar que a água fria remova a matéria bioplasmática doente. Precisa também manter a higiene adequada.

20. Apendicite crônica

a. Limpe e energize o chakra frontal do plexo solar, o do umbigo e o apêndice. Em geral o paciente alcança alívio imediato.

b. Repita o tratamento uma vez a cada dois dias.

21. Sinusite

a. Limpe e energize os chakras da testa, o *ajna* e a raiz do nariz. Dê ênfase ao chakra *ajna*.

b. Limpe e energize os chakras menores das narinas direita e esquerda. Estes chakras localizam-se na parte inferior das narinas.

c. Repita o tratamento duas vezes por semana.

22. Perda do olfato

a. Use o tratamento indicado para sinusite.

b. Verifique os chakras dos ouvidos e o chakra menor da parte posterior da cabeça. Se eles se mostrarem afetados, limpe-os e energize-os. É muito provável que haja uma notável melhora no primeiro tratamento.

c. Repita o tratamento duas vezes por semana.

23. Urinação freqüente

1. Explore completamente o paciente.

2. Aplique varredura localizada e energização nos chakras sexual, da base, do umbigo e do plexo solar.

3. Repita o tratamento duas vezes por semana pelo tempo que for necessário.

24. *Urinação noturna*

Em crianças em fase de crescimento e que ainda urinam à noite na cama, aplique o tratamento indicado para casos de urinação freqüente.

25. *Hipertrofia da próstata*

Aplique o mesmo tratamento utilizado para urinação freqüente. Repita o tratamento três vezes por semana, pelo tempo que for necessário. Instrua o paciente para praticar abstinência sexual durante o tempo em que durar o tratamento.

26. *Artrite e Reumatismo*

Em caso de artrite ou reumatismo suave, aplique apenas varredura e energização completas nas partes afetadas. Repita várias vezes o tratamento. Em alguns casos o paciente pode sentir alívio quase instantaneamente.

Em casos severos de artrite:

1. Aplique varredura geral e, depois, varredura localizada bem completa e energização nas partes afetadas.

2. Aplique varredura localizada completa no fígado e nas áreas abdominais superior e inferior.

3. Aplique varredura localizada e energização nos chakras da base, do umbigo, do baço e do plexo solar. É importante que o chakra da base seja completamente energizado, uma vez que este chakra controla e energiza os sistemas esquelético e muscular do corpo. Não energize o chakra do braço, se o paciente sofrer de hipertensão.

4. Se o braço estiver afetado, ambos os braços, inteiros, devem ser limpos. Os chakras da mão, do cotovelo e o chakra menor da axila de cada braço devem ser energizados.

5. Se a perna estiver afetada, a perna toda deve ser limpa e energizada.

6. Repita o tratamento duas a três vezes por semana, pelo tempo que for necessário.

27. *Mulheres grávidas*

Mulheres grávidas devem ser energizadas lenta e gentilmente. A

superenergização ou energização prolongada e intensa devem ser evitadas especialmente nos chakras sexual, da base e do umbigo. A superenergização ou energização intensa de qualquer um desses chakras pode ter efeitos negativos drásticos sobre o feto. O chakra *meng mein* não deve ser energizado, porque, se este chakra for intensamente energizado por um longo período, o bebê pode nascer morto.

Tratamento de mulheres grávidas que têm dificuldade para dar à luz

1. Aplique varredura geral.
2. Aplique varredura localizada e energização nos chakras da base, sexual, do umbigo e do plexo solar.
3. Repita o tratamento duas vezes ao dia, durante cinco dias. A paciente deve apresentar notável melhora em dois ou três dias.

Como Evitar um Aborto

Mulheres com tendência a abortar apresentam os chakras da base e sexual esgotados. O chakra do umbigo também se encontra parcialmente esgotado. O tratamento indicado a seguir é aplicável a pacientes que não estão grávidas, mas que possuem a tendência a abortar:

1. Aplique varredura geral.
2. Aplique varredura localizada e energização nos chakras sexual, da base, do umbigo e do plexo solar.
3. Repita o tratamento duas vezes por semana, durante dois meses.

Para pacientes grávidas com histórico de aborto e que estão sentindo dores abdominais, o tratamento é o seguinte:

1. Explore completamente a paciente.
2. Aplique varredura muito suavemente nos chakras sexual, do umbigo e da base, bem como na área abdominal.
3. Energize o chakra do umbigo e o chakra sexual bem suave e levemente.

O QUE FAZER NAQUELES CASOS SOBRE OS QUAIS VOCÊ NÃO TEM MUITA CERTEZA (para praticantes da cura prânica intermediária)

Em problemas simples ou menores:

1. Interrogue o paciente a respeito do problema.
2. Aplique varredura completa, de 20 a 30 vezes, e energização nas áreas afetadas.
3. Se necessário, repita o tratamento.

Em problemas mais sérios:

1. Aplique varredura geral várias vezes.
2. Aplique varredura localizada em todos os órgãos vitais.
3. Aplique varredura localizada e energização em todos os chakras maiores, exceto nos chakras do baço e *meng mein*. Não energize estes dois chakras.
4. Repita o tratamento regularmente.
5. Você poderá utilizar este procedimento em muitos tipos de problemas.
6. Instrua o paciente para procurar um médico imediatamente.

PRINCÍPIO DO TEMPO DE RETARDO

O princípio do tempo de retardo indica que a taxa de cura do corpo bioplasmático é muito mais rápida do que a taxa de cura do corpo físico visível. Portanto, em alguns casos, o paciente pode não experimentar alívio ou cura imediata, porque o corpo físico visível recupera-se num passo mais lento (retardo), quando comparado com o corpo bioplasmático. Por exemplo: muito embora a área do coração tenha sido completamente limpa, energizada e esteja bastante brilhante, o paciente pode se queixar de que está sentindo apenas um pequeno alívio logo após o tratamento prânico. Porém pode experimentar alívio e melhora substanciais após algumas horas ou após um dia ou dois. Essa demora ou tempo de retardo no alívio ou cura é especialmente comum em casos mais severos. O grau do retardo dependerá da existência ou não de dano orgânico, do grau desse dano, da idade e condição do corpo do paciente.

QUANTO TEMPO SE LEVA PARA A CURA COMPLETA DO PACIENTE?

Isso depende de vários fatores: da frequência do tratamento, da idade e condição física do paciente, de seu grau de receptividade, da presença de interferência ou fatores causais, que promovam a demora ou impeçam a manifestação da cura, do grau do dano orgânico, da natureza do problema, da habilidade do praticante da cura, do grau de cooperação do paciente e, em alguns casos, do uso de outras formas de cura ou tratamento para completar a cura prânica. Como foi dito anteriormente, a abordagem na cura deve ser integrada ou holística.

A taxa de alívio de problemas simples e sérios pode variar entre alguns minutos a alguns dias. Em geral, o tempo necessário à cura comple-

ta de um problema simples varia entre alguns minutos e alguns dias; em casos crônicos ou mais severos, de alguns dias a alguns meses. Em alguns casos, a cura é até imediata ou "milagrosa". Mas nem todos os problemas e nem todos os pacientes podem ser curados.

RETORNO IMEDIATO DA DOR OU DOS SINTOMAS

Vários fatores podem contribuir para o retorno imediato dos sintomas, após o tratamento prânico.

1. A varredura localizada e a energização aplicadas não foram praticadas em grau suficiente. Se a parte a ser tratada não foi limpa, o prana fresco tem dificuldade para penetrar completamente na mesma. É como tentar colocar água limpa numa esponja cheia de água suja. Isso pode ser feito, mas é preciso empregar grande quantidade de prana e projetá-lo com muita força. Porém há o risco da ocorrência de reação radical, que pode causar ainda mais desconforto temporário ao paciente. Seria muito mais fácil se a água suja fosse removida da esponja, antes de derramar a água limpa.

2. Não se aplicou varredura geral num paciente com buracos na aura exterior. Portanto o prana continua a vazar, causando novamente depleção prânica na parte tratada.

3. O prana projetado não foi estabilizado, o que leva simplesmente a escapar ou vazar para fora do corpo.

4. Não se fez uso da unidade de destruição de resíduo bioplasmático e, por isso, a matéria bioplasmática doente continua ligada ao corpo bioplasmático do paciente. Se este não foi suficientemente energizado, isso pode fazer com que essa substância doente seja reabsorvida. E se o paciente tenta recordar ou mantém a recordação de como era a doença, muito provavelmente a matéria bioplasmática doente é atraída de volta para o seu corpo bioplasmático.

5. O paciente está sofrendo de um tipo grave de doença, que consome prana numa taxa muito rápida e o prana projetado não é suficiente. Portanto o paciente deve ser tratado mais freqüentemente.

RAZÕES PELAS QUAIS ALGUNS PACIENTES NÃO SÃO CURADOS

1. Todos os fatores mencionados acima (que podem contribuir para o

retorno imediato da dor ou dos sintomas após o tratamento prânico) também podem contribuir para que os pacientes não se curem.

2. O paciente pode não ter recebido o tratamento prânico correto, devido a uma exploração inadequada. Por exemplo: a dificuldade para movimentar o braço pode ser causada por congestão prânica nos chakras do coração e do plexo solar ou por congestão prânica no chakra *meng mein*. Assim, tratar apenas do braço trará alívio temporário, mas não cura permanente.

3. Energização insuficiente e frequência insuficiente de tratamento prânico. É o mesmo que dar uma dosagem insuficiente de remédio em intervalos insuficientes.

4. Alguns problemas exigem outras formas de tratamento. Por exemplo: problemas devidos à má nutrição e a uma alimentação inadequada.

5. O paciente simplesmente está muito velho ou muito fraco, ou muito doente para ser curado. Devido a certos fatores inexplicáveis, alguns pacientes idosos simplesmente não conseguem reter uma grande porção do prana projetado. Isso não significa, porém, que todos os pacientes muito velhos ou muito doentes devam ser ignorados. Pelo contrário, a eles se deve dar o tratamento e o cuidado necessários e apropriados.

6. A doença é de origem kármica e o tempo apropriado para a cura completa ainda não chegou. Ou o paciente ainda não aprendeu a lição que se esperava que aprendesse. (Livros escritos sobre Edgar Cayce e seus trabalhos fornecem grande quantidade de informação sobre o karma e sua relação com as doenças.)

PROBLEMAS PESSOAIS DE SAÚDE QUE UM PRATICANTE PODE ENCONTRAR

1. Alguns praticantes podem sentir dor nas juntas dos dedos, nas mãos ou nos braços. Isso se deve à absorção de matéria bioplasmática doente ou de matéria etérica doente dos pacientes. Tal absorção pode ser evitada lavando-se imediatamente as mãos e os braços após varreduras geral e localizada e também após a energização. Com o passar do tempo, o fato de não lavar imediatamente as mãos nem os braços resultará na absorção parcial regular de matéria bioplasmática doente, que pode resultar em artrite nos dedos. O praticante pode usar água e sal para lavar as mãos e os braços.

2. Alguns praticantes da cura podem experimentar os sintomas ou problemas de seus pacientes. Isso se deve à total absorção da matéria bioplasmática doente pelo organismo do praticante. Tal absorção pode ser

causada por dois fatores: primeiro, pelo fato de não lavar as mãos e os braços após o tratamento; segundo, por não usar a unidade de destruição de resíduo bioplasmático ao tratar os pacientes. Um pouco da matéria doente pode ter sido absorvida da área circunvizinha pelas pernas. *É aconselhável tomar um banho de chuveiro após tratar de muitos pacientes em uma única sessão, para limpar o corpo inteiro. O praticante deve lavar seu corpo todo com sal ou água salgada. Esse processo tem o efeito de limpar o corpo, fazendo com que o praticante o sinta mais leve.*

3. Alguns praticantes podem pegar doenças infecciosas. Isso pode ser evitado não aplicando tratamentos quando se está muito triste e também após uma explosão emocional ou uma intensa raiva ou irritação. Esses tipos de emoções negativas causam depleção prânica temporária, fazendo com que os raios da saúde se enrolem e também surjam perfurações na aura exterior. Tudo isso torna o praticante muito suscetível às doenças infecciosas. Também é aconselhável lavar as mãos e os braços com sabão germicida, que não apenas protege o praticante como também o próximo paciente.

4. O praticante pode ficar muito cansado ou esgotado após tratar de um ou de vários pacientes. Isso pode ser causado por vários fatores:

a. O praticante energiza intensamente e a uma taxa muito rápida. A quantidade de prana projetado é muito maior do que a absorvida ou a taxa de prana projetado é muito mais rápida do que a do prana absorvido. Isso resulta em depleção prânica geral, que pode ser evitada pela paciência e não pela pressa. *Cure seus pacientes lenta e gradualmente.*

Alguns praticantes possuem um nível muito elevado de energia. Sua aura interior tem cerca de 60 cm ou mais de espessura e é muito densa. Podem absorver quantidades tremendas de prana a uma taxa muito rápida. Mas estes são casos excepcionais. Alguns praticantes nascem com esse nível elevado de energia, enquanto outros o alcançam apenas com um treinamento esotérico disciplinado. Um certo tipo de estilo de vida também pode resultar, ao longo do tempo, num nível de energia bastante elevado. Ser vegetariano a maior parte do tempo, ter uma vida sexual moderada, uma vida emocional bem regulada, possuir mente clara e prudente, mas decisiva e fazer bastante exercício físico regularmente (especialmente *tai chi* e *yoga*), tudo isso, ao longo do tempo, resultará em boa saúde e num nível energético bastante elevado.

Através da clarividência, observou-se que os vegetarianos geralmente apresentam um corpo bioplasmático mais refinado e uma aura interna mais brilhante e mais densa. Embora seja vantajoso tornar-se vegetariano, isso não é uma necessidade.

b. Após tratar os pacientes, alguns praticantes podem continuar a "energizar" seus pacientes subconscientemente. Isso pode ser evitado visualizando os laços que o ligam a seu paciente sendo cortados após o tratamento.

c. O praticante fica muito perto de seus pacientes e eles tendem a absorver subconscientemente o ser prana, fazendo com que ele se esgote. Isso pode ser remediado, mantendo-se uma certa distância dos pacientes que estão à espera.

É aconselhável que o praticante tire férias a intervalos regulares, para recarregar o corpo.

TAXA DE VIBRAÇÃO DO CORPO BIOPLASMÁTICO

A taxa de vibração do corpo bioplasmático varia de pessoa para pessoa. Pode ser mais elevada ou mais baixa. Se o corpo bioplasmático do praticante da cura tiver uma taxa de vibração mais elevada do que a do paciente, este sentir-se-á leve e poderá experimentar uma agradável sensação difícil de ser descrita. Se o corpo bioplasmático do praticante tiver uma taxa de vibração muito mais baixa do que a do paciente, este terá uma sensação de peso e desconforto e, algumas vezes, dor. Em geral, o corpo bioplasmático do praticante é mais refinado do que o do paciente.

Pessoas que fumam em demasia possuem corpo bioplasmático mais grosseiro. O corpo bioplasmático dessas pessoas está cheio de manchas sujas de cor marrom. Esse material amarronzado entope parcialmente os nâdis ou meridianos, afetando, portanto, a saúde do fumante de maneira negativa. As manchas marrons localizam-se não apenas nos pulmões, mas em outras partes do corpo bioplasmático, causando problemas pulmonares e também outros tipos de problemas. Quando um praticante da cura, com corpo bioplasmático mais refinado, é contaminado por um fumante inveterado, pode sentir-se pegajoso, pesado, e pode também sentir dor na área que está sendo tocada. *É muito importante que o praticante da cura não fume ou pare de fumar, porque, em vez do paciente melhorar, pode ficar pior, especialmente se a parte que está sendo tratada for muito delicada.* Para perceber totalmente o que estou dizendo, peça a um fumante para energizar o seu braço e veja o que acontece.

Não estou fazendo aqui nenhum julgamento moral dos fumantes. Estou apenas indicando que o fumo tem efeitos negativos sobre o corpo e que o praticante da cura prânica não deve fumar, devido aos possíveis efeitos prejudiciais ao paciente. Sei de alguns praticantes que fumam pouco e não relataram qualquer experiência negativa com seus pacientes. Mas

é melhor evitar riscos desnecessários. A matéria suja amarronzada pode ser transferida para outra pessoa. Apenas imagine o que aconteceria ao paciente se um pouco dessa matéria suja fosse acidentalmente transferida para os olhos ou para o coração dele.

Algumas vezes o paciente pode sentir uma leve dor e peso na parte que está sendo energizada, se o praticante estiver cansado e teve um dia emocionalmente cansativo. O praticante deve descansar e voltar à cura no dia seguinte ou só quando se sentir melhor.

Em raras ocasiões o paciente pode ter um corpo bioplasmático mais refinado do que o praticante da cura. Tal paciente, se tratado por um praticante cujo corpo bioplasmático é mais grosseiro, poderá sentir apenas mais desconforto. Nesse caso, o paciente deve ser tratado por um praticante cujo corpo bioplasmático seja tão refinado ou mais refinado do que o dele.

À medida que o praticante vai efetuando mais cura prânica, seu corpo bioplasmático vai se tomando gradualmente mais limpo e refinado. Sua aura interior torna-se mais brilhante e mais densa. Ele se torna um praticante mais poderoso da cura prânica.

Depoimentos

DATA: 23 de dezembro de 1986
NOME: Sra. Pia A. Victoria
IDADE: 59 anos
OCUPAÇÃO: Dona-de-casa
ENDEREÇO: 26 Branches Street
GSIS Village, Proj. 8
Quezon City, Metro Manila
CASO: *Glaucoma e dores no peito*

P.: Qual era a sua condição de saúde?

Pia: Tinha glaucoma e dores frequentes no peito, que me preocupavam muito

P.: Você consultou um médico ou um especialista, antes de procurar um praticante da cura prânica?

Pia: Sim, e o doutor diagnosticou meu problema da vista como glaucoma. Em relação às dores no peito, o último exame médico geral que fiz foi em 1985 e não houve qualquer indicação de que eu tivesse um problema cardíaco ou algum em desenvolvimento. Porém, durante o referido *check-up*, não fiz nenhum eletrocardiograma.

No início, era cética em relação à cura prânica, assim, como uma experiente, tratei primeiro dos meus olhos.

P.: O que sentiu quando a cura prânica foi aplicada em seus olhos?

Pia: Senti algum alívio ou um efeito calmante. Depois, mais tarde, pude ver um "pequeno brilho". Algumas vezes os efeitos não eram imediatos, uma vez que sentia o alívio trinta minutos ou uma hora depois.

P.: Qua a frequência do tratamento prânico?

Pia.: Isso dependia de eu estar ou não ocupada. A aplicação foi muito irregular. No início, ia uma vez por semana. Depois, uma vez a cada três semanas.

P.: Houve melhora após o tratamento prânico?

Pia: Meu olho direito agora está bom, mas "parece" não haver melhora em meu olho esquerdo. Todas as vezes que fico tensa e excitada, meu olho esquerdo piora.

Minhas dores no peito também foram curadas após o tratamento prânico, porque não as senti mais ou, se retomaram, isso se deu muito, mas muito raramente. Antigamente, eu costumava tê-las muito freqüentemente e, desde então, não houve qualquer mudança em meu estilo de vida: não tomei mais remédios ou fiz qualquer tratamento, a não ser os vários tratamentos prânicos. Então, tenho certeza de que isso só pode ser resultado de tais tratamentos.

Certifico que os fatos mencionados nesta entrevista são verdadeiros e corretos.

(assinado) PIA A. VICTORIA

DATA: 26 de dezembro de 1986
NOME: Allan C. Cañete
IDADE: 24 anos
OCUPAÇÃO: Estudante
ENDEREÇO: 3-1 Stanford Street
Cubao, Quezon City, Metro Manila
CASO: *Ferida de um dia*

P.: Descreva a condição de sua ferida antes do "tratamento prânico".

Allan: A profundidade da ferida na sola de meu pé esquerdo era de cerca de 0,7 cm. Havia um pequeno sangramento, mas ela era muito dolorosa, porque havia um pedacinho de concha do mar dentro da ferida e eu tinha tentado, por todos os meios ao meu alcance, removê-lo, mas não consegui. Não tomei nenhum remédio antes, durante ou após a aplicação do tratamento prânico. (Eu pisei numa concha pontiaguda em uma das praias de Agoon, La Union.)

P.: Há quanto tempo estava com a ferida quando recebeu o tratamento prânico? Ela estava infeccionada?

Allan: A ferida tinha um dia e eu não podia mais pisar com meu pé esquerdo. Não havia ainda infecção, mas os sintomas mostravam que estava caminhando para ela.

P.: Quem administrou a cura prânica em sua ferida? O que ocorreu durante e após os tratamentos?

Allan: Recebi dois tratamentos prânicos sucessivos. O primeiro foi aplicado por Sandra Torrijos (aluna de Choa Kok Sui). Realmente, o processo foi apenas um experimento de cura rápida sugerido a Sandra pelo autor. Sandra levou aproximadamente duas horas para aliviar-me da dor, fechar e parcialmente curar a ferida. Mas, uma vez que o pedacinho de concha ainda se encontrava dentro dela, eu ainda tinha um pouco de dificuldade para andar.

O segundo tratamento foi aplicado por Choa Kok Sui e *levou apenas uma hora e meia para rápida e competamente curar minha ferida, bem ali diante de meus olhos!* Durante o processo (primeiro e segundo tratamentos), senti uma sensação de cócega, de formigamento, mesmo não havendo qualquer contato na pele, porque a distância entre a mão do praticante e minha ferida era de cerca de um centímetro. Após o segundo tratamento, senti uma dor muito pequena e meu pé esquerdo pôde novamente ser usado para caminhar, muito embora o pedacinho de concha ainda estivesse dentro da ferida curada. Após dois dias, removi a partícula com as unhas.

P.: O que pode dizer a respeito do tratamento prânico aplicado em sua ferida:

Allan: A técnica é muito estranha, mas o resultado é surpreendente e bastante eficaz. Com um método comum de tratamento levaria vários dias para curar a

ferida, mas, com a cura prânica, levou apenas tres horas e meia para que a ferida fosse curada, bem ali diante de meus olhos

Certifico que os fatos mencionados nesta entrevista são verdadeiros e corretos

(assinado) ALLAN C. CAÑETE

DATA: 26 de dezembro de 1986
NOME: Romualdo Cañete
IDADE: 49 anos
OCUPAÇÃO: Músico
ENDEREÇO: 3-1 Stanford Street
Cubao, Quezon City, Metro Manila
CASO: *Sofrimento cardíaco*

P.: Qual era a sua condição de saúde anteriormente, e quando começou?

Romualdo: Tinha uma dor forte na área direita do peito e eu sentia como se metade de meu corpo estivesse ficando paralisada. Minha pressão sanguínea era mais elevada do que o normal, o batimento cardíaco mais rápido que o normal e eu transpirava anormalmente. A área ao redor dos quadris doía também. Eu estava, então, muito doente. Isso ocorreu em setembro de 1985.

P.: Você consultou um médico ou especialista a respeito de sua doença, antes de procurar um praticante da cura prânica? Se o fez, por que, então procurou o praticante?

Romualdo: Sim. Primeiro consultei um cardiologista. Depois, procurei o tratamento prânico por causa de meu filho, Allan, que me recomendou o praticante da cura prânica. Além disso, eu queria me recuperar imediatamente de minha doença. Uma vez que eu também queria comparar os dois métodos, ia ao cardiologista e ao praticante da cura prânica alternadamente. Mas não informei ao cardiologista que estava fazendo isso.

P.: Qual foi o diagnóstico do cardiologista e o do praticante da cura prânica? Você poderia fazer algum comentário a respeito dos dois métodos de tratamentos recebidos?

Romualdo: O cardiologista e o praticante fizeram quase o mesmo diagnóstico. O primeiro me disse que eu tinha sofrimento cardíaco e o segundo, que eu tinha alguma coisa errada no coração, devido a alguns depósitos de colesterol. Porém, o cardiologista não descobriu a dor ao redor dos quadris, que vinha me preocupando há tanto tempo, mas o praticante da cura sim.

Após um eletrocardiograma, o cardiologista prescreveu uma série de remédios e avisou-me para tomá-los religiosamente, de modo a impedir um futuro ataque cardíaco. Ele também me disse para seguir uma dieta rigorosa.

Durante minha última visita ao cardiologista, ele notou minha rápida recuperação, quando comparada com a de outros pacientes. Geralmente aqueles que têm a mesma doença ficam hospitalizados e não se recuperam nesse período de tempo. Eu também fiquei surpreso com o resultado dos raios-X, realizados na empresa em que trabalho, uma vez que estava certo de que haveria uma indicação de "dano cardíaco", mas a chapa apenas revelou uma "sombra" e que *eu estava apto a trabalhar*. O referido raio-X foi feito por volta da primeira semana de dezembro de

1986 e foi o primeiro que fiz desde que me recuperei de minha doença. Lembrou-me de que o praticante da cura prânica me disse, em minha última visita; "Você já está curado!".

P.: Quantas sessões de cura foram aplicadas pelo praticante da cura prânica?

Romualdo: Não consigo me lembrar do número de tratamentos administrados, mas estou certo de que as sessões de tratamento tomaram menos de um mês. Talvez tenham sido quatro ou cinco.

P.: Quem o tratou? O que sentiu durante e após os tratamentos?

Romualdo: Foi Mike Nator (praticante, amigo de Choa Kok Sui), que me aplicou o primeiro tratamento, sendo que os seguintes foram aplicados por Choa Kok Sui. Após os primeiros dois tratamentos, senti o alívio de todos os desconfortos físicos que tinha antes, porque a sensação de entorpecimento sumiu e a dor diminuiu. Não senti nada durante os tratamentos seguintes.

Atualmente tenho feito coisas que não poderia fazer antes, como subir ladeiras, correr sem ofegar e carregar ou empurrar coisas pesadas. A dor ao redor dos quadris desapareceu, mas volta apenas quando como comidas salgadas e gordurosas.

Após minha rápida recuperação, não retornei ao cardiologista nem ao praticante da cura prânica. Ainda estou tomando os remédios, mas com muita irregularidade.

P.: O que você acha do papel desempenhado pela cura prânica em seu rápido restabelecimento?

Romualdo: Acho que a cura prânica desempenhou um grande papel em minha rápida recuperação. Basta ver o comentário do cardiologista a respeito de meu rápido restabelecimento. Em geral, os pacientes com sofrimento cardíaco devem ser hospitalizados. E levam um tempo considerável para se recuperar desse mal. Em meu caso, não fui hospitalizado e levei menos de um mês para me recuperar, além do fato de que não houve indicação de dano cardíaco ou sofrimento no relatório do raio-X.

Certifico que os fatos aqui mencionados são corretos e verdadeiros.

(assinado) ROMUADO CAÑETE

DATA: 3 de janeiro de 1987
NOME: Raphael N. Aceñas
IDADE: 19 anos
OCUPAÇÃO: Estudante/Técnico de Eletrônica
ENDEREÇO: 27-E Harvard Street
Cubao, Quezon City, Metro Manila
CASO: *Estudante da cura prânica*

P.: Quem o ensinou a curar empregando a cura prânica?

Raphael: Eu já praticava a cura, antes de encontrar Choa Kok Sui porque descobri que tinha um talento natural para a cura. Contudo, quando testemunhei uma das sessões de cura de Choa Kok Sui, interessei-me por suas técnicas, pois as achei bastante sistemáticas. Ele pratica a cura com muito profissionalismo e de maneira muito fácil. Pensei então: se ele pode fazê-lo, eu também posso. Foram necessárias três aulas de cura para aprender o básico, mas tenho de praticar mais para tornar-me experiente.

P.: Quem o apresentou a Choa Kok Sui?

Raphael: Meu tio Mike.

P.: De que casos já tratou?

Raphael: Casos menores como dores de cabeça, dores musculares e dor de dente. Curei completamente a dor de cabeça de duas mulheres. Curei um adolescente que estava com dor de dente devida às gengivas infeccionadas e, imediatamente após o tratamento, seu alívio foi substancial. A dor desapareceu completamente após cerca de três horas. Tratei de três casos de dores musculares. O primeiro foi o de um adolescente, cuja dor desapareceu completamente após cinco horas. Nos outros dois casos, fui informado de que a dor desapareceu temporariamente, mas não sei qual foi o tempo de recuperação completa.

P.: O que pode dizer a respeito desta técnica de cura?

Raphael: Você obtém resultados mais rápidos e é muito conveniente, quando comparada ao método comum de cura.

P.: Quais são seus planos futuros em relação a seu avanço neste campo?

Raphael: Estudar e ser treinado em técnicas mais avançadas, para tornar-me um praticante experiente.

Certifico que os fatos mencionados nesta entrevista são verdadeiros e corretos.

(assinado) RAPHAEL N. ACEÑAS

DATA: 3 de janeiro de 1987
NOME: Francisco M. Bansuelo Jr.
IDADE: 33 anos
OCUPAÇÃO: Motorista-mecânico
ENDEREÇO: 1554 Instruccion Street
Sampaloc, Metro Manila
CASO: *Estudante de cura prânica*

P.: Quem lhe ensinou a cura prânica?

Francisco: Choa Kok Sui.

P.: Quem o apresentou a ele?

Francisco: Uma senhora amiga, Juanita.

P.: De que casos já tratou?

Francisco: Apenas de casos menores, como dor de cabeça, dor de dente, dor causada por gases e dor muscular. Curei completamente a dor de cabeça de dois adultos. Aliviei temporariamente, através da cura prânica, a dor de dente de minha filha de quatro anos. Tratei de três casos de dor muscular de pessoas adultas e elas alcançaram alívio.

P.: O que tem a dizer a respeito deste método de cura?

Francisco: Este método de cura é muito mais conveniente e mais barato do que os métodos convencionais de tratamento de problemas menores. Todo mundo deveria conhecê-lo.

P.: Quais são seus planos futuros de avanço neste campo?

Francisco: Quero estudar e treinar mais, para me tornar perito neste campo. Se me for dada a oportunidade de me tornar um praticante experiente, eu a compartilharei com os necessitados e pobres.

Certifico que os fatos aqui mencionados são corretos e verdadeiros.

(assinado) FRANCISCO M. BANSUELO JR.

DATA: 28 de janeiro de 1987
NOME: Sra. Luz Jubay
IDADE: 24 anos
OCUPAÇÃO: Dona-de-casa
ENDEREÇO: 200 Kaliraya Street
Quezon City, Metro Manila
CASO: *Prevenção de um possível aborto*

P.: Qual era o seu problema antes de procurar um praticante da cura prânica?

Luz: Estava grávida de dois meses (meu primeiro filho) e a região do meu abdomen doía agudamente. Também estava com sangramento.

P.: Você consultou um médico antes de procurar o tratamento prânico?

Luz: Sim, e o médico informou-se de um possível aborto. Prescreveu um medicamento para preveni-lo, mas não estava certo de sua eficácia. Fui também aconselhada a ficar em completo repouso e evitar fazer muito exercício físico. Tomei várias doses do medicamento prescrito, mas a dor no abdomen persistia, embora o sangramento cessasse.

P.: Você procurou o praticante da cura prânica imediatamente após o tratamento médico? O que ocorreu durante e após o tratamento prânico?

Luz: Fui ver o praticante da cura prânica um dia depois de ter feito o tratamento médico. Não senti nada durante o tratamento, mas a dor no abdomen desapareceu e não voltou mais. Agora já estou no sétimo mês de gravidez. Tenho ocasionalmente apenas uma dor muito suave, se faço longas caminhadas e também quando carrego ou empurro coisas pesadas. Isso provavelmente é algo normal em mulheres grávidas.

P.: Quantas vezes o tratamento prânico foi aplicado e qual a duração de cada sessão?

Luz: Apenas uma vez e o praticante aplicou o tratamento por apenas cinco minutos.

P.: Quem tratou de você?

Luz: Choa Kok Sui.

P.: De seu ponto de vista, qual o papel desempenhado pela cura prânica na prevenção do aborto?

Luz: Acho que ajudou e contribuiu de algum modo na prevenção de um possível aborto. Não posso determinar completamente seu grau de efetividade, uma vez que fiz três tratamentos: tomei a medicação, fiquei em completo repouso e fiz o tratamento prânico.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(assinado) LUZ R. JUBAY

DATA: 10 de janeiro de 1987
NOME: Teofilo P. Velasco
IDADE: 68 anos
OCUPAÇÃO: Advogado Aposentado do Serviço Público
ENDEREÇO: 118 Paco Street
Proj. 2, Quezon City, Metro Manila
CASO: *Problema cardíaco e endurecimento muscular*

P.: Qual era sua condição de saúde anteriormente?

Teofilo: Antes, minhas mãos tremiam visivelmente; minhas costas, joelhos e pernas doíam; minhas pernas eram fracas e os músculos estavam endurecidos. Tinha dores freqüentes e contínuas no peito. Todo o processo começou dez anos antes e eu tomava a medicação prescrita por um médico.

Como minhas mãos tremiam, alguém sempre tinha de me ajudar a comer, porque eu não conseguia levar o alimento ou a bebida à boca sem derrubá-los. Não podia andar depressa e não conseguia andar imediatamente após levantar da cama.

P.: Qual é sua atual condição de saúde?

Teofilo: Melhorei muito após Choa Kok Sui ter me tratado e feito orações várias vezes. Agora posso comer sozinho, sem qualquer ajuda, porque minhas mãos não tremem mais. Os músculos de minhas pernas estão bem, porque posso andar mais depressa agora. Talvez seja efeito do óleo energizado que Choa Kok Sui me deu, porque, desde que comecei a usá-lo, no dia 1º de janeiro de 1987, senti que os músculos de minhas pernas e pés estavam mais moles e relaxados. A dor nas costas desapareceu, mas às vezes volta, quando faço muito esforço. Também estou ficando bom das freqüentes e contínuas dores no peito, porque só as tenho quando fico muito cansado, excitado ou descontrolado emocionalmente.

P.: Você ainda está tomando remédios?

Teofilo: Sim, mas muito irregularmente. Porém há um medicamento, que foi prescrito pelo médico, segundo o qual tenho de tomar todos os dias até morrer. Mas sinto e acredito que isso não é necessário e por isso não estou mais tomando o referido remédio.

P.: O que sentiu, quando estava sendo curado?

Teofilo: Sentia meu corpo se tornar mais leve e meus músculos sendo ativados. Também sentia que alguma coisa estava sendo retirada de meu corpo através de uma força misteriosa. Isso me faz sentir melhor.

P.: Quantas sessões de cura prânica lhe foram administradas?

Teofilo: Eu realmente não me lembro. Houve sessões irregulares, porque só recebia os tratamentos quando visitava Choa Kok Sui. Eu fazia isso geralmente duas vezes por semana.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(Assinado) TEOFILO P. VELASCO

DATA: 15 de janeiro de 1987
NOME: Sra. Merlita de los Santos
OCUPAÇÃO: Cabeleireira
ENDEREÇO: 207 Interior, Reparo Street
Baesa, Quezon City, Metro Manila
CASO: *Problema urinário de seu filho*

P.: Qual era a doença de seu filho?

Merly: Ele tinha um problema renal e os sintomas durante o primeiro ataque foram sérios. Tinha pressão alta, febre alta, edema generalizado, dificuldade para respirar e para eliminar a urina e dor na região da bexiga e dos ureteres. Sua urina tinha cor avermelhada. Ficava cansado muito facilmente. (Alvin tinha cinco anos e estava na pré-escola. Seus estudos foram interrompidos devido ao problema.)

Teve outro ataque aos seis anos. Houve um intervalo de aproximadamente seis meses entre os dois ataques. Seus estudos foram novamente interrompidos. Os sintomas do segundo ataque não foram tão graves quanto os do primeiro. Tinha dor na região da bexiga e dos ureteres e tinha dificuldade para urinar. A cor de sua urina era de um amarelo profundo.

P.: *Você o levou a um médico especialista? O que aconteceu?*

Merly: Eu o levei a um urologista (especialista em rins). A medicação prescrita no primeiro e no segundo ataques foi a mesma e o aliviu enormemente de muitos desconfortos, menos da dor ao redor da bexiga e dos ureteres. O médico o aconselhou a fazer pouco exercício físico — que significava não brincar, o que é um tormento para uma criança como meu filho.

P.: *Houve depois um outro ataque?*

Merly: Sim. No terceiro ataque, ele sentiu uma dor perfurante na área ao redor da bexiga e dos ureteres. Tinha dificuldade para urinar e sua urina apresentava uma dor amarelo-alaranjado. Não o deixei mais tomar qualquer pílula ou remédio. Em vez de levá-lo ao médico, levei-o a um praticante da cura prânica. Ele aconselhou-me a não acrescentar sal aos alimentos de Alvin. (Meu filho estava com sete anos e no primeiro ano da escola.)

P.: *Quantas vezes ele recebeu tratamento prânico?*

Merly: Três vezes, num espaço de duas semanas.

P.: *Após estes tratamentos prânicos, qual é o estado de saúde de seu filho?*

Merly: Houve uma mudança imediata e uma melhora também imediata em sua saúde, porque desde então não teve mais nenhum ataque. Agora ele brinca como qualquer outra criança. A dificuldade em urinar e a dor perfurante que sentia desapareceram completamente. Seus estudos não foram mais interrompidos.

Certifico que os fatos mencionados nesta entrevista são corretos e verdadeiros.

(Assinado) MERLITA DE LOS SANTOS

DATA: 15 de janeiro de 1987
NOME: Vicky Suarez
IDADE: 24 anos
OCUPAÇÃO: Professora de Inglês/Estudante de Direito
ENDEREÇO: 12 Malakas Street
Quezon City, Metro Manila
CASO: *Pneumonia/ Estudante da cura prânica*

P.: Qual era o seu problema e quando aconteceu?

Vicky: Pneumonia e foi no ano passado.

P.: Segundo você, qual teria sido o papel desempenhado pela cura prânica em seu rápido restabelecimento?

Vicky: Embora tomando a medicação prescrita pelo médico, ainda se sentia muito fraca. Meu nível de energia era muito baixo. Uma pessoa com pneumonia geralmente leva uma ou duas semanas para se recuperar completamente, e isso se ela tomar a medicação adequada e ficar em absoluto repouso. Mas, com o estilo de vida que tinha e ainda tenho, o repouso absoluto é uma tortura. Eu fumava, bebia e tomava muito café. Trabalhava e estudava ao mesmo tempo. Todas essas atividades dissiparam minhas energias e teriam feito minha saúde piorar, se eu não tivesse feito os tratamentos prânicos. Após três sessões de cura prânica, num espaço de uma semana, minha tosse desapareceu, a dor de garganta diminuiu e não tive mais rouquidão. A cura prânica livrou-me de ficar em casa e de cama, o que é uma tortura para mim.

P.: Quem tratou de você?

Vicky: Choa Kok Sui e Mike. Eles me trataram alternadamente e às vezes simultaneamente.

P.: O que você sentiu durante e após o tratamento prânico?

Vicky: Sentia a energia indo e vindo pelo meu corpo, durante o tratamento. Após o mesmo, sentia-me relaxada e sonolenta. Foi muito bom, porque estava sofrendo de insônia.

P.: Você curou alguém usando a técnica de cura prânica?

Vicky: Algumas vezes, quando eu sabia que um amigo estava com o nível de vitalidade baixo, eu lhe transferia energia. Porém não faço isso freqüentemente, ou seja, curar amigos, porque não quero ser motivo de fofocas em minha faculdade. Quase todas as pessoas lá comentam quando algo lhes parece estranho.

P.: Você tem interesse de, no futuro, aumentar seu conhecimento sobre a cura prânica?

Vicky: Não estou muito certa, porque o que é importante para mim agora é

terminar o curso de Direito. Em termos de auxiliar os outros, minha cura situa-se mais para o lado psicológico do que para o físico.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(Assinado) VICKY SUAREZ

DATA: 23 de fevereiro de 1987
NOME: Michael C. Chua
IDADE: 26 anos
ENDEREÇO: 44 Cooper Street
San Francisco del Monte Quezon City, Metro Manila
CASO: Pancreatite

P.: Qual era a natureza de seu problema? Quais eram os sintomas?

Michael: Vomitava inúmeras vezes. Meu corpo ficava frio, tinha calafrios e ficava desanimado. Sentia uma dor intensa na área do plexo solar. As condições de meu corpo eram terríveis. O médico diagnosticou o caso como pancreatite aguda.

P.: Foi hospitalizado? Foi tratado por um especialista? Fez exames de sangue?

Michael: Fiquei hospitalizado e fui tratado por um especialista. Fiz vários exames de sangue e de ultra-som.

P.: O que aconteceu durante e após o tratamento prânico?

Michael: Fui tratado uma vez pela manhã, depois à tarde e à noite. Não senti nada durante o tratamento ministrado, mas após o último tratamento, vomitei e cerca de trinta minutos depois a dor desapareceu completamente. Meu corpo voltou ao normal.

P.: Houve recorrência?

Michael: Não, não houve.

P.: O que pensa do papel desempenhado pela cura prânica em sua recuperação?

Michael: Acho que a cura prânica contribuiu muito para minha rápida recuperação.

Certifico que os fatos mencionados nesta entrevista são verdadeiros e corretos.

(assinado) MICHAEL C. CHUA

DATA: 25 de maio de 1987
NOME: Roy B. Boquiron
IDADE: 24 anos
OCUPAÇÃO: Guarda-livros/Praticante de cura prânica
ENDEREÇO: 26 Narig Street
Proj. 7, Quezon City, Metro Manila

P.: Quanto tempo você levou para aprender a cura prânica básica?

Roy: Em menos de uma semana aprendi o básico sobre a cura prânica com Choa Kok Sui e Mike. Já tenho praticado a cura prânica há mais de seis meses.

P.: Você faz invocação antes e depois da cura?

Roy: Antes de começar a sessão de cura, geralmente peço ao paciente para fazer algumas orações. Também eu, humildemente, peço o auxílio e orientação divinos. Após a sessão de cura, eu geralmente peço ao paciente para agradecer a Deus.

P.: Fale de alguns casos interessantes de que tratou.

Roy: O primeiro caso foi o de Dante Malacad, um rapaz de desessete anos. Dante tinha ficado hospitalizado por algum tempo, devido a problemas cardíacos. Após deixar o hospital, seu pescoço ficou enrijecido por duas semanas e ele não o podia mover para nenhum lado e nem para cima, devido a uma dor cruciante. Após algumas limpezas gerais e localizadas e também energização da região do pescoço, a dor desapareceu e ele já podia movimentar o pescoço na direção que quisesse. Ainda o estou tratando do problema cardíaco.

O segundo caso foi o de Paulo Busante, um garoto de três anos, filho de meu antigo patrão, Sr. Serge Busante Jr.. Quando ele chegou em casa, Paulo estava com uma febre muito alta. Estava tão fraco que não queira deixar o colo da mãe. Após limpar e energizar seu chakra da coroa e os chakras das solas dos pés, sua febre acabou e ele já podia brincar. A cura foi instantânea pois, antes do tratamento, o pai, a mãe e eu tocamos sua testa e pescoço para determinar o quão alta era a febre. Após o tratamento, fizemos uma nova verificação e constatamos que a temperatura havia baixado e que ele estava suando.

O terceiro caso foi o do Sr. Cesario Esplana, meu tio. Ele teve uma intoxicação alimentar leve. Seu estômago estava muito dolorido e ele tinha febre alta. O que fiz foi limpá-lo completamente e energizar os chakras do plexo solar, do umbigo, da garganta, o dorsal do coração e os das solas dos pés. Após o tratamento a dor de estômago desapareceu e a temperatura voltou ao normal.

O quarto caso interessante foi o de Pepito Ferrer, um senhor asmático de sessenta anos. Tinha uma tosse muito ruim e sofria de asma há muito tempo. Quando me pediu para curá-lo, ele respirava com dificuldade. Sua respiração era irregular e estava com tosse. Após uma limpeza geral e outra localizada na garganta, no coração e plexo solar, energizei o chakra maior da garganta e o chakra

menor secundário da garganta e, depois, os chakras do plexo solar e dorsal do coração. O alívio foi óbvio, uma vez que voltou a respirar normalmente, sendo o efeito quase instantâneo. Posteriormente energizei os chakras das mãos e das solas dos pés, para fortalecer os efeitos do tratamento. Embora ainda o esteja tratando ocasionalmente, devido à sua tosse, os ataques asmáticos não retornaram até agora.

A Sra. Estela Fajardo é uma mulher de trinta e seis anos, que sofria de pressão alta. Naquela tarde, eu estava tratando de um outro paciente, quando ela chegou e me pediu para tratá-la primeiro devido a uma forte dor de cabeça, náuseas e dor no pescoço. Após realizar a exploração, verifiquei que seu chakra *meng mein* estava congestionado e superativado. Apliquei varredura geral várias vezes e, depois, a limpeza localizada no chakra *meng mein*. Inibi esse chakra ao projetar prana azul-esbranquiçado. Após quatro ciclos respiratórios, a náusea havia sumido e sua dor de cabeça diminuído um pouquinho. Reexplori o chakra *meng mein* e verifiquei que se tornara menor, reduzindo, portanto, sua pressão sanguínea. Após tratar de sua pressão alta, tratando do chakra *meng mein*, tratei de sua dor de cabeça aplicando a varredura localizada e energização com prana azul-esbranquiçado. Também tratei de sua dor no pescoço da mesma forma. Após sete ciclos respiratórios, a dor desapareceu e ela não tinha mais dor de cabeça, náusea e dor no pescoço. Como medida de precaução, o tratamento foi repetido uma hora depois.

Houve também o caso de um garoto de três anos que sofria de asma há dois anos. Quando veio fazer o tratamento, tossia muito e sua respiração era difícil. Apliquei várias vezes a limpeza geral e depois a localizada na garganta, no coração e no chakra dorsal do coração. Para fortalecer o corpo físico, energizei os chakras das solas dos pés, nos chakras das mãos e no do umbigo. Após energizar o chakra da garganta, o chakra secundário menor da garganta, o chakra dorsal do coração e o chakra do plexo solar, o ritmo respiratório da criança se normalizou e a tosse cessou.

P.: Quais os casos que você curou parcialmente?

Roy: Houve a cura parcial de uma criança que sofria de leucemia e, segundo a mãe, o médico disse que houve um decréscimo substancial das células doentes. Isso se verificou após duas sessões de cura prânica. Infelizmente a criança foi transferida para um outro hospital e não pude lhe aplicar mais tratamentos prânicos

P.: Que caso interessante você curou?

Roy: Tratei de uma colega de trabalho que tinha uma espécie de problema emocional causado por sua família e estava realmente emocionada e perturbada com isso, chorando e gaguejando. Alguns minutos depois, após o tratamento de seu chakra do plexo solar, ela se acalmou e voltou à sua compostura emocional normal. Sua voz estabilizou-se e voltou a ser harmoniosa. Seu rosto ficou mais brilhante. Também energizei algumas pessoas, especialmente meus colegas de escritório, que ficavam fisicamente esgotados após o dia de trabalho. Após um minuto ou dois de tratamento, seu nível de energia melhorava substancialmente.

P.: Você já recebeu tratamento prânico?

Roy: Sim, fui tratado por Choa Kok Sui de meu problema renal. Eu já sofria há algum tempo de uma dor na região lombar esquerda. A dor, às vezes, era tão intensa, que eu não podia nem mesmo sentar e não sabia o que fazer. Assim, pedia a meu mestre que me curasse e, então, o processo de cura foi instantâneo, no sentido de que, durante a sessão, a dor sumiu completamente e não retornou.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(assinado) ROY B. BOQUIRON

DATA: 25 de maio de 1987
NOME: Steve B. Boquiron
IDADE: 21 anos
OCUPAÇÃO: Praticante da cura prânica
ENDEREÇO: 26 Narig Street,
Proj. 7, Quezon City, Metro Manila

P.: Quanto tempo você levou para aprender a cura prânica?

Steve: Aprendi a técnica da cura prânica em apenas três a quatro sessões com Choa Kok Sui. Depois, comecei a praticar.

P.: Qual é a reação das pessoas?

Steve: Inicialmente ficam céticas, porque não utilizamos instrumentos ou aparelhos médicos e não tocamos nos pacientes. Após a cura de tantos pacientes, elas ficaram muito alegres e começaram a nos receber com agrado.

P.: Você aprendeu alguma técnica de cura além da cura prânica?

Steve: Sim, aprendi a *cura mântica*, que é muito diferente da cura prânica. Ambas são eficazes em termos de velocidade de cura, sendo a cura prânica muito mais rápida do que a mântica. Com a cura prânica, melhoras notáveis podem ser alcançadas em poucos minutos ou até segundos, enquanto que, na cura mântica, isso pode levar horas ou dias.

P.: Que casos interessantes você tratou com a cura prânica?

Steve: O primeiro caso foi o de Feliza Villanueva, de 64 anos. Seu olho direito estava totalmente cego havia quase um ano. Assim, limpei primeiro todo o seu corpo. Os chakras da coroa, *ajna*, da têmpora, do plexo solar e os olhos foram completamente limpos e energizados. Na segunda sessão, segundo ela própria, já podia enxergar seus dedos da mão a uma distância de sete a dez centímetros, com seu olho direito, que anteriormente estava completamente cego.

O segundo caso foi o de Bienvenido Pesa, de 44 anos. Era motorista e tinha uma intensa dor no olho. A dor estendia-se a quase metade da área da cabeça. Assim, limpei primeiro completamente o seu corpo e, depois, o chakra da coroa, o chakra da têmpora, o chakra *ajna* e o chakra do plexo solar, energizando-os. Mas, após dois a três minutos, segundo o paciente, ele viu uma luz muito brilhante e a dor intensa no olho direito desapareceu. Assim, ele ficou muito feliz.

O terceiro caso foi o de Carlos Villota, de 75 anos. Este homem sofria de dor no braço direito e não podia levantá-lo. Assim, limpei completamente todo o seu corpo e, depois, fiz uma varredura localizada na axila e, dois a três minutos depois, fiz a energização. Após o tratamento, ele já era capaz de levantar o braço sem sentir qualquer dor.

O quarto caso foi o de Shirley Baltazar, de 39 anos, que sofria de enxaqueca havia três semanas. Segundo ela, o médico lhe deu alguma medicação, mas a dor

ainda persistia. Assim, limpei completamente todo o seu corpo e limpei e energizei o chakra da coroa, o chakra do plexo solar, o chakra *ajna*, os chakras das têmporas e os olhos. Após três minutos, sua enxaqueca desapareceu e ela ficou enormemente agradecida e feliz.

Outro caso interessante foi o de um motorista. Segundo ele, havia dois anos que sofria de um problema muito doloroso. Sua axila doía e, por dois anos, ele não conseguia levantar o braço por causa da dor. Tratei-o por apenas dois ou três minutos, apenas para limpar completamente a região da axila, energizando-a apenas com prana azul claro. A dor reduziu-se e ele já conseguia levantar o braço.

Tratei também de uma garota de 11 anos. Ela me disse que levou uma pancada nas costas (na omoplata direita) de uma coleguinha de escola. Queixava-se de que a dor era muito forte. Limpei completamente a região afetada e energizei-a com prana azul claro por cerca de dois a três minutos ou por sete ciclos respiratórios. Segundo ela, a dor sumiu.

Um outro caso interessante foi o de meu tio de 63 anos. Antes de o levarmos ao hospital, ele se queixou de que estava prestes a ter um ataque, devido à pressão alta. Sentia que sua pressão estava se elevando anormalmente. Notamos que os vasos sanguíneos da região da cabeça estavam inchando. Verifiquei primeiro todos os chakras maiores e, após isso, limpei completamente todo o seu corpo. Depois, inibi o chakra *meng mein* usando prana azul claro. Esse tratamento foi feito pela manhã. À tarde, sua pressão sanguínea tornou a subir. Desta vez, meu irmão mais velho, Roy, foi quem o tratou. Ele também inibiu o chakra *meng mein*. Meu tio foi, então, levado ao hospital. *O médico ficou supreso pela leitura normal da pressão sanguínea de meu tio, pois ele estava se queixando de pressão alta.*

Outro caso interessante foi o de uma mulher de 24 anos, que tinha sangramento menstrual contínuo e sofria de dor abdominal havia 22 dias, devido a um aborto. Embora estivesse tomando alguma medicação, o sangramento e a dor ainda persistiam. Assim, ela procurou o tratamento prânico. Eu a tratei e, após duas sessões de cura, o sangramento cessou e a dor desapareceu.

Encontrei um paciente (que é reflexologista, hidroterapeuta e herbalista) que se queixava de dor nos olhos, na testa, nas têmporas e mãos. Após uma sessão de cura, a dor desapareceu.

P.: Você tratou de pacientes com febre?

Steve: Tratei de um garoto de cinco anos. Limpei, primeiro, todo o seu corpo completamente, várias vezes, e depois energizei intensamente o chakra do umbigo, os chakras das mãos e das solas dos pés. Isso serviu para fortalecer a resistência física do garotinho. Após tratá-lo por cerca de dez minutos, ele já suava profusamente. Então eu o toquei e senti que a temperatura de seu corpo tinha baixado. A maioria dos casos de febre que tratei tiveram resultados semelhantes!

P.: Baseado em sua experiência, qual a efetividade dessa técnica que você emprega para curar febre?

Steve: Acho que a cura prânica é bastante eficaz no tratamento da febre.

Quase todos os meus pacientes com febre foram curados ou tiveram a febre reduzida.

Certifico que os fatos mencionados nesta entrevista são verdadeiros e corretos.

(assinado) STEVE B. BOQUIRON

Autotratoamento Prânico

Após longas horas à escrivaninha, traduzindo textos chineses, algumas vezes me sentia muito cansado e perto da exaustão. Mas cinco minutos desses exercícios respiratórios iogues renovavam minhas forças e me tornavam capaz de continuar meu trabalho. Eles curaram meu reumatismo e me davam alívio instantâneo, quando ficava resfriado, e também quando, há muitos anos, contrái a pavorosa gripe asiática.

Lu K'uan Yu,
Os Segredos da Meditação Chinesa

No autotratoamento prânico, são empregados os mesmos dois princípios básicos: limpeza e energização. Há vários métodos para se autotratar. Você pode usar a abordagem manual, a técnica da respiração pelos poros, a técnica taoísta e a técnica da respiração chakral.

MÉTODO Nº 1 - *Abordagem manual*

1. Faça a respiração prânica
2. Com o uso de suas mãos, aplique varredura localizada e energização no chakra e na parte a ser tratada. Atire a matéria bioplasmática doente em uma unidade de destruição de resíduo bioplasmático. *É importante que a "vontade" seja intensamente aplicada.*
3. Todo o processo deve ser continuado até que a cura seja completa ou a condição tenha melhorado bastante.

MÉTODO Nº 2 - *Técnica da respiração pelos poros*

1. Faça a respiração prânica. Inale e visualize o prana ou luz branca entrando pelos poros da parte afetada.

2. Retenha a inalação por alguns segundos e visualize a matéria acinzentada doente tornando-se mais clara ou a parte afetada tornando-se mais brilhante.

3. Exale e visualize a matéria doente sendo expelida através dos poros e através dos raios da saúde. Visualize os raios da saúde sendo fortalecidos. O fortalecimento dos raios da saúde é muito importante, uma vez que é através deles que o prana "gasto" e a matéria bioplasmática doente são expelidos do corpo.

4. Mantenha os pulmões vazios por alguns segundos e visualize a região tratada tornando-se mais brilhante.

Na respiração pelos poros, você simplesmente inala prana fresco através dos poros e, através deles, exala a matéria ou substância bioplasmática doente. Esse tipo de respiração é praticado por alguns estudantes de *ki kung* ou de artes marciais esotéricas e por alguns estudantes da ciência hermética.

MÉTODO Nº 3 - *Técnica taoísta ou os seis sons curativos taoístas*

Esta técnica taoísta de cura é igual à técnica da respiração pelos poros, exceto pelo fato de que sons específicos para órgãos específicos são gritados para facilitar a expulsão da matéria bioplasmática doente. Os seis sons da cura são:

Baço	-	Ru como em RUA
Coração	-	Ro como em ROLO
Pulmões	-	Csu como em EXSUDAR
Estômago	-	Chi como em CHINA
Fígado	-	Chu como em CHUVA
Rins	-	Dj como em DJANGO

Ao me autotrotar não me atenho tanto ao som específico para um órgão específico. Esta técnica taoísta de autotratamento é semelhante à prática de artes marciais. A cada vez que o praticante dá um golpe e exala, ele grita. O que é importante é a intenção ou vontade de expelir a matéria bioplasmática, doente, que é facilitada pelo grito na exalação.

MÉTODO Nº 4 - Técnica de respiração pelo chakra

1. *Faça a respiração prânica.* Inale lentamente e concentre-se no chakra afetado. Visualize o chakra absorvendo ou inalando prana fresco. Retenha o ar por alguns segundos e visualize o prana sendo assimilado. Exale lentamente e visualize o chakra expelindo ou exalando a matéria suja acinzentada. Mantenha os pulmões vazios por alguns segundos e visualize o chakra tornando-se mais brilhante e mais saudável. Repita o processo quatro vezes.

2. *Faça a respiração prânica.* Inale lentamente e concentre-se no órgão afetado. Visualize o chakra e o órgão inalando ou absorvendo prana. Visualize o prana passando através do chakra e, depois, pelo órgão afetado. Retenha o ar por alguns segundos e visualize o chakra e o órgão tornando-se mais brilhantes. Exale lentamente e visualize a matéria acinzentada sendo expelida pelo órgão afetado através do chakra. Mantenha os pulmões vazios por alguns segundos e visualize o chakra, e o órgão em questão tornando-se mais brilhantes. Repita o processo até que haja alívio substancial. Esta técnica é chamada de respiração pelo chakra.

3. Em vez de exalar lentamente, a exalação pode ser feita com força e rapidamente com ou sem o grito. Deve-se exalar através da boca. Simultaneamente, visualize a matéria acinzentada doente sendo expelida do órgão afetado através do chakra.

4. Se você sentir peso ou congestão prânica no chakra e em seu órgão ou órgãos, após realizar a respiração pelo chakra, apenas inale sem desejar que o prana vá para o chakra e órgão(s) correspondente(s). Exale e visualize o prana saindo dos mesmos. Visualize o chakra tornando-se mais embarado. Continue a fazer isso até que a condição se normalize.

A técnica da respiração pelo chakra é muito potente e, em casos simples, o alívio é, em geral, imediato. *Empregar excessivamente a técnica da respiração pelo chakra pode resultar em congestão prânica do chakra e de seus órgãos correspondentes. O uso excessivo da técnica resultará em problemas físicos e psicológicos.* Os efeitos negativos em geral não são sentidos imediatamente, mas após algumas horas ou após um dia. É como se o indivíduo tomasse uma *overdose* de uma droga potente. A respiração pelo chakra deve ser usada com moderação.

Também é preciso tomar cuidado ao se aplicar a respiração pelo chakra sobre os chakras da cabeça, o chakra do coração e os chakras dos olhos, uma vez que seus órgãos correspondentes são bastante delicados e se tornam facilmente congestionados. De preferência, não realize a respiração pelo chakra nos chakras *meng mein*, da base e do baço, a menos

que seja supervisionada por um Mestre competente. *Fazer a respiração pelo chakra nesses três chakras pode resultar em congestão prânica severa no corpo inteiro, que pode se manifestar como fraqueza geral, pressão alta ou alergia.*

Mulheres grávidas não devem praticar a respiração pelo chakra no chakra do umbigo, no sexual, no do baço, no *meng mein* e no da base, porque poderia prejudicar o feto.

LIMPEZA GERAL E ENERGIZAÇÃO

Se seu corpo estiver bastante fraco (ou se houver infecção), então deve aplicar a si mesmo a limpeza geral e a energização. Isso é necessário não apenas para se auto-energizar, mas também para tapar os buracos da aura exterior e desemaranhar parcialmente os raios da saúde.

MÉTODO Nº 1 - *Respiração prânica*

Difunda ou espalhe sua consciência para todas as partes de seu corpo. Realize a respiração prânica por dez ciclos respiratórios. Inale lentamente. Deseje e sinta o prana indo a todas as partes de seu corpo. Exale lentamente e visualize a matéria doente acinzentada sendo expelida de todas as partes do corpo. Visualize os raios da saúde sendo fortalecidos. Após realizar os dez ciclos da respiração prânica, concentre-se no umbigo por aproximadamente dez minutos e simultaneamente realize a respiração prânica antes de terminar a sessão. Quando você se tornar proficiente, sentirá a energia prânica penetrando em todas as partes de seu corpo.

MÉTODO Nº 2 - *Abordagem pela visualização*

Faça a respiração prânica. Visualize a si mesmo ou a uma outra pessoa aplicando varredura geral, varredura localizada e energização com prana em seu corpo. Visualize e deseje que seu corpo se torne mais brilhante, que os raios da saúde se desemaranhem e que a aura exterior, se torne mais brilhante. Não se esqueça de destruir a matéria bioplasmática doente.

MÉTODO Nº 3 - *Meditação sobre a luz branca*

Este método de limpeza geral e energização é em geral chamado de meditação sobre a luz branca ou meditação sobre o "pilar central". A

técnica do pilar central tem sido empregada por várias escolas esotéricas orientais e ocidentais. Esta técnica está dividida em duas partes. A primeira trata da limpeza geral e da energização; a segunda, da circulação do prana.

1ª Parte: *limpeza geral e energização*

1. Faça a respiração prânica e simultaneamente visualize uma bola de intensa luz brilhante sobre a coroa da cabeça.

2. Visualize um raio de luz descendo da bola para a coroa e, depois, gradualmente, indo até os pés. Visualize a luz branca limpando e energizando todos os chakras maiores, todos os órgãos importantes, a coluna e os ossos do corpo.

3. Visualize a luz branca saindo pelos pés, trazendo para fora do corpo toda a matéria doente acinzentada. Repita o processo três vezes.

4. Visualize uma bola de luz brilhante abaixo dos pés. Absorva o prana da terra na forma de raio de luz, proveniente dessa brilhante bola de luz. Inale e absorva o prana através da sola dos pés e subindo para a cabeça. Exale e deixe que o prana se espalhe para fora, através do chakra da coroa. Repita esse procedimento três vezes.

2ª Parte: *Circulação do prana*

1. Visualize o prana circulando da sola dos pés para cima, subindo pela parte de trás do corpo, chegando à cabeça, descendo pelo rosto e, depois, pela parte da frente do corpo até atingir novamente os pés. Circule o prana de trás para a frente três vezes.

2. Inverta a circulação e faça o prana circular da frente para trás. Repita o procedimento três vezes.

3. Circule o prana da direita para a esquerda três vezes e da esquerda para a direita três vezes. O propósito dessa circulação é a distribuição do prana por todo o corpo e evitar a congestão prânica em certas partes do corpo.

Essa meditação pode ser usada diariamente para melhorar e manter a saúde. É também empregada por alguns estudantes do esoterismo, antes de iniciarem atividades que exijam grande quantidade de prana. Você pode realizá-la antes de tratar um grande número de pessoas. Embora essa meditação possua inúmeras variações, a aqui apresentada é simples e fácil de ser realizada.

Quando se tornarem peritos nessa meditação, alguns de vocês literalmente sentirão o corpo formigar e sentirão também uma forte corrente percorrendo os lados interno e externo do corpo. *Você pode usar também o excesso de prana gerado para produzir "ki sintético" ou ki do umbigo ao se concentrar, por aproximadamente dez minutos, no chakra do umbigo. Estoque o "ki sintético" nos dois chakras secundários do umbigo, que se localizam cinco centímetros abaixo do umbigo. Você consegue isso simplesmente concentrando-se na região situada a cinco centímetros do umbigo por cerca de três a cinco minutos. A respiração prânica deve ser realizada simultaneamente, com todas as instruções dadas anteriormente.* Cada um dos chakras secundários do umbigo possui um enorme meridiano flexível, utilizado para estocar o *ki* do umbigo. Em resumo, esses dois chakras são armazéns de "ki sintético". São chamados de *ki hai*, que significa oceano de *ki*, uma vez que esses chakras menores ficam preenchidos de "ki sintético". É preciso repetir que o "ki sintético" ou *ki* do umbigo é diferente do prana. Esse *ki* é sintetizado pelo chakra do umbigo e pode apresentar uma cor branco-leitoso, vermelho-esbranquiçado, amarelo-dourado e outras cores. O "ki sintético" varia em tamanho e em densidade. Pessoas comuns possuem muito pouco "ki sintético" quando comparado com o de aspirantes espirituais e praticantes de *ki kung* (a arte marcial chinesa de gerar poder interno).

Seria aconselhável que você aprendesse a meditação sobre a luz branca e a praticasse diariamente. Ela tornará o seu corpo bioplasmático mais limpo, mais brilhante e mais denso, tornando-o, portanto, um melhor praticante da cura.

EXERCÍCIOS FÍSICOS

O exercício físico desempenha um papel vital no autotratamento e na manutenção da saúde. Exercícios sob a forma de exercícios de aquecimento, dança, esportes, *hatha yoga*, artes marciais ou *tai chi* promovem a circulação do prana pelo corpo e facilitam a absorção de prana fresco e a expulsão de prana usado e de matéria bioplasmática doente. Esse processo é visto clarividentemente como prana fresco branco sendo absorvido e matéria doente acinzentada sendo expelida, durante a realização do exercício. Seria melhor se, juntamente com os exercícios, a pessoa fizesse a respiração prânica. Há exercícios físicos específicos no *hatha yoga* ou no *yoga taoísta* para tratar de problemas específicos. O tipo de exercício pode ser facilmente determinado pela observação e análise da

parte do corpo que está sendo movimentada, dobrada, comprimida ou alongada através de uma certa posição ou exercício, e do chakra específico localizado na parte afetada pelo exercício.

Na verdade, você pode desenvolver exercícios e técnicas próprios, a fim de limpar e energizar um chakra específico. *Tudo o que você tem de fazer é inventar certos movimentos que FLEXIONEM, comprimam, alonguem e movimentem a região do corpo onde se localiza o chakra em questão. Os exercícios físicos também facilitam a assimilação de prana, após o tratamento prânico. Um bom exercício consistirá em uma série curta de movimentos que limpam e energizam todos os chakras maiores e todos os chakras menores localizados nos braços e pernas.*

ABORDAGEM HOLÍSTICA NO AUTOTRATAMENTO

1. Faça exercícios físicos durante cinco a dez minutos.
2. Aplique o autotratamento prânico.
3. Exercite fisicamente a região onde se situa o chakra e o órgão tratados durante alguns minutos, para facilitar a assimilação de prana pelo corpo.
4. Beba água energizada ou água que tenha sido exposta ao sol.
5. Descanse e se recupere sob uma grande árvore ou sob um grande pinheiro, para absorver prana da árvore e do solo.
6. Tome medicamentos. Resultados mais rápidos são obtidos ao se tratar simultaneamente do corpo bioplasmático e do corpo físico visível, em vez de se tratar apenas do corpo físico visível ou apenas do corpo bioplasmático. Como foi dito no capítulo anterior, o tratamento deve ser, de preferência, holístico ou integrado.
7. Se os problemas forem sérios, consulte um bom praticante da cura prânica e um bom médico.

Comer alimentos adequados, beber bastante água, respirar adequadamente, fazer exercícios físicos suficientes, ter um estilo de vida moderado, manter a calma e ter mente clara e decidida podem contribuir enormemente e ajudar a manter o bem-estar físico, mental e emocional.

PROBLEMAS ENCONTRADOS NO AUTOTRATAMENTO

Alguns praticantes podem achar difícil tratar a si mesmos. Isso pode se dever a vários fatores possíveis:



Fig. 6-1 Repouso sob uma árvore para absorver energia prânica tanto da árvore quanto do solo.

1. O corpo do praticante está muito fraco e dolorido, tornando difícil a concentração e a utilização de sua vontade.
2. O praticante da cura pode ser bom na projeção de prana, mas pode ter pouca prática no autotratamento.
3. O praticante está com muita preguiça ou muito cansado ou muito

fraco, ou apenas não quer realmente curar a si mesmo. Ele pode ainda simplesmente preferir descansar e ser curado por outra pessoa.

4. O problema requer tratamento que inclua outras formas suplementares ou mais apropriadas de cura combinadas com a cura prânica.

5. Em raras ocasiões, o autotratamento de um problema sério não é possível, devido a *fatores kármicos* ou *karma negativo*.

Muitos praticantes algumas vezes acham difícil se autotratar, e eu não sou exceção. Não hesito, sempre que necessário, em tomar remédios, consultar um médico, ir a uma sessão de acupressão ou procurar o auxílio de um outro praticante, se não me sinto muito bem. Há vezes em que prefiro descansar e deixar que um outro praticante realize a cura.

KARMA

Alguns problemas sérios são devidos a atos, pensamentos e sentimentos negativos da vida presente e de vidas passadas do paciente. A isso se dá o nome de *Karma negativo*. Mas nem todos os problemas sérios são devidos a *karma negativo*. Nenhum praticante da cura prânica deve dar as costas a um paciente, apenas porque acha que o problema pode ser devido a *karma negativo*! A razão disso é que há muito poucos clarividentes que podem ver, com grande precisão, o karma do paciente. Mesmo que o problema seja devido a *karma negativo*, você não está em condições de saber quando o *karma negativo* esgotou-se totalmente. Assim, o paciente está habilitado a ser curado. Se o problema for devido a *karma negativo* e este ainda não tiver se esgotado, então nenhum tratamento poderá curar o paciente. Assim, o praticante não pode, de maneira nenhuma, interferir com o *karma negativo* do paciente.

Por exemplo: fui procurado por uma mulher cuja perna direita encontrava-se seriamente machucada. Isso lhe causava muitas dores desde o quadril até o pé. Era quase impossível para o paciente mover o quadril ou o joelho direitos, sem que sofresse dor intensa. A cura prânica foi aplicada por cerca de trinta minutos. A dor diminuiu enormemente. Ela foi capaz de dobrar parcialmente o joelho e de mover o quadril sem qualquer dor. No dia em que havia sido marcado o segundo tratamento, ela sofreu três acidentes estranhos, que envolveram sua perna direita. Isso causou-lhe intenso sofrimento, praticamente impedindo que viesse a mim. Desde então a paciente não retornou. Como os três "acidentes" ocorreram em questão de horas, é provável que este fosse um caso de *karma negativo*. Maiores

informações sobre o karma podem ser obtidas nos escritos de Edgar Cayce Astara, sobre Teosofia, *Agni Yoga*, Rosacruz e outros grupos esotéricos.

O karma, em seu sentido mais amplo, significa *aquilo que você planta é o que colhe* ou *aquilo que você dá é o que recebe* (Gálatas 6, 7) Significa a lei de causa e efeito aplicada a um indivíduo ou a um grupo de indivíduos, tais como a família, uma corporação ou uma nação.

KARMA E A LEI DOURADA

A lei do karma, quando aplicada positivamente, manifesta-se como lei dourada positiva, que é "faça aos outros aquilo que deseja que os outros lhe façam". A lei dourada pode ser aplicada para obter aquilo que deseja ou quer. Se você quer ser próspero, então precisa dar e praticar a caridade. Se quer cordialidade e harmonia, então deve transpirar e praticar a cordialidade e a cortesia com os outros.

A lei do karma pode ser usada para evitar a ocorrência de coisas ou eventos indesejáveis, quando aplicada como lei dourada "negativa", que é "não faça aos outros o que não quer que os outros lhe façam". Se você não quer ser enganado ou logrado, então trate os outros honesta e francamente. Se você esgotou grande parte de seu karma negativo e não causou a ninguém qualquer prejuízo, então não tem o que temer. Nada poderá prejudicá-lo. A lei do karma é inquebrável. Este é o sentido oculto da afirmação "minha retidão é meu escudo". Literalmente, nada poderá prejudicar uma pessoa assim. Milhares ou milhões de pessoas podem cair a seu lado, que nenhum fio de seu cabelo será tocado!

A lei dourada, quando aplicada positiva e negativamente, produzira harmonia e prosperidade em sua vida e o protegerá das vicissitudes. Quando a lei dourada for aplicada pela maioria das pessoas e pela maioria das nações, haverá paz ao mundo! A lei do karma é também a base do mandamento de Cristo: "Ama a teu inimigo". Retribuir o ódio com ódio, a raiva com raiva, o despeito com despeito, a injúria maliciosa com mais injúria maliciosa apenas piorará as coisas. Não há fim para isso. Aquilo que se dá é o que se recebe! Retribuir o ódio com ódio trará apenas caos, mas retribuir o ódio com bondade e amor inevitavelmente resultará em harmonia e paz. Realmente é uma pena que, após quase dois mil anos, os ensinamentos de Cristo tenham apenas dado trabalho aos lábios e não tenham sido colocados em ação pela maioria de Seus seguidores. "Ama a teu inimigo" não foi ensinado apenas por Cristo, mas o foi também por Gautama Buddha e outros mestres religiosos do mundo.

A lei do karma aplica-se tanto aos indivíduos quanto às nações. Portanto, a lei do karma e a lei dourada podem ser usadas pelos líderes das nações para resolver alguns problemas nacionais e internacionais, ao longo do tempo.

Enquanto uma ação má não tiver karmicamente amadurecido, o tolo acha que sua ação é doce como o mel. Mas, quando sua má ação amadurece karmicamente, ele cai em indizível miséria.

Dhammapada (Sabedoria do Buda)

Quanto mais ele dá aos outros, mais ele tem.

Lao Tzu, Tao-Te King

Cada homem, pela ação infalível do karma, recebe, na exata medida, tudo o que lhe é devido, tudo o que merece, nem mais nem menos. Nenhuma ação benevolente ou má, por mais fútil que seja, por mais secreta que tenha sido, escapa da escala precisamente equilibrada do karma.

Helena Roerich, Fundação do Budismo

ORIENTAÇÕES ÉTICAS SUGERIDAS

1. É dever do praticante dar o melhor de si, na maior parte do tempo, para curar e aliviar a condição de seu paciente.

2. O praticante não deve comentar com outras pessoas nenhuma informação relativa ao caso de seu paciente, se tal revelação pode ou poderá causar embaraços ao paciente.

3. Sempre que possível ou permissível, a cura deve ser realizada num local aberto ou na frente de outras pessoas. A realização da cura em aposento fechado com a presença apenas do paciente e do praticante deve ser, tanto quanto possível, evitada ou minimizada.

A maior parte dos pacientes é bastante crédula e facilmente influenciável. Isso se deve a dois fatores: a habilidade do praticante de produzir resultados surpreendentes; e o fato de que alguns pacientes não sabem o que esperar ou o que lhes será exigido durante a cura prânica.

4. Sob nenhuma circunstância o praticante deve fazer mau uso de seu poder. Poder ou habilidade de manipular energias sutis não é nem bom nem mau. O poder é bom quando usado construtivamente e é mau quando empregado para a destruição. Torna-se mau quando há má intenção ou má aplicação do poder.

TERMINOLOGIA

A cura prânica ou cura pelo *ki* tem sido chamada de vários nomes, tais como cura magnética, cura pela fé, cura psíquica e imposição das mãos. Infelizmente tais nomes são imprecisos e desorientadores. O uso de tais nomes apenas torna difícil, senão impossível, o estudo preciso e mais profundo do processo.

Não há nada magnético nas mãos. A mão esquerda não é negativa ou receptora nem a direita é positiva ou projetora. Ambas as mãos ou chakras das mãos são capazes de absorver e projetar prana. É apenas uma questão de intenção ou vontade que o chakra de uma das mãos predominantemente absorva e que o da outra mão predominantemente projete. A energia ou prana projetado não é magnético, mas antes vitalizador e fortalecedor. É por isso que o termo cura magnética para indicar a cura prânica é impreciso. Isso, de maneira nenhuma, diminui a efetividade de cura magnética.

Os termos psíquica, cura pela fé imposição das mãos etc. são muito amplos e podem significar e implicar inúmeras coisas para pessoas diferentes. Portanto não é aconselhável usar levemente esses termos.

Por exemplo: imposição das mãos descreve, até certo ponto apenas o ato exterior, mas não explica nem descreve o que acontece interiormente. Portanto, poderá fornecer conceito errado de que o ato de impor as mãos causa a cura. É realmente a projeção involuntária ou deliberada de prana (energia vital) da mão para a parte afetada e, em alguns casos, a absorção involuntária da matéria bioplasmática doente através da mão para o praticante que causa a cura.

Um outro termo que pode ser usado para descrever a cura prânica seria *cura bioplasmática*, uma vez que é pela cura do corpo bioplasmático que o corpo físico visível se cura.

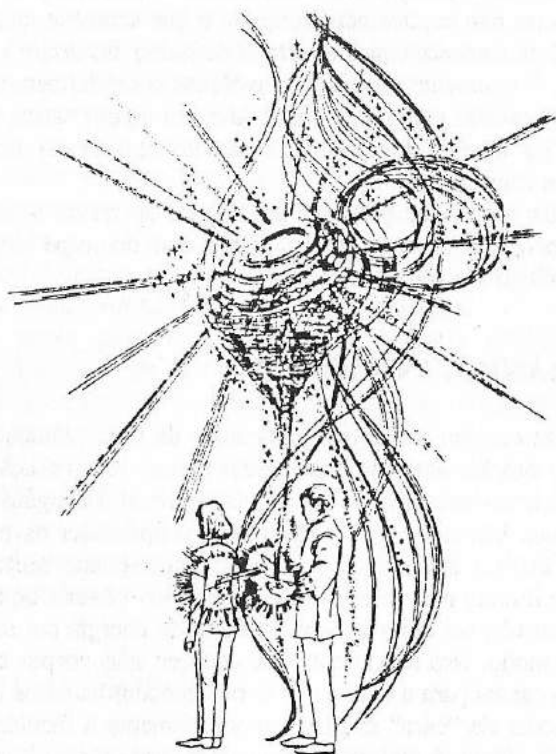
CURA PRÂNICA INVOCATIVA

É prática comum de alguns praticantes da cura prânica fazer uma invocação ou oração, antes de começarem a cura. A invocação pode ser dirigida a Deus, aos seres divinos ou ao guia espiritual. Há alguns praticantes da cura prânica invocativa que podem não compreender os princípios e mecanismos ocultos na cura prânica. Eles simplesmente sentem um tremendo poder fluindo para seus corpos, fazendo-os vibrar e aquecendo-os. Alguns podem não ser tão sensíveis ao fluxo de energia em seus corpos. De qualquer modo, isso não altera o fato de que seus corpos estão sendo usados como canais para a energia da cura. Também há casos nos quais o influxo do poder de "cura" dispara temporariamente a faculdade clarividente dos praticantes. Aqueles que praticam a cura prânica invocativa são geralmente chamados de praticantes da cura pela fé ou "praticantes carismáticos da cura"

Na cura invocativa, você está invocando duas coisas: a energia da cura e os poderosos seres espirituais invisíveis ou anjos da cura. São esses anjos que manipulam e controlam a energia de cura e o corpo bioplasmático dos pacientes, garantindo, assim, a segurança dos mesmos. O praticante da cura invocativa deve manter uma atitude receptiva, para receber a orientação intuitiva ou instruções. Os praticantes que possuem muita força de vontade, devem ser cuidadosos ao praticarem a cura invocativa, uma vez que há o perigo de superenergizar o paciente.

Se tiver chegado o tempo do paciente deixar seu corpo, os anjos da cura não aparecerão. Em geral o praticante sabe intuitivamente que não há reação.

Embora alguns dos praticantes da cura invocativa ou pela fé possam desconhecer a cura prânica, isso de modo algum diminui sua potência e



*Fig. 6-2 Cura prânica invocativa:
chuva de energia da cura espiritual*

efetividade. Alguns deles podem curar de uma forma muito rápida e durante muitas horas, sem se cansarem. Mesmo praticantes experientes da cura prânica acharão difícil reproduzir o que alguns dos praticantes da cura invocativa são capazes de fazer.

Se você pretende curar pela invocação ou pela cura prânica invocativa, então é aconselhável que medite e ore regularmente e peça a Deus para torná-lo Seu instrumento de cura.

As técnicas de cura invocativa dadas abaixo são aplicáveis a todas as pessoas de qualquer religião. São muito potentes e eficazes. A pessoa não tem de ser "religiosa" para que funcione. Deve apenas acreditar em Deus e confiar que com Deus tudo é possível!

Procedimento:

1. Faça durante alguns minutos uma oração que esteja acostumado a fazer. Depois mentalmente recite a invocação de cura:

*Senhor, faça de mim instrumento de Tua cura.
Deixe que todo o meu ser se preencha com a compaixão
por aqueles que sofrem.
Senhor, deixe que Teu poder de cura e regeneração
flua através deste corpo
Com gratidão e toda a fé!*

A invocação deve ser repetida duas vezes com intensa concentração e com forte e total convicção. Deve ser feita com humildade, sinceridade, reverência e com intensa concentração.

2. Aqueles que já possuem experiência na cura prânica, devem aplicar o tratamento prânico no paciente. Devem agradecer a Deus por Sua Divina Graça após terminarem o tratamento, pedindo ao paciente que também agradeça ao Senhor.

3. Aqueles que ainda não têm experiência na cura prânica, simplesmente devem colocar sua mão sobre a área afetada ou sobre o *chakra da coroa* ou sobre o *ajna*. Depois, mentalmente, devem recitar e invocar:

*Pai,
agradeço-lhe por curar este paciente!
Com toda a fé, assim seja!*

É importante manter a atitude adequada ao fato de que você é apenas um canal de cura divina. Continue a invocação, concentrando-se no centro da palma da mão, até sentir que o paciente ficará curado. Mantenha-se sintonizado às instruções intuitivas. Antes de terminar o tratamento, o praticante e o paciente devem agradecer a Deus.

Em casos simples, a cura é geralmente instantânea. Em casos mais sérios, o alívio é rápido, mas a recuperação completa pode exigir vários tratamentos. O tratamento deve ser aplicado várias vezes por semana, dependendo das necessidades do paciente. A cura invocativa pode ser aplicada pelo praticante a um grupo de pacientes ou pode ser realizada por um grupo de praticantes em um paciente.

Ao fazer uma cura, prefiro usar uma invocação mais simples e curta:

Pai, obrigado por fazer de mim Teu instrumento de cura. Com toda a fé!

Simplemente recito mentalmente a invocação acima, duas ou três vezes.

O karma negativo pode, algumas vezes, ser neutralizado através da intercessão divina. Os estudantes que pretendem praticar a cura em período integral e que pretendem utilizar a cura prânica invocativa, precisam saber que é importante que *passem por um período de refinamento ou de melhoria de seu caráter*. A grande quantidade de energia de cura que desce juntamente com a energia espiritual amplia em muito as características positivas e negativas do praticante. Daí a necessidade de autopurificação através da prática diária da reflexão interior. Do mesmo modo, uma pessoa com vibração superior ou refinada tende a atrair entidades com vibração semelhante ou superior, enquanto uma pessoa com vibração inferior ou grosseira tende a atrair entidades indesejáveis com vibração baixa semelhante.

Cânticos e danças espirituais constituem outras formas de cura invocativa. Este tipo de cura é universal e é empregado por alguns cristãos sufis e pessoas de outros credos religiosos.

DESIGNAÇÃO DE ANJOS DE CURA

Após o tratamento, é melhor pedir ao Senhor que designe um anjo de cura, para que permaneça junto a cada paciente portador de doença grave, de modo a acelerar o processo de cura. Deve-se instruir o paciente para que seja mais receptivo, invocando a graça do Senhor várias vezes ao dia. A receptividade do paciente tomará muito mais fácil o trabalho do praticante. Este poderá pedir a designação de um anjo de cura para o paciente, recitando mentalmente a seguinte oração:

Senhor, obrigado por designar um anjo de cura para o paciente, que com ele permaneça até que fique completamente curado. Com toda a fé, assim seja!

É importante que a invocação seja feita com humildade, sinceridade e reverência.

PRINCÍPIO DA DIVERSÃO OU LIBERAÇÃO

Um dia tive uma dor de cabeça extremamente forte. Em vez de me autotrotar ou pedir a um amigo que me curasse, decidi fazer uma experiência. O que aconteceria se me concentrasse totalmente em ouvir uma música suave? O que ocorreria a meu corpo bioplasmático e à matéria doente?

Com base na observação de um clarividente, notou-se que quando eu me concentrava totalmente na música, a matéria doente acinzentada gradual e lentamente começava a se tornar mais fina ou mais leve, até quase chegar a desaparecer. Após um período de cinco a dez minutos, levantei-me e tentei sentir a condição de minha cabeça. Tinha havido uma leve redução na dor. Observou-se que, quando a atenção desviava-se da música e voltava para a área da cabeça, essa região repentinamente tornava-se mais acinzentada. A condição final, porém, era muito mais leve do que quando o experimento começou.

Há várias explicações possíveis para o que ocorreu:

1. Relaxar a mente e o corpo facilita a cura pelo próprio corpo.
2. Uma vez que o corpo bioplasmático é facilmente afetado pela mente e pela emoção, então qualquer coisa que tenha efeitos positivos sobre a mente tem alguns efeitos positivos sobre o corpo bioplasmático.
3. Ao desviar-se a atenção para alguma coisa agradável ou harmoniosa, *promoveu-se a "liberação" da matéria bioplasmática doente, permitindo, assim, que o corpo se curasse mais efetivamente. É por isso que a matéria acinzentada tornou-se mais fina ou mais leve.* Parece que, quando a atenção focaliza-se na dor, isso tende a reter a matéria bioplasmática doente, impedindo o processo de cura.
4. Ao voltar a atenção novamente para a parte afetada, reabsorvi a matéria doente. É por isso que a parte afetada ficou novamente acinzentada.

Observei que, ao focalizar a atenção na dor e ao tentar removê-la, a autocura tornou-se mais difícil. Mas se ignorasse a dor e me concentrasse totalmente naquilo que estava visualizando, o processo de cura era muito rápido.

O princípio da diversão ou liberação é também aplicável à cura de outras pessoas. Quando alguns pacientes prestam muita atenção nos movimentos estranhos do praticante da cura, sua concentração na dor que estão sentindo e temporariamente desviada, facilitando assim o processo de cura.

Às vezes, quando a atenção do paciente encontrar-se muito concentrada na dor ou quando o desconforto é muito intenso, então será bastante útil pedir-lhe que se concentre em uma música suave ou em um quadro muito bonito. Será ainda mais eficaz se o paciente ouvir a música através de fones de ouvido.

As pessoas quase nem imaginam o quanto aumentam a potência da doença, ao ficarem constantemente pensando nela e ao darem muita atenção à área em que se localiza o problema.

Alice Bailey, *Cura Esotérica*

ENSINO DA AUTOCURA AOS PACIENTES

É aconselhável ensinar a autocura prânica aos pacientes seriamente doentes, mesmo que estejam sendo tratados pelos métodos convencionais ou através da cura prânica. Deve-se-lhes ensinar certos exercícios físicos, que podem limpar e energizar o chakra e o órgão afetados. Deve-se ensinar a técnica da respiração pelos poros e a técnica de cura taoísta. Os pacientes devem, então, ser supervisionados com regularidade, para que se possa corrigir uma possível congestão prânica devida à respiração pelos poros.

Deve-se instruir os pacientes para que bebam água energizada e para que se recuperem sob uma grande árvore ou sob um grande pinheiro. Alguns pacientes devem chegar até a abraçar a árvore. Devem também procurar se engajar em alguma atividade produtiva e agradável, ao invés de ficarem se preocupando com o problema.

Se o paciente for religioso, então pode orar com regularidade, pedindo a Deus que o torne perfeito e saudável novamente. Se o paciente não for do "tipo que reza", então pode-se-lhe ensinar como entrar em contato com seus guias espirituais. Primeiro, o paciente deve relaxar e visualizar-se num bonito jardim. Nesse jardim, ele encontra seres de luz. Ele humildemente pede aos seres de luz que o ajudem e o curem. Depois disso o paciente dá um mergulho na piscina cheia de água luminosa. Ele visualiza e sente que todo o seu corpo está cheio de luz. Depois disso, ele agradece aos seres de luz pelo auxílio e pela cura.

A visualização não precisa ser nítida. Não importa se o paciente realmente encontra esses seres de luz. Se ele o consegue, então o auxílio está a caminho. Se não, então as sessões o capacitarão a desviar a atenção de seu problema ou desconforto, dando maior oportunidade ao corpo de se curar. Ao mergulhar na piscina e preencher seu corpo de luz, ele estará limpando e energizando todo o corpo.

Esta visualização deve ser feita diariamente.

Embora não haja garantia de que a maioria dos pacientes terminais sejam curados, suas condições melhorarão até um certo ponto e a dor será enormemente aliviada.

Num futuro próximo, os anjos da cura e seus praticantes cooperarão mais ativamente uns com os outros, de modo a produzirem curas milagrosas ou imediatas em larga escala.

C. K. S.

Cura Prânica à Distância

O corpo etérico-planetário é um todo, inquebrável e contínuo; deste corpo etérico, os corpos do praticante e do paciente são partes integrantes, intrínsecas... Os canais de relação podem ser condutores de muitos tipos diferentes de energia, transmitida pelo praticante ao paciente.

Alice Bailey, *Cura Esotérica*

O prana (energia vital) colorido pelo pensamento do emissor, pode ser projetado a pessoas distantes, que estejam desejando recebê-lo, e a cura pode ser feita dessa maneira.

Yogue Ramacharaka, *A Ciência da Cura Psíquica*

"A energia segue o pensamento."

Máxima esotérica

O mecanismo da cura à distância é semelhante ao do telefone. O praticante e o paciente estão ligados, porque seus corpos etéricos fazem parte do corpo etérico da Terra. Quando o praticante focaliza sua atenção no paciente, pode remover a matéria etérica doente e pode projetar prana (energia vital) ao paciente, uma vez que "a energia segue o pensamento".

A cura prânica à distância é semelhante à cura prânica realizada perto do paciente. A única diferença é que na cura à distância, a faculdade psíquica do praticante da cura tem de ser desenvolvida ou aguçada ainda mais através da prática, para que haja uma maior precisão. Aqueles de vocês que têm curado ou experimentado curar podem ter desenvolvido a capacidade de sentir qual a parte que está doente, juntamente com o paciente, sem fazer a exploração. Alguns podem ter desenvolvido o sentido psíquico de sentir ou mesmo ver vagamente o grau de saúde de um órgão que está sendo energizado. O desenvolvimento gradual ou o desabrochar da faculdade psíquica é um resultado natural da cura. É aconselhável que, antes de você tentar a cura à distância, tenha, pelo menos, alcançado a proficiência na cura prânica intermediária.

EXPLORAÇÃO À DISTÂNCIA

A capacidade de explorar um paciente à distância é algo que deve ser gradualmente desenvolvido, através da prática regular.

Procedimento:

1. Todas as vezes que um paciente vier a você para um tratamento, não o explore com suas mãos e não o entreviste imediatamente.

2. Deixe que seu paciente sente-se à sua frente. Feche os olhos e tente, psiquicamente, ver e explorar o corpo bioplasmático e o corpo físico visível dele. Olhe para os chakras, desde o da coroa até os dos pés. Dê especial atenção aos chakras maiores. Os chakras estão brilhantes, acinzentados, negros ou vermelhos-turvo? Experimente explorá-los também. Estão espessos ou finos ou apenas normais? Você pode imaginar que está explorando com as mãos. Olhe e explore os órgãos importantes de cima a baixo. Eles parecem bem? Estão avermelhados ou azulados? Olhe e sinta a coluna de alto a baixo. Você sente ou vê qualquer obstrução ou leve deslocamento? Você não tem de ver claramente ou com muita nitidez para ser preciso. Ser capaz de ver ou explorar vagamente já é bastante bom. Relaxe. Faça isso lenta mas completamente. O paciente não se importará de esperar alguns minutos.

3. Abra seus olhos. Levante-se e explore completamente o paciente.

4. Entreviste o paciente. Avalie sua condição e compare-a com que descobriu no item 2.

É possível que você consiga um certo grau de precisão até mesmo na primeira tentativa. Continue praticando até que se torne não apenas preci-

so, mas muito preciso. Isso pode exigir alguns meses de prática regular. O tratamento adequado e eficaz depende de uma exploração precisa.

Experimente a verdadeira diagnose a distância e a exploração primeiramente com pacientes que já tenha tratado antes. Então, gradualmente, experimente com pacientes que você nunca encontrou. Pegue uma foto do paciente para ajudá-lo a estabelecer "contato" com ele.

LIMPEZA E ENERGIZAÇÃO À DISTÂNCIA

A limpeza e energização a distância são muito mais fáceis e rápidas de aprender.

MÉTODO Nº 1

1. Faça a respiração prânica. *Visualize o paciente à sua frente.* Não o visualize a uma distância muito grande de você, uma vez que isso tenderia a condicionar sua mente de que o esforço é muito difícil.

2. Visualize ou imagine que está aplicando a varredura geral e localizada nas partes a serem tratadas. Destrua a matéria bioplasmática doente através da visualização de um fogo ou de uma bola de luz, tão brilhante quanto o sol, a seu lado, e na qual você atira a matéria doente. Continue limpando até que as partes pareçam mais brilhantes.

3. Energize os chakras afetados e as partes tratadas. Continue energizando até que as partes tratadas pareçam bastante brilhantes e saudáveis ou até que sinta que já têm bastante prana. Você simplesmente sente que o paciente já tem prana suficiente ou que as partes tratadas já estão carregadas e não mais absorvem prana.

Levante-se e abra seus olhos. Explore o paciente para determinar se está sendo adequadamente tratado. Se não, repita todo o processo até que as partes tratadas tenham melhorado substancialmente. Lave suas mãos após o tratamento.

MÉTODO Nº 2

1. Coloque o paciente sentado à sua frente e feche os olhos.

2. Visualize uma brilhante bola de luz acima do paciente. Visualize uma raio de luz branca lavando a área da cabeça e gradualmente descendo e limpando todo o corpo. Remova a matéria bioplasmática doente e a destrua adequadamente.

3. Visualize a matéria acinzentada da parte afetada ir se tornando menos densa e mais leve. Deseje que ela deixe a parte afetada ou veja-a flutuando.

4. A matéria bioplasmática doente pode ser destruída através da vontade de que ela se desintegre imediatamente ou visualizando-a tornar-se cada vez mais fina, ou simplesmente visualizando um fogo, onde você atrai a matéria doente.

5. Energize as partes afetadas. Isso é feito através da visualização de uma bola de luz (bola prânica) sendo formada e projetada para a região afetada.

6. Abra seus olhos e reexplora o paciente. Se necessário, aplique um tratamento posterior.

A diferença entre o Método nº 1 e o Método nº 2 é que, no primeiro, o prana é absorvido pelo corpo do praticante antes de ser projetado ao paciente. No segundo, o prana é absorvido das redondezas e diretamente projetado para o paciente, sem passar pelo corpo do praticante da cura. Você pode também combinar os dois métodos.

Após tornar-se proficiente, poderá tentar curar antigos pacientes a distância. Depois, gradualmente, pode experimentar a cura à distância com novos pacientes.

REFERÊNCIAS E LEITURAS SUGERIDAS

1. *O Toque Terapêutico*, de Dolores Krieger, Ph.D., R.N. 1979. Prentice Hall Inc., Englewood Cliffs, N.J. 07632
2. *A Ciência da Cura Psíquica*¹, do Yogue Ramacharaka. 1909. The Yogi Publication Society.
3. *O Livro da Cura Psíquica*, de Amy Wallace e Bill Henkin. 1978. Wingbow Press/Berkeley.
4. *Terapia Magnética*, de Abbot George Burke, 1980. Saint George Press, 3500 Coltrane Road, Oklahoma City, OK 73121.
5. *Edgar Cayce — Enciclopédia de Cura*, de Reba Ann Karp, 1986. Warner Books, Inc., 666 Fifth Ave., Nova York, NY 10103.
6. *O Caminho do Xamã — Um Guia para o Poder e para a Cura*, de Michael Hamer. 1980. Bantam Books, Inc., 666 Fifth Ave, Nova York, N.Y. 10103.
7. *A Ciência Secreta em Ação*, de Max Freedom Long. 1953. DeVorss and Co, P.O. Box 550, Marina del Rey, Ca 90294.
8. *O Portal da Sabedoria — Yoga Contemplativa e de Cura Budista e Taoísta Adaptada Para Estudantes Ocidentais do Sendeiro*, de John Blofeld. 1913. Shambhala Publications, Inc., 1123 Spruce St., Boulder, Colorado 80302.

1. Publicado no Brasil pela Ed. Pensamento, São Paulo.

9. *O Segredo da Meditação Chinesa*, de Lu K'uan Yu. 1964. Samuel Weiser, Inc., 740 Broadway, Nova York, N.Y. 10003.
10. *O Despertar da Energia Curativa Através do Tao²*, de Mantak Chia. 1983. Aurora Press, 205 Third Ave. 2A, Nova York, N.Y. 10003.
11. *O Tao da Meditação — O Caminho para a Iluminação*, de Jou Tsung Hwa. 1983. Tai Chi Foundation, Jou Tsung Hwa, POB 1904, Piscataway, NJ. 08854.
12. *Exercícios Respiratórios Terapêuticos*, Ed. de K.H. Wu, Trad. de Lheng Ping. 1984. Hai Feng Publishing Co., R., 701, Chung Shang Bldg., 7/Fl., 9-10. Queen Victoria St., Hong Kong.
13. *Saúde, Juventude e Beleza Através da Respiração Colorida*, de Linda Chark e Yvonne Martine, 1976. Celestial Arts, 231 Adrain Road, Millbrae, Califórnia 94030.
14. *Os Princípios da Cor e da Luz — O Poder da Cura pela Cor*, de Edwin Babbit. 1878. (Ed. por Faber Birren. 1967). Citadel Press, 1209 Enterprises Ave., Secaucus, Nova Jersey 07094.
15. *Sete Chaves para a Cura pela Cor³*, de Roland Hunt, A.M.I.C.A., Ms. D., Ps. D. 1971. The C.W. Daniel Co. Ltd., 60 Muswell Road, London, N.10.
16. *A Arte da Verdadeira Cura*, de Isarael Regardie. 1937. Helios Book Service Ltd., 8 The Square, Toddington, Nr. Cheltenham, Glos.
17. *Iniciação ao Hermetismo*, de Franz Bardon, Trad. de A. Radspieler. 1956. Dieter Ruggerberg, Wuppertal, Alemanha Ocidental.

2. Publicado no Brasil pela Ed. Pensamento, São Paulo.

3. Idem.

Cura Prânica Avançada

Um professor visitou um Roshi (mestre Zen) para aprender Zen. O professor estava mais interessado em conversar e tentar impressionar o mestre Zen do que em aprender. O Roshi convidou-o para beber e pingou chá na xícara do professor e continuou a pingar até que a xícara transbordou. O professor, alarmado, disse: "A xícara está cheia e não pode conter mais chá!" O mestre Zen calmamente replicou: "Você está cheio de idéias e opiniões preconcebidas. Para aprender, você precisa esvaziar sua xícara!". O professor respeitosamente curvou-se diante do Roshi e permaneceu silencioso.

Uma história popular Zen.

Milagres são acontecimentos "fantásticos", que utilizam as leis ocultas da natureza, desconhecidas da maioria das pessoas. Os milagres não rompem as leis da natureza. Eles realmente se baseiam nelas!

C.K.S.

Este capítulo baseia-se predominantemente nas instruções que me foram dadas pelo Mestre Mei Ling, I., H.G. e outras pessoas também forneceram informações úteis. O Mestre Mei Ling foi um de meus mentores nos estudos esotéricos. Alguns dos conceitos e técnicas são "novos" e são diferentes daqueles apresentados em outros livros de cura

baseada na cor. As instruções sobre a arte da cura instantânea de feridas recentes são fornecidas neste capítulo. Muitas das técnicas avançadas devem ser praticadas de preferência por praticantes experientes e não por iniciantes.

A cura prânica avançada utiliza o tratamento prânico pela cor e o tratamento prânico pelos chakras para produzir uma cura bastante rápida e para curar problemas difíceis.

O prana solar, do ar e do solo são compostos de prana geral ou branco. Os pranas do ar e do solo são chamados, em linguagem esotérica, de glóbulos de vitalidade, porque, quando vistos clarividentemente ou por pessoa com olhos um pouco mais sensíveis, assemelham-se a pequenas esferas ou glóbulos de luz. Os glóbulos de vitalidade têm diferentes tamanhos. Alguns contêm mais unidades de prana branco e outros menos.

Os glóbulos de vitalidade do solo interpenetram o solo e se estendem por vários centímetros acima dele. São mais densos ou mais compactados e geralmente maiores do que os glóbulos de vitalidade do ar. *Alguns dos maiores glóbulos de vitalidade do ar podem ser facilmente vistos, bastando apenas ficar olhando fixamente para o céu, por alguns minutos, especialmente antes do pôr-do-sol.* Não é preciso ser clarividente para se conseguir ver os glóbulos de vitalidade do ar. Muitas pessoas conseguem enxergá-los depois de umas poucas sessões. Também você, com um pouco mais de prática, será capaz de enxergar os glóbulos de vitalidade do solo a alguns centímetros acima do chão.

PRANAS COLORIDOS

Os glóbulos de vitalidade (conglomerados de unidades de prana branco) são absorvidos pelos chakras, onde são dissolvidos e decompostos em seus componentes. Quando o prana branco é dissolvido, produz seis tipos de pranas coloridos correspondentes às cores do arco-íris. Quantidade substancial de prana do ar é absorvida diretamente pelo chakra do baço (frontal e dorsal). O prana do ar é decomposto nos diferentes pranas coloridos e distribuído para outros chakras. O prana do solo é absorvido pelas solas dos pés. Uma porção de prana do solo absorvida pelos chakras das solas é dirigido para cima, para a coluna e outros chakras, enquanto uma grande porção é dirigida para o chakra menor do períneo, para o chakra do umbigo e, depois, para o chakra do baço, onde é decomposto e distribuído para outros chakras. Tudo isso acontece automaticamente ou em nível subconsciente.

O prana branco é composto dos seguintes pranas; vermelho, laranja, amarelo, verde, azul e violeta. Dos seis pranas coloridos, os mais freqüentemente usados na cura são: o vermelho, o azul e o verde.

As propriedades de cada um e suas aplicações são as seguintes:

PRANA VERMELHO

1. Fortalece (vitalizante e vigoroso)
2. Aquece
3. Distribui (melhora a circulação)
4. Constrói — rápida reparação das células e dos tecidos
5. Sustenta o corpo físico visível
6. Vitaliza o sangue, os tecidos e o sistema esquelético do corpo
7. Estimula e ativa

Aplicações:

1. Feridas internas e externas
2. Ossos quebrados
3. Alergia
4. Órgãos ou partes enfraquecidas ou preguiçosas
5. Cansaço ou fraqueza geral
6. Paralisia
7. Revivificação de pacientes inconscientes
8. Revivificação ou prolongamento da vida de pacientes moribundos
9. Sarampo

PRANA LARANJA

1. Expulsa
2. Elimina
3. Descongestiona
4. Limpa
5. Libera — da matéria bioplasmática doente
6. Dissolve
7. Extrai
8. Desintegra, rompe e destrói

Aplicações:

1. Problemas relacionados à expulsão ou eliminação de resíduos, germes, toxinas e matéria bioplasmática doente.
2. Problemas de rins e bexiga

3. Constipação
4. Problemas menstruais
5. Remoção de coágulos sanguíneos
6. Artrite
7. Cisto
8. Resfriado, tosse e problemas pulmonares

O prana laranja tem um efeito muito poderoso. Portanto deve se evitar empregá-lo no tratamento de órgãos delicado, como os olhos, o cérebro, o coração e o fígado. A energização intensa e regular com prana laranja de órgãos delicados pode causar sérios prejuízos, como descolamento da retina ou hemorragia cerebral. O prana laranja não deve ser usado em pacientes portadores de apendicite, porque pode acelerar a ruptura do apêndice inflamado. Este prana é também usado para facilitar a abstração da consciência de uma pessoa que está morrendo.

PRANA VERDE

1. Decompõe
2. Dissolve
3. Descongetiona
4. Desintoxica
5. Desinfeta
6. Desfaz
7. Libera a matéria bioplasmática doente.

Aplicações:

1. Dissolução de coágulos sanguíneos.
2. Desinfetante
3. Resfriados
4. Febre
5. Usado na limpeza localizada para descongestionar e liberar matéria bioplasmática doente fortemente ligada.

Os pranas laranja e verde são geralmente usados para descongestionar e limpar uma parte doente, através da liberação da matéria bioplasmática doente. Após ser liberada, a matéria doente é removida pela varredura localizada, efetuando-se depois a energização da região afetada. A liberação e expulsão da matéria bioplasmática doente, através desses dois pranas, permitem que prana fresco penetre na parte afetada, restabelecendo assim a saúde da região tratada.

O prana verde é mais suave e mais seguro, quando comparado com o prana laranja. Quando um órgão interno tem de ser energizado com prana laranja, como precaução, é aconselhável usar o prana verde antes do laranja.

O prana verde-claro deve ser usado antes de se energizar com pranas mais potentes, como o laranja, o vermelho e o violeta. Essa medida de precaução deve ser tomada para se evitar um possível dano ou ferimento no paciente. Energizar primeiro com prana verde claro e, depois, com prana laranja-claro é um meio muito eficaz de descongestionar, eliminar e limpar física e bioplasmaticamente a parte que está sendo tratada. Por favor, observe a seqüência certa. Primeiro utilize o prana verde-claro e depois o prana laranja-claro e não o contrário. Quando prana verde-laranja-claro é projetado ou quando ambos os pranas verde e laranja são projetados simultaneamente, os efeitos desses dois pranas se multiplicam inúmeras vezes. Assim, o efeito é, até certo ponto, destrutivo e é empregado no tratamento de casos de artrite. Quanto tons mais escuros de prana verde e prana laranja são utilizados, o efeito é bastante destrutivo. Daí serem empregados no tratamento de cistos e tumores. Para um efeito mais poderoso, emprega-se o prana verde-laranja-escuro.

PRANA AMARELO

1. Liga ou consolida
2. Absorve, multiplica e faz crescer
3. Inicia ou auxilia o início
4. Possui efeito estimulante sobre os nervos

Aplicações:

1. Feridas
2. Ossos fraturados
3. Problemas da pele
4. Restabelecimento celular

PRANA AZUL

1. Desinfeta com segurança
2. Inibe
3. Localiza e reduz
4. Anestesia suavemente
5. Refresca
6. Torna maleável ou flexível

Aplicações:

1. Problemas devidos à infecção
2. Remoção da dor
3. Inflamações
4. Inibição de chakras, órgãos e ação motora
5. Indução de sono e relaxamento
6. Interrupção de hemorragias
7. Febre

Uma vez realizei uma experiência com um paraplégico. Primeiro, tratei o cérebro e, depois, o braço direito. O prana azul-claro foi dirigido ao braço direito afetado por vários minutos. O resultado foi que o paciente apresentou enorme dificuldade em levantar o braço direito. Quando o prana vermelho-claro foi dirigido à área afetada, o paciente conseguiu movimentar o braço direito com maior facilidade. No dia seguinte a melhora foi maior. *Isso demonstra que o prana azul tem efeito inibidor, enquanto o prana vermelho tem efeitos estimulantes e fortalecedores.*

PRANA VIOLETA

O prana violeta tem as propriedades de todos os outros cinco pranas e é muito poderoso. É empregado em vários tipos de problemas. Em geral não é utilizado em casos simples. O prana violeta-claro ou prana verde-violeta é empregado para a cura rápida de órgãos internos parcialmente danificados, como a úlcera gástrica grave. O prana violeta-claro serve para tratar infecções sérias, tais como sífilis e pneumonia. O prana violeta-escuro faz cessar e elimina, sendo usado para tratar de casos de câncer.

Através da observação clarividente, a cor índigo não é normalmente encontrada em quaisquer dos chakras ou em qualquer parte do corpo bioplasmático. É por isso que só seis tipos de pranas coloridos foram descritos neste capítulo.

O efeito do prana colorido é determinado e aumenta a intenção do praticante da cura. Por exemplo: o prana azul pode ser usado para inibir um chakra ou um órgão pela formação de uma forte intenção de inibir ao ser projetado.

O uso do prana colorido, em vez do prana branco, funciona como o tratamento de um especialista em vez do de um clínico geral. O prana colorido é mais especializado e mais potente do que o branco. Porém, o seu uso exige maiores habilidades visualizadoras. Eu geralmente emprego uma técnica mais segura, que consiste em combinar prana colorido de

matizes mais claros com prana branco. *Geralmente visualizo o prana projetado como de um branco deslumbrante no centro, com a periferia tingida de prana colorido.* Por exemplo: posso visualizar o centro do prana projetado de um branco brilhante e a periferia vermelho-claro, para fortalecer um órgão. A potência do prana colorido é diluída, tornando-o, assim, mais seguro. *O prana branco é harmonizante, no sentido de que fornece os outros pranas coloridos, necessários à cura, e redistribui os pranas coloridos em excesso na área tratada para outras partes do corpo.* Algumas vezes emprego prana colorido claro ou mais escuros, não diluídos, para obter efeitos mais poderosos.

No caso de não saber que prana colorido usar, use apenas o branco. Geralmente uso prana branco, especialmente em crianças, bebês ou idosos. Em certas ocasiões, quando o prana branco não é suficientemente eficaz, então emprego o prana colorido. Por exemplo: a alergia pode ser aliviada pelo uso tanto do prana branco quanto dos pranas coloridos. Mas há casos de alergia que só podem ser aliviados através do prana vermelho. O emprego de prana branco ou outros pranas coloridos não produz qualquer efeito substancial sobre esse tipo sério de alergia.

Para estudantes ou praticantes da cura colorida, as propriedades ou qualidades dos pranas verde, amarelo e laranja podem parecer estranhas ou duvidosas. Essa também foi minha reação inicial. Mas estudos e experimentos posteriores me mostraram que elas eram corretas.

Através da experimentação com pranas coloridos e do estudo dos pranas contidos nos chakras e órgãos controlados e energizados pelos chakras correspondentes, é possível deduzir e verificar a precisão das propriedades ou qualidades dos diferentes tipos de pranas coloridos mencionadas neste livro.

OS ONZE CHAKRAS MAIORES

Os chakras maiores possuem cerca de dez centímetros de diâmetro. No caso de iogues avançados, os chakras maiores têm cerca de doze a quinze centímetros de diâmetro e são mais brilhantes e mais refinados. *Os chakras maiores não apenas controlam e energizam todo o corpo físico, mas também controlam e afetam as condições psicológicas e espirituais da pessoa.*

1. *Chakra da base.* Tem quatro pétalas e contém os pranas vermelho e laranja. O prana vermelho do chakra da base é usado para energizar e

fortalecer todo o corpo físico visível. Este chakra energiza e influencia todo o corpo físico visível — músculos, ossos, sangue, glândulas adrenais, órgãos sexuais, órgãos internos, a vitalidade geral e a temperatura do corpo — e a taxa de crescimento das crianças. A qualidade do sangue produzido é influenciada por ele. Este chakra é muito importante e é usado com muita frequência na cura prânica avançada. O mau funcionamento deste chakra pode manifestar-se como alergia, baixa vitalidade, câncer, problemas sexuais, problemas de crescimento e também desordens psicológicas. *O chakra da base é o centro da auto-sobrevivência ou autopreservação.* Algumas pessoas cujo chakra da base está subativado tendem a ser pouco práticas, pouco realistas ou, em casos mais sérios, tendem a ficar completamente fora da realidade. Pessoas com inclinação suicida tendem a apresentar chakras da base fracos e subativados.

2. *Chakra sexual.* Tem seis pétalas e contém pranas vermelho e laranja. Este chakra contém prana vermelho de dois matizes diferentes. Controla e energiza os órgãos sexuais e a bexiga. Em um grau substancial também energiza as pernas. Clarivamente é observado que, quando uma pessoa está urinando, seu chakra sexual e o chakra *meng mein* produzem mais prana laranja, que é empregado na expulsão e eliminação de resíduos do corpo. *O chakra sexual é o centro criador físico ou inferior.*

3. *Chakra meng mein.* Tem oito pétalas e contém pranas laranja, amarelo e laranja-vermelho. O chakra *meng mein* controla e energiza os rins, as glândulas supra-renais e, até certo ponto, outros órgãos internos. Age como uma *estação bombeadora* de energia prânica vermelha proveniente do chakra da base e é responsável pela *subida do fluxo de energia prânica pela coluna.* Este chakra é muito importante e é, frequentemente usado, juntamente com o chakra da base, na cura prânica avançada.

4. *Chakra do umbigo.* Tem oito pétalas e contém predominantemente pranas amarelo, verde, azul, vermelho e violeta. Também contém um pouco de prana laranja. Controla e energiza o intestino delgado, o intestino grosso inferior e o apêndice. O chakra do umbigo produz o “*ki sintético*”, que facilita ou auxilia na circulação de prana pelo corpo etérico. Pessoas com mais “*ki sintético*” podem absorver mais prana do que outras com menos “*ki sintético*”. Pessoas deste último tipo sentem-se fracas durante as estações mais frias do ano.

5. *Chakra do baço.* Tem seis pétalas e contém pranas vermelho, laranja, amarelo, verde, azul e violeta. Absorve grande quantidade de pra-

na do ar e energiza outros chakras maiores, através da distribuição dos pranas absorvidos. Em outras palavras, o chakra do baço energiza todo o corpo bioplasmático, energizando, assim, o corpo físico visível.

Este chakra está intimamente relacionado ao chakra do umbigo. Quando o do umbigo é energizado ou ativado, o do baço torna-se energizado ou ativado, absorvendo, portanto, mais prana do ar, o que eleva o nível de energia prânica de todo o corpo.

Uma pessoa pode ser energizada apenas através da concentração no chakra do umbigo. A concentração neste chakra, energiza-o e ativa-o. Isso, por sua vez, ativa e energiza o chakra do baço, que energiza os demais chakras, e, conseqüentemente, todo o organismo.

6. *Chakra do plexo solar.* Tem dez pétalas e contém pranas vermelho, laranja, amarelo, verde e azul. Também contém um pouco de prana violeta. Controla e energiza o fígado, o pâncreas, o estômago, o intestino grosso e o diafragma e, até certo ponto, energiza as glândulas supra-renais, o intestino delgado, o coração, os pulmões e outras partes do corpo. É mais fácil energizar o pâncreas através do chakra dorsal do plexo solar. *Uma pessoa esgotada pode ser rapidamente revitalizada pela energização do chakra do plexo solar.* Quando uma pessoa está comendo, mais prana verde é produzido. *O chakra do plexo solar é um dos chakras mais importantes, porque controla e energiza muitos órgãos vitais. É facilmente perturbado ou desequilibrado por emoções negativas. O chakra do plexo solar é o centro das emoções inferiores.*

Quando uma pessoa está muito zangada, seu chakra do plexo solar pulsa desordenadamente. Isso faz com que o diafragma também se mova desordenadamente, resultando em respirações pouco profundas e irregulares.

Quando uma pessoa está evacuando, o chakra do plexo solar, o do umbigo e o da base produzem grande quantidade de pranas laranja e amarelo. Quando o prana laranja entra em contato com o amarelo produz um efeito liberador sobre o intestino grosso. É por essa razão que o prana laranja ou o amarelo ou ambos são empregados no tratamento da prisão de ventre.

7. *Chakra do coração.* Tem doze pétalas. O chakra frontal do coração contém grande quantidade de pranas amarelo e dourado, com um pouco de prana vermelho-laranja. Controla e energiza o coração e o timo. O chakra dorsal contém prana vermelho-laranja com um pouco de prana amarelo-dourado. Controla e energiza basicamente os pulmões e até certo

ponto, o coração. *O chakra do coração é o centro das emoções superiores ou refinadas.* Está intimamente relacionado com o chakra do plexo solar, uma vez que ambos são centros emocionais. Excitar o chakra do plexo solar significa excitar também o chakra do coração. É por isso que as emoções negativas têm, com o passar do tempo, efeitos prejudiciais sobre o coração.

8. *Chakra da garganta.* Tem dezesseis pétalas e predominantemente contém prana azul, com um pouco de pranas violeta e verde. Grande parte do prana verde é produzida quando a pessoa está comendo. O chakra da garganta energiza a garganta, a tireóide, as paratireóides e o sistema linfático. O mau funcionamento deste chakra manifesta-se sob a forma de problemas relacionados à garganta, tais como bócio, rouquidão, perda da voz e asma. *O chakra da garganta é o centro da mente concreta ou inferior, ou faculdade mental inferior, e é também o centro criativo superior.*

9. *Chakra ajna.* Possui noventa e seis pétalas e apresenta duas divisões. Cada divisão tem quarenta e oito pétalas. Em algumas pessoas, uma das divisões é, predominantemente, amarelo-claro; a outra divisão é predominantemente violeta-claro. Outras apresentam uma divisão verde-embranquiçado e a outra violeta-claro. Os pranas coloridos predominantes no *ajna* não são os mesmos para todas as pessoas. A cor do chakra *ajna* também varia de acordo com o estado psicológico do indivíduo. *O chakra ajna é o centro da mente abstrata ou superior e é também o centro diretivo ou da vontade.* Controla a energia a glândula pituitária e todo o corpo. O chakra *ajna* é chamado de chakra-mestre, porque controla todos os chakras maiores, as glândulas endócrinas e os órgãos vitais. O mau funcionamento deste chakra manifesta-se como doenças relacionadas às glândulas endócrinas e aos olhos.

10. *Chakra da testa.* Possui cento e quarenta e quatro pétalas e doze divisões. Cada uma delas contém doze pétalas. Este chakra controla e energiza a glândula pineal e o sistema nervoso. O seu mau funcionamento pode se manifestar como insanidade, perda de memória, paralisia e epilepsia. O chakra da testa contém pranas violeta, azul, vermelho, laranja, amarelo e verde. *É o centro da consciência cósmica inferior ou consciência búdica inferior.*

11. *Chakra da coroa.* Apresenta novecentas e sessenta pétalas externas e doze pétalas internas. É o único chakra com dois conjuntos de pétalas. É

como se ele tivesse um chakra interior e outro exterior. O chakra frontal do coração assemelha-se ao chakra inferior do chakra da coroa. As doze pétalas interiores contêm, predominantemente, prana amarelo-dourado, e as noventa e seis pétalas externas contêm pranas violeta, azul, verde-amarelo e laranja-vermelho. O chakra da coroa controla e energiza o cérebro e a glândula pineal. O seu mau funcionamento manifesta-se como doenças relacionadas a esses órgãos, que podem se traduzir tanto em doenças físicas quanto psicológicas.

O chakra da coroa é o centro da consciência cósmica superior ou consciência búdica superior. A faculdade mental pode ser comparada a um homem cego, enquanto que a consciência búdica o é a uma pessoa que enxerga. Para um homem cego ter uma idéia da forma de um elefante, gasta um tempo considerável tocando o elefante e tentando deduzir e sintetizar os dados colhidos. Uma pessoa que enxerga será capaz de ver imediatamente qual a forma do elefante. A consciência búdica é a compreensão de algo sem que seja preciso um longo período de estudos ou um raciocínio dedutivo ou indutivo: é a "compreensão ou percepção direta" imediata. *Uma outra terminologia para consciência búdica é consciência de Cristo.*¹ Através da consciência búdica, o indivíduo sente-se Um com tudo, Um com Deus. É através da consciência de Cristo que se pode sentir amor-bondade para com tudo

ENERGIZAÇÃO COM PRANAS COLORIDOS

Há três métodos de energização com pranas coloridos:

1. Através da visualização,
2. Através da técnica dos chakras e
3. Através da visualização e da técnica dos chakras.

Através da visualização, você simplesmente realiza a respiração prânica e visualiza o prana colorido específico saindo de sua mão. Não visualize esse prana sendo absorvido, apenas visualize esse prana sendo projetado pelo chakra de sua mão. Por exemplo: se quiser energizar com prana verde, simplesmente visualize luz verde projetando-se de seu chakra da mão. Pratique regularmente, de modo a ter certeza de que o prana projetado é o predeterminado. É muito provável que você possa estar visualizando a projeção de prana verde ou azul e o que realmente está

1. Para maior compreensão destes termos, consulte Blavatsky H.P. — *Glossário Teosófico*, Ed. Ground., 1988. (N.T.)

sendo projetado é o prana vermelho-claro. Ou talvez você esteja querendo projetar prana vermelho-claro, mas está projetando vermelho-escuro. A prática é necessária para que a pessoa se torne experiente na projeção de pranas coloridos.

Na técnica dos chakras, você simplesmente escolhe um chakra-fonte, que fornece o prana colorido específico necessário. Por exemplo: se você quer tratar uma infecção com prana azul ou azul-verde, você pode absorver prana do chakra de sua garganta e projetar o prana azul ou o azul-verde através do chakra da mão. Isso pode ser feito simplesmente realizando a respiração prânica e se concentrando simultaneamente no seu chakra da garganta e no chakra da mão. É preciso também formar a intenção de absorver prana do chakra da garganta e de projetá-lo através do chakra da mão. Esta é uma técnica semelhante à técnica de energização ensinada na cura prânica elementar. Em vez de se concentrar nos chakras das mãos direita e esquerda, você simplesmente se concentra no seu chakra da garganta, e no chakra da mão. Um outro exemplo: se você quer tratar de uma ferida recente usando prana laranja-vermelho, pode empregar o chakra da base como chakra-fonte e projetá-lo através do chakra da mão.

Algumas vezes, usar unicamente a técnica dos chakras não é suficiente para produzir o tipo e matiz corretos do prana colorido. É necessário combinar a técnica da visualização com a técnica dos chakras. Por exemplo: se você quer fortalecer um órgão interno com prana vermelho-claro, concentre-se no chakra da base, ou visualize o chakra da base bem vermelho, e prana vermelho-claro sendo projetado pelo seu chakra da mão. Se você se concentrar no chakra da base sem visualizar sua mão projetando prana vermelho-claro, poderá projetar prana laranja-vermelho em vez de vermelho-claro. O prana vermelho é fortalecedor. Mas muitos órgãos internos não podem resistir a muito prana laranja ou laranja-vermelho, porque estarão fisicamente prejudicados.

Você pode realizar o experimento de transformar prana branco em prana colorido por um ato de vontade. Isso exige o auxílio de um clarividente ou uma pessoa com visão áurica: pegue um copo d'água e coloque-o à sua frente. Absorva glóbulos de vitalidade ou prana branco das vizinhanças do copo d'água, pela ação da vontade, e visualize-os juntando-se para formar uma bola branca de luz. Faça com que a bola de prana branco (bola branca de luz) penetre na água do copo. Visualize e transforme a bola branca de luz no prana colorido específico, que deseja. Faça um *feedback* com o clarividente, para saber se obteve sucesso tanto em colocar quantidade suficiente de prana dentro da água quanto na transformação do prana branco no prana desejado. Deixe que o clarividente observe a água energizada

durante várias horas e por vários dias, para ver se o prana branco se transformou permanentemente no prana desejado.

No início, você talvez encontre problemas para reunir os glóbulos de vitalidade e transformá-los no prana colorido específico. O prana transformado pode não ser estável. Por exemplo: você pode visualizar prana verde e obter outros pranas coloridos. Nem todos os glóbulos de vitalidade se transformam no prana colorido esperado. O prana colorido transformado não é estável e sua cor vacila entre o verde e o branco. Se o prana for ainda muito instável, mais “vontade” ou visualização precisa ser feita. Tais problemas podem ser facilmente superados pela prática.

ALGO MAIS SOBRE ENERGIZAÇÃO

Alguns praticantes da cura usam olhos na energização dos pacientes. Essa prática, quando realizada freqüentemente, durante um longo período de tempo ou mesmo por um curto período, pode trazer danos aos olhos. Quando se faz energização, um elo bioplasmático ou etérico se estabelece entre o chakra projetante e a parte doente. A matéria ou substância etérica doente poderá ser absorvida pelo chakra projetante através do elo etérico. É por isso que os olhos serão prejudicados, se usados regularmente na projeção do prana para as partes doentes. Algumas vezes, os praticantes da cura sentem a matéria bioplasmática doente subindo lentamente por seus braços, quando estão energizando com os chakras das mãos.

Pelo mesmo motivo, não é aconselhável energizar diretamente de seu chakra maior para a parte afetada do paciente. É melhor energizar com os chakras das mãos ou dos dedos, uma vez que mãos e dedos são mais fáceis de limpar e não são muito delicados, quando comparados com olhos, cérebro ou coração.

Algumas vezes, muito embora o praticante esteja empregando o seu chakra da mão para energizar a parte afetada, também inconscientemente energiza com os olhos. Isso, ao longo do tempo, também os prejudica. Esse tipo de ocorrência se dá com os praticantes que tendem a olhar fixa e intensamente para a parte afetada, quando realizam o tratamento.

VARREDURA GERAL AVANÇADA

Na varredura geral, use primeiro prana verde-claro para limpar, descongestionar e desinfetar o paciente. Depois, prana vermelho-claro para fortalecer o corpo todo.

1. Visualize uma bola de luz brilhante sobre a coroa.
2. Aplique movimento de varredura para baixo e visualize um prana verde-embranquiçado claro descendo da bola, preenchendo e limpando todo o corpo, com ênfase maior na parte da frente do corpo. Visualize todos os chakras maiores frontais bem limpos e brilhantes.
3. Aplique um outro movimento de varredura para baixo e visualize o prana verde-embranquiçado claro limpando todo o corpo, com maior ênfase na parte dorsal do corpo. Visualize a coluna e os chakras maiores dorsais bem limpos e brilhantes.
4. Aplique um outro movimento de varredura para baixo e visualize prana verde-embranquiçado claro limpando todo o corpo, com maior ênfase nos órgãos internos importantes. Visualize os órgãos internos com uma cor vermelho-claro brilhante.
5. Aplique outro movimento de varredura para baixo duas vezes e visualize prana vermelho-embranquiçado claro energizando e fortalecendo todos os órgãos internos importantes. Visualize todos os raios da saúde fortes, retos e brilhantes, especialmente na região afetada.
6. Aplique um outro movimento de varredura para baixo e visualize prana vermelho-embranquiçado claro energizando e fortalecendo os ossos e os músculos. Visualize todos os raios da saúde bem retos e brilhantes. Você pode repetir todo o processo várias vezes.

Esta forma avançada de varredura geral limpa, energiza e fortalece todo o corpo. Pode dar alívio à asma e pode ser usada para tratar calafrios e febre. Tem efeitos bastante benéficos sobre pacientes que acabaram de sofrer cirurgia e deve ser usada antes e depois de cirurgias.

VARREDURA LOCALIZADA AVANÇADA

Visualize prana verde-embranquiçado claro ou azul-embranquiçado claro envolvendo sua mão com cerca de quinze centímetros de diâmetro e cerca de 30 a 45 centímetros de comprimento. Aplique a varredura localizada na região afetada, visualizando simultaneamente a matéria cinzenta doente sendo removida e a parte afetada sendo preenchida com prana. Esta varredura localizada avançada é bastante eficaz e pode remover dor de dente suave, dor de cabeça fraca e outros problemas menores com apenas um ou dois movimentos de varredura. Em casos de dor muscular, você pode usar prana vermelho-claro.

DESCONGESTÃO OU LIBERAÇÃO

Se for difícil remover a matéria bioplasmática doente e esta for muito resistente, é aconselhável energizar primeiro com prana verde-embranquiçado, durante dois ciclos respiratórios e, depois, com prana laranja-embranquiçado claro por dois ciclos respiratórios para liberar a matéria bioplasmática doente. Por favor, observe a seqüência: primeiro, prana verde e, depois, prana laranja. Esse procedimento é bastante seguro. A remoção da matéria doente liberada pode ser facilitada pela projeção de prana amarelo-embranquiçado claro ou prana azul-embranquiçado claro, ao se realizar a varredura localizada. Se a limpeza for adequadamente feita, deve ocorrer um alívio ou melhora parcial. Em casos de órgãos delicados, tais como cérebro, olhos, coração e fígado, não é aconselhável usar prana laranja.

LIMPEZA DE ÓRGÃOS DELICADOS

Algumas vezes um problema pode ser causado por um entupimento parcial de canais bioplasmáticos muito finos. Um exemplo seria o da miopia ou da hipermetropia. O prana gasto e a matéria bioplasmática doente localizados nos olhos são liberados e decompostos em partículas muito pequenas pela energização com prana verde-claro embranquiçado. Projete prana amarelo-embranquiçado claro para reunir essas partículas, para facilitar a remoção, e aplique a varredura localizada. O prana amarelo-claro é preferível ao azul, porque o prana azul tende a remover não apenas o prana gasto, mas também o prana fresco. Por favor, observe que o prana verde-embranquiçado claro é empregado na liberação e limpeza de órgãos delicados, como os olhos e o cérebro. O prana laranja não é empregado porque é muito poderoso e pode resultar em efeitos colaterais indesejáveis. Não há motivos para correr riscos desnecessários.

POR QUANTO TEMPO A ENERGIZAÇÃO DEVE SER FEITA?

Não há resposta precisa para essa questão. Fica a critério do praticante. Certos fatores devem ser considerados, tais como a condição do paciente, a gravidade do problema, a taxa de consumo de energia prânica da parte afetada e a experiência do praticante. Alguns preferem energizar intensa e rapidamente, enquanto outros preferem energizar moderada e

gradualmente. Praticantes da cura avançada podem energizar um chakra em apenas alguns segundos. O prana colorido é projetado apenas durante três ou quatro segundos. Em casos suaves, o tratamento pode levar menos de um minuto.

Em casos comuns de infecção, a energização com prana azul ou verde, durante cerca de cinco a sete ciclos respiratórios, é suficiente. Em casos sérios de infecção, a energização exige cerca de dez a quinze minutos a cada duas horas, durante oito horas. Em casos de órgãos que se encontram ligeiramente enfraquecidos, a energização com prana vermelho claro por cerca de cinco a sete ciclos respiratórios é suficiente. Órgãos que se encontram seriamente enfraquecidos podem exigir quinze ciclos respiratórios por tratamento. Essas são apenas orientações aproximadas. Use seu próprio critério de avaliação. É muito importante reexplorar e determinar se a energização foi ou não suficiente.

QUAL DEVE SER A FREQUÊNCIA DO TRATAMENTO?

Em casos de emergência, o tratamento deve ser administrado em intervalos mais curtos, até que a condição se estabilize. Em casos sérios, o tratamento deve ser aplicado uma vez ao dia, ou uma vez a cada dois dias, e em casos menos sérios pode ser feito uma vez por semana. Problemas comuns geralmente exigem apenas uma ou duas sessões de cura. É importante que a taxa de cura seja mais rápida do que a taxa de deterioração. É por isso que, em casos sérios e de emergência, o tratamento deve ser administrado em intervalos menores.

TRATAMENTO DE CRIANÇAS E IDOSOS

Ao tratar de crianças, é aconselhável evitar o uso de prana verde escuro, porque pode afetar o futuro desenvolvimento dos órgãos que estão sendo energizados. O uso de varredura localizada e energização com prana branco é suficiente para limpar e energizar a criança. Não há porque assumir riscos desnecessários, não importa quão mínimos sejam.

Ao tratar crianças e idosos, é aconselhável evitar o uso de prana azul escuro especialmente nos chakras do plexo solar e do coração, devido aos fortes efeitos inibidores sobre o funcionamento desses órgãos.

INVOCAÇÃO ANTES DA CURA

É melhor invocar o auxílio da Divina Providência antes de curar o paciente, para tornar a cura prânica mais fácil, mais eficaz e segura. Se o paciente estiver sofrendo de um problema sério, então peça ao Senhor para designar um anjo da cura, para permanecer com o paciente após o tratamento, de modo a acelerar o processo de cura.

INFECÇÃO E INFLAMAÇÃO

Para tratar infecção e inflamação, use prana verde-embranquiçada claro e, depois, prana azul-embranquiçado claro. O prana azul é empregado quando se deseja obter efeitos desinfetantes, inibidores, controladores, localizadores, refrescantes e calmantes. O prana verde produz efeitos desinfetantes, descongestionantes e de limpeza. O prana verde quebra a matéria bioplasmática doente. Em tipos severos de infecção, use o prana violeta, porque ele tem efeitos desinfetantes mais fortes. Outros pranãs também têm efeitos desinfetantes, mas sua eficácia é menor. Após desinfetar a parte afetada, energize-a com prana vermelho claro, para fortalecê-la.

O prana azul desinfeta através de sua ação inibidora, seus efeitos localizadores e repressores e também por estimular a produção de anticorpos. O prana verde age através da destruição dos germes (diretamente) ou através de uma ação indireta, ao estimular a produção de anticorpos ou substâncias que têm efeitos destruidores sobre os germes. Quando o prana azul-esverdeado (30% de prana esverdeado e 70% de prana azul) é usado, a potência multiplica-se. De preferência não empregue o prana azul-esverdeado na varredura geral, porque alguns pacientes não podem suportá-lo e isso pode trazer efeitos prejudiciais sérios para eles.

O prana azul-esverdeado é usado em casos de inflamação e infecção sérias e deve ser empregado com cuidado em órgãos delicados. É também utilizado no tratamento de envenenamento alimentar e picadas de insetos nos braços e pernas. De preferência, não o use em pessoas com menos de vinte anos e também nas com mais de quarenta e cinco, por que ele apresenta um efeito constritivo sobre órgãos delicados. Se usado com regularidade, durante um certo período de tempo, pode apresentar efeitos prejudiciais.

FORTALECIMENTO

O prana vermelho-embranquiçado claro é empregado para fortalecer órgãos ou partes enfraquecidos. Energize a região afetada com prana verde-

prana vermelho e pelo uso de uma peça de roupa vermelha próxima a ela. Energize a região com prana verde claro durante um ciclo respiratório e, depois, com prana vermelho claro por cerca de cinco a oito ciclos respiratórios.

Para curar a alergia e não apenas aliviá-la, limpe o chakra *ajna* e o chakra da base. Energize o chakra da base com prana vermelho, por cerca de sete ciclos respiratórios, e o *ajna* com vermelho-embranquiçado claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios. Os ossos de braços e pernas têm de ser energizados com prana vermelho claro. Isso se faz energizando os braços através dos chakras das mãos e das axilas com prana vermelho claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios para cada chakra. Energize as pernas através dos chakras das solas dos pés e dos quadris, com prana vermelho claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios para cada chakra. Visualize o prana vermelho claro entrando nos ossos. Repita o tratamento duas vezes por semana nas primeiras semanas e, depois, reduza para uma vez por semana. O mau funcionamento parcial do fígado ou do rim também pode causar alergia. Em tais casos, trate também do chakra do plexo solar e o fígado, ou o chakra *meng mein* e o rim ou rins.

COMO ATIVAR O CHAKRA

A ativação de um chakra seu ou de um paciente é necessária para uma cura mais avançada e rápida. Um método simples de ativação de chakra consiste na visualização e na vontade de que o chakra aumente de tamanho e brilho, enquanto simultaneamente energiza-o com prana vermelho. Visualize o chakra aumentado de sete para doze centímetros e se tornando ofuscante. O fator-chave é a vontade. Faça isso por cerca de cinco ciclos respiratórios.

TÉCNICA MESTRA DE CURA — ATIVAÇÃO E ENERGIZAÇÃO DO CHAKRA DA BASE E DO CHAKRA *MENG MEIN*

A ativação e energização dos chakras da base e *meng mein* uma técnica muito importante de cura. O chakra da base energiza todo o corpo físico. A ativação e energização desse chakra apenas aumentará o nível de energia prânica do corpo a um grau limitado. Como foi explicado anteriormente, o chakra *meng mein* age como uma espécie de "bomba propulsora",

para facilitar a distribuição da energia prânica vermelha do chakra da base para as outras partes do corpo. Para ser mais preciso, o chakra *meng mein* age como um “acelerador”, uma vez que aumenta a taxa de vibração do prana proveniente do chakra da base. Assim, a taxa de vibração do prana proveniente do chakra da base é mais elevada quando sai do chakra *meng mein* do que quando penetra nele. Sem a ativação e energização do chakra *meng mein*, a energia prânica do chakra da base terá dificuldade para se espalhar rapidamente para outras partes do corpo. Será algo semelhante a uma grande fábrica em produção total, mas com um departamento de comercialização muito ineficiente na distribuição dos produtos.

Quando esses dois chakras são ativados e energizados, a energia prânica proveniente do chakra da base jorra com tremenda velocidade através do canal ou meridiano bioplasmático dorsal e se espalha para todas as partes do corpo. O corpo e todos os órgãos internos são energizados e fortalecidos e se tornam muito mais brilhantes e mais avermelhados. A ativação e energização dos chakras da base e *meng mein* é considerada como a técnica mestra de cura”, que pode ser usada para tratar muitos tipos de problemas, tais como:

1. Energização e fortalecimento do corpo inteiro e de órgãos internos. É uma técnica muito útil para pacientes que estão fracos ou muito esgotados e tenham problemas que envolvam órgãos internos. Em alguns pacientes, os efeitos da energização e fortalecimentos são quase instantâneos. Também pode ser empregada para tornar atletas jovens e fortes ainda mais fortes.

2. Para aumentar enormemente e fortalecer o mecanismo de defesa do organismo. Esta técnica é utilizada em tipos severos de infecção. Isso significa que, se seu paciente apresenta infecção ocular séria ou infecção pulmonar, então esta técnica de cura pode ser empregada. Não a utilize em pacientes com doença venérea ou que tenha histórico de doença venérea, uma vez que esta técnica produz grande quantidade de prana vermelho, que ativará os germes desse tipo de doença, piorando assim a condição do paciente.

3. Esta “técnica mestra de cura” acelera em várias vezes o processo de cura e pode ser empregada em alguns tipos de doenças graves. Há exceções, quando o paciente sofre de pressão alta ou de congestão prânica em todo o corpo. A congestão prânica do corpo inteiro ocorre algumas vezes em estudantes de ciências esotéricas, que praticaram em demasia ou incorretamente o yoga de tipo avançado.

4. Essa técnica pode ser empregada em casos de emergência. Pacientes inconscientes, que estão à beira da morte, podem ser revivificados por ela.

Ouando os chakras da base e *meng mein* são energizados, a energia prânica vermelha proveniente do chakra da base sobe a toda velocidade para energizar o cérebro e todo o corpo.

5. Essa técnica acelera a reparação dos tecidos ou a taxa de crescimento celular e pode ser empregada em pacientes, antes e depois de cirurgias.

Esta "técnica mestra de cura" é também utilizada como técnica de cura suplementar ou de apoio, juntamente como tratamento prânico específico. Por exemplo: se o paciente tem um problema pulmonar, então os pulmões precisam ser tratados (tratamento prânico específico), e os chakras da base e *meng mein* devem ser ativados e energizados para elevar a taxa de cura. O tratamento prânico específico pode ser aplicado antes ou depois da ativação e energização dos chakras da base e *meng mein*.

Um dos efeitos da utilização desta poderosa técnica de cura é que ela tende a aumentar o impulso sexual. Os pacientes deve ser avisados a respeito disso e aconselhados a evitar a atividade sexual, para prevenir a depleção prânica e acelerar o processo de cura

Procedimento:

1. Aplique a varredura localizada nos chakras da base e *meng mein*. Em alguns pacientes, é necessário limpar os meridianos dorsal e frontal.

2. Ative e energize os chakras da base e *meng mein* do paciente por cerca de cinco a sete ciclos respiratórios. Você pode ativar e energizar os dois chakras ao mesmo tempo ou ativar e energizar cada um isoladamente. Visualize os chakras aumentando seu tamanho para mais de 12 cm de diâmetro e se tornando mais brilhantes.

Os praticantes experientes não devem usar seu poder de vontade com força total, pois o paciente poderia sofrer efeitos colaterais indesejáveis, devido à superativação dos chakras da base e *meng mein*. Reexplora os chakras frontal e lateralmente, para determinar o grau de ativação.

Esta poderosa técnica de cura é bastante segura, quando são observadas as seguintes orientações:

1. Nunca empregue esta técnica em mulheres grávidas. A energia gerada pode oprimir ou destruir os chakras delicados do feto. Há a possibilidade de aborto ou do bebê nascer morto.

2. Não ative e energize por mais de sete ciclos respiratórios. Em caso de praticantes poderosos, o número de ciclos deve ser reduzido. O paciente pode ser superenergizado, o que resultaria em pressão alta e possível alergia pelo corpo. Ele poderá se sentir muito fraco e ansioso nos dias seguintes,

devido ao excesso de energia prânica. Também o cérebro será afetado e o paciente pode sentir dificuldade em se concentrar.

3. *Não energize intensamente o chakra do baço, se os chakras da base e meng mein estiverem sendo ativados e energizados ou se ainda o vão ser, pois isso faria o corpo se tornar superenergizado. Os efeitos colaterais serão semelhantes aos da superativação e superenergização dos chakras da base e meng mein, exceto que, neste último caso, os efeitos podem ser até mais sérios. Funcionará como a queima de um fusível ou o derretimento de um fio devido a um excesso de corrente elétrica. Não ative ou energize intensamente o chakra do umbigo, se os chakras da base e meng mein estiverem sendo ou vão ser ativados. Através da energização ou ativação intensa do chakra do umbigo, o chakra do baço torna-se ativado ou intensamente energizado.*

4. Esta técnica não deve ser empregada em pacientes com pressão alta ou portadores de glaucoma.

5. Não deve ser empregada em pacientes portadores da lepra, pois apenas pioraria o problema.

6. Esta técnica não deve ser empregada em pacientes portadores de câncer, pois a técnica mestra de cura tende a aumentar a taxa de crescimento das células. Portanto, aumentará enormemente a taxa de crescimento das células cancerosas, piorando a condição do paciente. Não deve também ser aplicada em pacientes portadores de inflamação hepática ou cirrose do fígado pelas razões.

7. Não empregue esta técnica de cura em pacientes com leucemia, porque tenderá a elevar o número de glóbulos brancos, piorando o problema.

8. Não use a técnica em pacientes portadores de problemas cardíacos sérios. O coração tem uma forte tendência a absorver ou atrair energia prânica. O uso desta técnica avançada de cura num paciente com problemas cardíaco sério pode resultar em congestão prânica, que se manifestará como parada cardíaca.

9. Esta técnica de cura deve ser empregada apenas nos pacientes cujas idades variam entre quinze e quarenta e cinco anos. Crianças e adolescentes abaixo dos quinze anos podem sofrer algum dano cerebral, devido à grande quantidade de energia prânica que subirá ao cérebro em alta velocidade. Os seus chakras ainda não estão bem desenvolvidos e sujeitá-los à intensa energia prânica pode causar um sério desequilíbrio em seu corpo bioplasmático. Em pacientes idosos, esta técnica tem efeitos prejudiciais, uma vez que seus corpos e glândulas endócrinas atrofiaram e não podem suportar muita energia prânica. Como foi explicado nos capítu-

los anteriores, criança, pré-adolescentes e idosos fracos devem ser energizados gradual e suavemente.

Esta técnica mestra de cura pode ser reduzida, simplesmente energizando os chakras da base e meng mein, sem ativá-los substancialmente. Isso significa que você não visualiza ou não deseja que o chakra se torne maior e mais brilhante, mas apenas o energiza. A energização sem ativação dos chakras da base e *meng mein* pode ser usada em pacientes cujas idades variam entre os doze e os sessenta anos. Não deve porém ser usada em crianças. Esta forma mais suave da técnica mestra de cura é ainda bastante potente e pode facilmente energizar e fortalecer um paciente esgotado num curto espaço de tempo. *As mesmas orientações dadas acima devem ser seguidas aos se empregar esta "forma suave da técnica mestra de cura".*

A "técnica mestra de cura" deve ser empregada de preferência por praticantes experientes, e não por iniciantes.

COMO ATIVAR AS GLÂNDULAS SUPRA-RENAIS

As glândulas supra-renais podem ser ativadas para aumentar temporariamente a força e o vigor físico.

1. Aplique a técnica mestra de cura.
2. Deseje ou dirija a energia prânica para as glândulas supra-renais.
3. Ative o chakra dorsal do plexo solar por cerca de cinco a sete ciclos respiratórios.
4. Deseje ou dirija a energia prânica para as glândulas supra-renais.
5. Após a realização da atividade física, para a qual foi necessária a ativação, normalize os chakras *meng mein*, da base e dorsal do plexo solar.
6. As mesmas orientações dadas para a técnica mestra de cura devem ser seguidas aqui. (Por favor, leia-as completamente, antes de aplicar esta técnica.) Este procedimento também pode ser empregado em casos de emergência.

ATIVÇÃO E ENERGIZAÇÃO DO CHAKRA DA BASE E DO CHAKRA DO PERÍNEO

Para facilitar o fluxo de energia prânica do chakra da base para as pernas, de modo a fortalecê-las, basta ativar e energizar o chakra da base e

o chakra menor do períneo. O ato de ativar e energizar esse chakra menor do períneo funciona como o abrir de uma torneira. Você não tem de pedir ao paciente para assumir uma posição embaraçosa, apenas para ativar esse chakra. Apenas visualize o períneo à frente de seu chakra da mão e, então, passe a ativá-lo e energizá-lo. Cinco a sete ciclos respiratórios são suficientes para ativar e energizar esses dois chakras.

CURA INSTANTÂNEA DE UMA FERIDA RECENTE: PRANA VERMELHO-LARANJA

A cura instantânea de uma ferida é aplicável apenas se a ferida for recente. A taxa de cura instantânea varia de vinte minutos a uma ou duas horas, ou mais. O tempo dependerá do corpo do paciente, da experiência do praticante e do tamanho da ferida. O praticante pode descansar por curtos intervalos ao realizar a energização.

O chakra da base, que é a fonte de prana vermelho-laranja, é empregado na cura instantânea de feridas. O prana vermelho-laranja é composto de 60% de prana vermelho e 40% de prana laranja. Os pranas vermelho e laranja são projetados simultaneamente, e não um após o outro. O efeito é bastante diferente se o prana laranja for projetado primeiro e, depois, o vermelho e vice-versa, em vez da projeção simultânea dos mesmos. O prana laranja tem um efeito limpador ou expulsivo, o que pode aumentar o sangramento. O prana vermelho tem efeito fortalecedor e até um certo ponto acelera a taxa de crescimento das células, causando assim a rápida, senão instantânea, cura da ferida recente.

É importante que os chakras da base do paciente e do praticante sejam ativados e energizados. Isso é necessário para a obtenção de energia prânica em quantidade suficiente para produzir a cura instantânea da ferida. O uso do chakra da base só do praticante não é bastante. Levará um tempo maior para que a ferida seja total ou substancialmente curada. A técnica de cura instantânea, a "técnica mestra de cura" e algumas técnicas avançadas de cura me foram ensinadas pelo Honorável Mestre Mei Ling.

Procedimento:

1. Ative e energize o chakra da base do paciente por cerca de cinco a sete ciclos respiratórios. Depois ative e energize o seu chakra da base por cinco a sete ciclos também. Você pode ativar e energizar simultaneamente o seu chakra da base e o do paciente. Para isso, ative e energize o chakra

da base de seu paciente e, simultaneamente, concentre-se e ative o seu chakra da base. Visualize ambos os chakras tornado-se maiores e mais brilhantes por cerca de cinco a sete ciclos respiratórios.

2. Energize a ferida recente com energia prânica proveniente do seu chakra da base e do chakra da base do paciente. Isso pode ser feito através da aplicação da curta circuitação entre o chakra da base do paciente e a ferida. A curta circuitação é feita pela absorção de energia prânica do chakra da base do paciente com um de seus chakras da mão, sendo então dirigida para a ferida pelo chakra de sua outra mão. Coloque uma de suas mãos próxima do chakra da base do paciente e a outra perto da ferida. Concentre-se simultaneamente em seu chakra da base e nos chakras de suas mãos. Visualize a ferida sendo energizada com prana vermelho-laranja e sendo curada e cicatrizada. Você não precisa visualizar o seu chakra da base nem o chakra da base do paciente. Isso é desnecessário e apenas torná-lo á tenso e cansado. Basta visualizar o prana vermelho-laranja saindo de seu chakra da mão, mas certifique-se de que está concentrado simultaneamente em seu chakra da base, bem como no chakra de sua outra mão. *Sua visualização não precisa ser clara. O que é importante é a intenção ou vontade.* Continue com o tratamento até que a ferida esteja completamente curada. Você poderá descansar por curtos intervalos ao realizar o tratamento.

3. Em vez de empregar a técnica de curta circuitação, para absorver energia prânica do chakra da base do paciente, você simplesmente poderá desejar que a energia prânica do chakra da base dele vá para a ferida. Será vantajoso que o seu chakra *meng mein* e o chakra *meng mein* do paciente estejam ativados e energizados, para facilitar o fluxo de energia prânica. *Pela ativação dos chakras meng mein do praticante e do paciente, a taxa de cura de ferida é multiplicada.* Se a ferida for na perna, então o chakra menor do perônio do paciente deve ser ativado e energizado. As instruções podem parecer complicadas e longas, mas na verdade não o são.

Sua reação inicial a esta técnica de cura será, naturalmente, de dúvida. Essa é uma reação bastante normal, mesmo para estudantes de ciências esotéricas. A cura instantânea de uma ferida exige uma pessoa excepcional para praticá-la? Não, não exige. Mas o praticante deve, pelo menos, ser experiente na cura prânica intermediária. Experimente várias vezes e julgue por si mesmo. As primeiras sessões podem levar mais tempo para curar rapidamente a ferida, e tal cura pode não ser de 100%, mas com uma prática maior você se tornará experiente. Se quiser se tornar um bom praticante da cura prânica, apenas ler e especular a respeito dela não é suficiente. O único caminho para aprender a cura prânica é através de muita, muita prática.

Esta técnica de cura instantânea de uma ferida é empregada em feridas recentes. Não deve ser empregada para órgãos internos delicados, porque o excesso de prana laranja pode causar danos ao órgão que está sendo tratado.

O prana vermelho-laranja não é utilizado na cura do cérebro e do sistema nervoso. O seu uso resultaria na produção de células anormais ou "mongolóides", que apenas provocarão mais danos.

É aconselhável que você comece praticando em pequenas feridas e, depois gradualmente vá passando para as maiores. Com feridas pequenas, é preciso primeiro energizá-la para que parem de sangrar. Você pode usar prana azul, prana branco ou prana vermelho-laranja para fazer cessar o sangramento. Limpe a ferida e remova o sangue com um algodão embebido em álcool. Energize a ferida por cerca de vinte minutos e observe o resultado. Continue energizando se a ferida não estiver suficientemente ou completamente curada. Com feridas maiores ou cirúrgicas, o procedimento é mais ou menos o mesmo. É importante parar primeiro o sangramento e, depois, limpar e remover o sangue antes de fechar a ferida, que é, então, energizada para se obter a cura instantânea. Eu pessoalmente experimentei a cura instantânea de pequenas feridas e obtive resultados muito bons.

Esta técnica provavelmente pode ser empregada em pacientes cujo dedo foi acidentalmente decepado. Naturalmente você precisará do auxílio de um cirurgião para religar o dedo.

A cura prânica invocativa pode ser empregada para se obter o auxílio dos poderosos anjos ou *mahadevas*, de modo a acelerar o processo de cura.

OSSOS QUEBRADOS

O prana amarelo-laranja claro (60% de amarelo e 40% de laranja) é utilizado para a cura rápida de ossos fraturados. Você pode visualizar o chakra da base como fonte de prana amarelo-laranja. Visualize o chakra da base e o prana projetado na cor amarelo-laranja e energize por dez a quinze minutos. Visualize novamente o chakra da base, mas na cor vermelho-laranja. Energize a parte afetada com prana vermelho-laranja claro por cerca de cinco ciclos respiratórios. O chakra da base de alguns pacientes com problemas cardíacos sérios ou com pressão alta é amarelo-laranja. É por isso que você terá de normalizá-lo no final do tratamento.

CURA RÁPIDA DE FERIDAS ANTIGAS E QUEIMADURAS: PRANA VERMELHO-ESVERDEADO

O prana verde não é empregado em feridas frescas, porque seu efeito é mais lento e porque tende a tornar a ferida úmida ou "molhada". É empregado na cura rápida de feridas antigas e em queimaduras. É preciso uma grande quantidade de prana verde para decompor e destruir as células mortas. Para realizar a cura de feridas antigas e queimaduras, utilize o prana vermelho-esverdeado (40% de prana esverdeado e 60% de prana vermelho) para energizar a parte afetada por cerca de quinze minutos. Você poderá empregar o chakra do plexo solar ou do umbigo como chakra fonte de prana vermelho-esverdeado. Repita o tratamento uma ou duas vezes por dia.

A cura de feridas antigas pode levar vários dias ou mais, dependendo da idade e condição do corpo do paciente, do tamanho da ferida e da experiência do praticante. Uma ferida grande apresenta uma taxa de consumo de energia prânica muito mais elevada do que a de uma ferida pequena. Portanto, uma ferida pequena pode ser curada muito mais rapidamente. Um vegetariano, cujo corpo bioplasmático ou etérico é muito mais brilhante, mais denso e mais saudável do que o da maioria das pessoas, geralmente apresenta uma taxa muito mais rápida de cura do que a de uma pessoa não-vegetariana. Algumas pequenas feridas antigas podem ser completamente curadas em algumas horas, através da energização contínua com prana vermelho-esverdeado alternado com prana vermelho-laranja.

Em casos de queimaduras recentes, limpe imediatamente e energize alternadamente com prana azul e prana verde por cerca de quinze minutos. Repita o tratamento uma vez a cada hora, durante as três horas seguintes, se necessário. Repita o tratamento duas vezes por dia, nos dias seguintes.

REGENERAÇÃO: PRANA VERDE-AMARELO E PRANA VIOLETA-ESVERDEADO

Prana violeta-esverdeado (40% de prana esverdeado e 60% de prana violeta) e prana amarelo-esverdeado (40% de prana esverdeado e 60% de prana amarelo) são empregados na regeneração de órgãos internos e células cerebrais e nervosos danificados. O prana vermelho-claro é empregado para fortalecer o órgão que está sendo tratado com os pranás coloridos

indicados acima. A taxa de cura depende do grau do dano, da condição física do paciente, do fator kármico e do grau de experiência do praticante. Pode levar vários dias, semanas, meses ou um período indefinido de tempo.

Limpe o chakra afetado bem como o órgão em questão com prana verde-embranquiçado claro. Energize com prana violeta-esverdeado-embranquiçado claro por cerca de vinte minutos. Depois, energize com prana amarelo-esverdeado-esbranquiçado claro por cerca de cinco minutos. Energize o órgão afetado com prana vermelho claro por cerca de quatro ciclos respiratórios, para fortalecê-lo. Repita o tratamento duas vezes por semana. Você pode usar o chakra *ajna* como chakra fonte de prana-violeta-esverdeado ou prana violeta, e o chakra do plexo solar ou do umbigo como fonte de prana amarelo-esverdeado.

MAIS SOBRE KARMA

Quando uma pessoa faz algo com intenção positiva ou negativa, o efeito kármico é multiplicado por dez. Este é o princípio oculto do dízimo. Quando se planta um grão de arroz, colhe-se não apenas um grão, mas um número muito maior deles. Quando se planta um caroço de manga, planta-se, na verdade, uma mangueira, que produz muitas mangas.

Quando os aspirantes espirituais, inclusive os praticantes da cura prânica, fazem algo com intenção positiva ou negativa, o efeito kármico é multiplicado por cem. Não pense que é exagero e assumo isso literalmente. O mau uso deliberado do poder de uma pessoa ou do que está sendo ensinado neste livro terá um efeito devastador ou esmagador para o próprio indivíduo. É melhor e mais sábio praticar o bem.

Não é preciso aceitar cegamente as minhas palavras. Experimente fazer algo bem negativo e observe o que acontece. Experimente também fazer algo bem positivo e compare os resultados. Muito freqüentemente o efeito kármico não tem uma base global, mas é construído peça a peça, como num quebra-cabeças e ainda assim os efeitos kármicos negativos são devastadores. Eu, pessoalmente, experimentei os efeitos imediatos tanto do karma positivo quanto do negativo.

A lei do karma não é fatalista, mas é autodeterminante ou autodiretiva. É autodeterminante no sentido de que os efeitos kármicos originam-se do próprio indivíduo. Portanto, a pessoa pode deliberadamente produzir efeitos kármicos positivos ou negativos, ao colocar em movimento fatores causais positivos ou negativos. Também significa que a pessoa é responsável por palavras, sentimentos/pensamentos e atos de outras. Não se pode

culpar outras pessoas, os pais, o ambiente ou forças ocultas pelos problemas ou preocupações que se está experimentando. Se o indivíduo está com problemas deve procurar sair deles com ou sem auxílio externo. Se a pessoa está passando por um período de "má sorte" ou por condições bem restritivas, ou está sujeita a "injustiças", deve meditar e aprender as lições que devem ser aprendidas. Precisamos praticar bons atos para gerar um bom karma. *Definitivamente, precisamos trabalhar dura e inteligentemente para melhorarmos nossa condição. É através do aprendizado das lições, pela prática de bons atos e pelo trabalho sério e inteligente que podemos reverter uma condição adversa.* É através da superação de karmas negativos, que o indivíduo se purifica e alcança força e sabedoria interior.

PRANA AMARELO-LARANJA

O prana amarelo-laranja não é empregado na cura de feridas, nem das recentes nem das antigas, porque tende a formar feitas cicatrizes ou quelóides. O prana amarelo-laranja é empregado em enxertos ósseos e de pele. É projetado na área de onde o osso, ou pele, foi retirado. Faça isso por aproximadamente vinte a trinta minutos em cada sessão de cura. O prana vermelholaranja é menos eficaz nesses casos, pois não tem a capacidade de "preencher" o buraco ou falha de onde a pele, ou osso, foi retirada. Use o chakra da base ou o *meng mein* como chakra-fonte de prana amarelo-laranja.

Para estabilizar e prevenir contra possíveis infecções no osso, ou pele, enxertado, energize-o com prana verde-claro por cerca de cinco ciclos respiratórios e, depois, com prana azul claro por também cinco ciclos respiratórios. Para fortalecer e facilitar a assimilação da parte enxertada, energize com prana vermelho claro por quatro ciclos respiratórios e, depois, com prana amarelo claro por quatro ciclos respiratórios.

CURA PRÂNICA APLICADA À CIRURGIA

A cura prânica é útil no tratamento de pacientes antes, durante e após cirurgias. Pode ser empregada para reduzir hemorragias e para reduzir a possibilidade de infecção, fortalecer o corpo e a parte ou órgão a ser operado e para acelerar a taxa de recuperação.

Vários dias antes da cirurgia, o corpo do paciente pode ser fortalecido pela aplicação de varredura geral e pela ativação dos chakras da base e *meng mein*.

Exatamente antes da cirurgia, a parte ou órgão a ser operado deve ser energizado com prana verde-embranquiçado claro por cerca de dois ciclos respiratórios, com prana azul-embranquiçado claro por cerca de oito ciclos respiratórios (para reduzir sangramentos e prevenir contra possíveis infecções) e, depois, com prana vermelho-embranquiçado claro por dois ciclos respiratórios para fortalecer a área a ser operada. Os chakras maiores próximos à região a ser operada também devem ser energizados com prana branco.

Durante a cirurgia, se necessário, o praticante pode aplicar a cura prânica para reduzir sangramentos e para limpar, energizar e fortalecer o corpo todo, um órgão específico ou um chakra ou chakras maiores específicos.

Após a cirurgia, deve se aplicar a varredura geral várias vezes ao dia, para limpar todo o corpo. O corpo etérico ou bioplasmático fica acinzentado após a cirurgia. Os chakras que estiverem exauridos devem ser limpos e energizados. A área operada deve ser energizada com prana verde claro por cerca de dois ciclos respiratórios, com prana azul claro por sete ciclos respiratórios e, depois, com prana vermelho-laranja claro para acelerar a cura do corte operatório. O tratamento deve continuar durante vários dias ou semanas.

CRESCIMENTO RÁPIDO: PRANA VERMELHO E PRANA AMARELO

Quando o prana vermelho e o prana amarelo são empregados um após o outro, o resultado é o rápido crescimento de células. Provavelmente esses pranas podem ser aplicados em crianças com poliomielite e em crianças que querem ficar mais altas. Em pacientes com pólio, seria vantajoso ativar e energizar o chakra da base e o chakra menor do períneo. Não energize com prana vermelho-amarelo ou prana vermelho e prana amarelo simultaneamente, porque isso produz efeitos provocadores de rupturas senão destrutivos, sobre o paciente.

Essa técnica também pode ser aplicada em plantas, para que cresçam mais rapidamente. Você poderá realizar uma experiência por aproximadamente um mês, para observar o crescimento das plantas com o uso de prana vermelho e prana amarelo. Ao energizar a planta, projete primeiro o prana vermelho e, depois, o amarelo e nunca energize projetando ambos simultaneamente. Visualize a energia prânica entrando pela raiz e indo para o centro da planta. O prana vermelho-amarelo é muito poderoso e

provocara uma multiplicação muito rápida das células, resultando na destruição da planta. Este prana não deve nunca ser utilizado na cura.

AUMENTO DA RESISTÊNCIA CONTRA INFECÇÕES

A ativação e energização dos chakras *meng mein* e da base é empregada para aumentar a resistência orgânica contra infecções. Uma técnica mais segura será a de energizar o chakra do umbigo, os chakras das mãos e das solas dos pés com prana vermelho claro.

PARA FAZER CESSAR SANGRAMENTOS

Diferentes tipos de prana podem ser empregados para fazer cessar sangramentos, na maioria dos casos. Para curar uma ferida que não pára de sangrar ou nos casos em que o sangue leva tempo para coagular, energize a ferida com prana azul por cerca de quatro ciclos respiratórios ou até que o sangramento cesse. Energize a ferida com prana vermelho-laranja, para facilitar o processo de cura. Esse tipo de prana tem também a capacidade de fazer cessar o sangramento.

Em casos de sangramentos nasais, energize com prana branco ou prana azul claro, por quatro ciclos respiratórios ou até que o sangramento cesse.

Nos casos de hemofilia, energize com prana azul-esverdeado até que o sangramento se interrompa. Não somente prana azul ou prana verde, mas ambos simultaneamente. Essa técnica baseia-se em instruções que me foram dadas pelo honorável Mestre Mei Ling.

O prana azul-esverdeado não é empregado na varredura geral, porque alguns pacientes podem experimentar efeitos colaterais ou alguma reação adversa.

PASSOS DA CURA:

1. Entreviste e observe cuidadosamente o paciente.
2. Explore todos os chakras maiores, os chakras menores relevantes, os órgãos importantes e toda a coluna. Um chakra afetado que parece não estar relacionado ao problema e que está bem longe da região onde este se localiza, pode ser seu principal fator contribuinte. *A exploração completa é a chave do tratamento adequado. Nos casos em que você não estiver seguro a respeito da cor dos pranas a serem empregados, use apenas prana branco.*

Por exemplo: para um paciente com infecção no pulmão deve-se empregar prana verde; depois, prana azul para desinfetar; depois, prana laranja claro para eliminar a matéria bioplasmática doente, as toxinas e os germes do pulmões. Então, use prana vermelho claro para fortalecê-los. O prana branco pode ser utilizado no final ou durante o tratamento, para diluir a potência do prana colorido empregado e para harmonizar a condição do paciente.

4. Em caso de congestão prânica, deve-se enfatizar a limpeza. Em caso de depleção prânica, a energização é que deve ser enfatizada. *O prana projetado deve ser estabilizado!* Reexplore as partes tratadas.

5. O tratamento pode ser dividido em duas partes: alívio do paciente e correção das condições que causaram os problemas.

Por exemplo: o praticante da cura pode aliviar a dor de cabeça de um paciente ao tratar a área da cabeça e corrigir a condição ao tratar os olhos, se a causa da dor de cabeça for fadiga ocular. Outro exemplo: o praticante pode aliviar um paciente asmático, tratando o chakra da garganta, o chakra secundário da garganta e o chakra dorsal do coração. A condição pode ser corrigida através do tratamento do chakra *ajna*, do chakra da base e dos ossos.

Há casos em que não é possível remover a causa. Por exemplo: um paciente pode ter glaucoma devido à tensão habitual. É possível aliviar o paciente, mas a cura permanente dependerá de seu controle emocional ou de sua capacidade de relaxar sob condições estressantes. Sob tais condições, o praticante pode repetir o tratamento a intervalos mais curtos, de modo que a taxa de cura seja mais rápida do que a taxa de deterioração, até que o órgão afetado esteja num estado bem saudável. O tratamento, então, pode ser aplicado a intervalos maiores, para neutralizar qualquer deterioração devida à presença do fator ou fatores, que estejam causando a doença.

Antes de tratar o paciente, o praticante da cura deve estabelecer um ambiente cordial com ele, para reduzir sua resistência. O paciente deverá também assumir a posição receptiva. Se for religioso, o praticante deverá aconselhá-lo a rezar um pouco, para que sua receptividade seja maior. O praticante deve ser suficientemente flexível, para que possa se adaptar a pacientes diferentes.

Não esqueça de lavar suas mãos e braços após realizar a varredura e também após a energização.

LEUCEMIA

Pacientes portadores de leucemia apresentam os chakras *ajna* e da base muito exauridos. Os chakras da base, *meng mein* e do plexo solar

encontram-se superativados, mas bastante esgotados e, portanto, devem ser inibidos. Os chakras menores dos braços e pernas também estão exauridos. O enfraquecimento desses chakras maiores e menores faz com que o sangue se torne anormal.

1. Aplique varredura geral várias vezes.

2. O chakra *meng mein* e o chakra da base, que têm permanecido anormalmente superativos por um período considerável de tempo, são os responsáveis pelo aumento anormal dos glóbulos brancos do sangue. Portanto, é importante inibir estes chakras, através da energização com prana azul e, simultaneamente, desejar que estes chakras se tornem menores (com cerca de 7,5 cm de diâmetro). Aplique limpeza localizada e energização com prana azul no chakra *meng mein* e, simultaneamente, deseje que este chakra superativado reduza seu diâmetro até 6,5 cm. Reexplore-o lateralmente, para verificar se a inibição deste chakra foi bem sucedida.

3. Limpe e energize o chakra da base com um pouco de prana verde-embranquiçado claro e, depois, com bastante prana vermelho-embranquiçado claro e, em seguida, com prana violeta-embranquiçado claro. A limpeza e energização deste chakra pode levar bastante tempo, pois ele se encontra muito exaurido. O chakra da base controla e energiza os ossos e, conseqüentemente, controla a produção de sangue. Depois de energizá-lo completamente, iniba-o através da energização com prana azul, desejando que seu diâmetro se reduza para 7,5 cm.

4. Limpe e energize os chakras da coroa, da testa, *ajna* e chakras dorsais da cabeça com um pouco de prana verde-embranquiçado claro e, depois, com bastante prana violeta-embranquiçado claro.

5. Aplique varredura localizada completa no fígado.

6. Aplique varredura localizada e energização nos chakras dorsal do coração, dorsal do baço, dorsal do plexo solar e no do umbigo com um pouco de prana verde-embranquiçado claro e, depois, com bastante prana vermelho-embranquiçado claro e, em seguida, com prana violeta-embranquiçado claro.

7. Aplique varredura localizada ao longo dos braços e pernas. Energize os chakras das mãos, dos cotovelos, das axilas, bem como os das solas dos pés, dos joelhos e dos quadris com pranas vermelho-embranquiçado claro e violeta-embranquiçado claro. Visualize a energia prânica entrando nos ossos. O prana vermelho claro estimula a produção de glóbulos vermelhos, enquanto que o prana violeta claro ajuda a normalizar a condição dos ossos. Ao energizar, não projete os pranas vermelho claro e violeta claro simultaneamente, pois esta é uma reunião muito poderosa e adversamente afetará a condição do paciente.

Repita o tratamento três vezes por semana, durante cerca de cinco meses ou pelo tempo que for necessário. Se o tratamento for adequadamente realizado, três tratamentos por semana são suficientes. Não repita o tratamento com muita frequência, pois haverá a tendência do paciente se tornar superenergizado e a taxa de cura tornar-se-ia então muito mais lenta.

Porém, devido a fatores kármicos e à condição debilitada do paciente, não há garantias de que este fique completamente curado. Mas, definitivamente, sua saúde melhorará enormemente.

Encorage o paciente a se tornar um vegetariano puro. Além dos benefícios à saúde derivados da dieta vegetariana, ser um vegetariano é também uma forma de demonstrar gratidão para com o reino animal. Baseado na lei do karma, uma pessoa que demonstra gratidão, também receberá, por sua vez, gratidão. Isso auxilia na cura mais rápida da doença.

Além disso, instrua o paciente para praticar a meditação sobre os dois corações regularmente, para ajudar a gerar mais karma positivo.

ANEMIA FALCIFORME

1. Aplique varredura geral.
2. O chakra da base encontra-se muito exaurido. Aplique no mesmo varredura localizada completa e energização com prana vermelho-embranquiçado claro e, depois, com prana violeta-embranquiçado claro.
3. Aplique varredura localizada nas pernas. Depois aplique varredura localizada e energização completas nos chakras das solas dos pés, nos dos joelhos e nos dos quadris com prana vermelho-embranquiçado claro e, em seguida, com prana violeta-embranquiçado claro. Visualize a energia prânica entrando nos ossos.
4. Aplique varredura localizada completa no fígado.
5. Aplique varredura localizada e energização nos chakras dorsal do coração, dorsal do baço, dorsal do plexo solar e do umbigo com um pouco de prana verde-embranquiçado claro; depois, com bastante prana vermelho-embranquiçado claro e, finalmente, com prana violeta-embranquiçado claro.
6. Aplique varredura localizada nos braços. Depois, aplique varredura localizada e energização completas nos chakras das mãos, dos cotovelos e das axilas com prana vermelho-embranquiçado claro e, depois, com prana violeta-embranquiçado claro. Visualize a energia prânica penetrando nos ossos. A limpeza e energização do chakra na base e dos ossos gradualmente ajudarão a normalizar a condição do sangue.

7. Aplique varredura localizada e energização dos chakras da coroa, da testa, *ajna* e dorsal da cabeça com prana violeta-embranquiçado claro.

8. Repita o tratamento três vezes por semana durante vários meses ou pelo tempo que for necessário.

CÂNCER OU TUMOR MALIGNO

Um órgão ou região cancerosa é vista clarivamente nas cores amarelo turvo escuro e vermelho. Há muito prana vermelho e prana amarelo na área afetada, resultando no crescimento excessivo das células cancerosas. Esta condição é provocada pela superativação dos chakras da base, *meng mein* e do plexo solar. Embora estes chakras encontrem-se superativados, estão muito exauridos. Raiva, ressentimento, ódio ou medo ativam o chakra do plexo solar. Por sua vez, este chakra superativado ativa os chakras *meng mein* e da base. Isso, ao longo do tempo, pode se manifestar como câncer. Parece que emoções negativas sob forma de raiva, ressentimento, ódio ou medo, que perduram por muito tempo, constituem a principal causa contribuinte do câncer.

1. Aplique varredura geral várias vezes. Muitos pacientes portadores de câncer, senão todos, apresentam auras de cor cinza escuro. As auras exterior, da saúde e interior encontram-se todas pessimamente afetadas.

2. Iniba os chakras da base, *meng mein* e do plexo solar, pois embora superativados, encontram-se exauridos. Isso é muito importante para corrigir a condição causadora do rápido crescimento das células cancerosas. Aplique varredura localizada e energização no chakra do plexo solar com pranas verde, violeta e azul escuro. Depois, iniba esse chakra desejando que se torne menor e reduza seu diâmetro para cerca de 7,5 cm ao energizar com o prana azul escuro.

Aplique varredura localizada e energização nos chakras da base e *meng mein* com prana violeta-embranquiçado claro e, depois, com prana azul escuro. A inibição desses dois chakras é feita ao se desejar que ambos reduzam seu diâmetro para cerca de 6,5 cm, quando se faz a energização com prana azul escuro. Em geral os chakras do plexo solar, *meng mein* e da base se tomam superativados novamente, após um ou dois dias. É por isso que o tratamento deve ser repetido três vezes por semana.

3. Para melhorar o mecanismo de defesa do organismo, limpe completamente os ossos dos braços e pernas, através da aplicação de varredura localizada. Energize os chakras das solas dos pés, dos joelhos e dos

quadris com prana violeta-embranquiçado claro e visualize a energia prânica penetrando nos ossos. Faça o mesmo com os braços, energizando os chakras das palmas das mãos, dos cotovelos e das axilas com prana violeta embranquiçado claro e visualizando a energia prânica penetrando nos ossos.

4. Limpe, energize e ative os chakras da coroa, da testa, *ajna*, dorsal da cabeça e da garganta com pranas verde claro, azul claro e violeta claro. Ao energizar com prana violeta claro, deseje que os chakras da coroa, da testa, *ajna* e da garganta se tornem maiores, atingindo um diâmetro de cerca de 13 a 15 cm e o chakra dorsal da cabeça alcançado um diâmetro de aproximadamente 5 cm. Isso serve para ativar os chakras superiores, de modo a produzirem mais pranas verde, azul e violeta, que têm efeitos neutralizantes sobre as células cancerosas.

5. Limpe completamente os chakras frontal e dorsal da cabeça. Energize o chakra dorsal da cabeça com prana violeta embranquiçado claro e, simultaneamente, deseje que o chakra do coração alcance um diâmetro de 13 a 15 cm. Isso ajudará o paciente a experimentar uma sensação de paz interior.

6. Aplique limpeza completa na região afetada. Isso se faz aplicando varredura localizada na parte afetada de 50 a 100 vezes. É preciso lembrar que essa região encontra-se muito escurecida e preenchida com pranas vermelho e amarelo turvos e escuros. Energize a região com prana azul escuro por aproximadamente 15 minutos, para inibir o crescimento das células cancerosas e sitiá-las. Energize a parte afetada, empregando o dedo, com prana verde escuro e, depois, com prana violeta escuro, por cerca de cinco minutos cada. Visualize a energia prânica saindo como um raio laser da ponta do dedo e tão fina quanto um risco de caneta escrita fina. Os pranas violeta escuro e verde escuro precisam ser projetados de forma bastante concentrada para que tenham potência suficiente para desintegrar parcialmente as células cancerosas.

7. Repita o tratamento três vezes por semana, por cerca de cinco meses ou pelo tempo que for necessário. Entretanto, o tratamento não deve ser realizado com tanta freqüência, porque há a tendência de o paciente se tornar superenergizado e a velocidade do processo de cura diminuiria.

Encorage o paciente a se tornar um puro vegetariano. Além dos benefícios derivados da dieta vegetariana, ser um vegetariano é uma prova de gratidão para com o reino animal. Pela lei do karma, uma pessoa que demonstra gratidão, também recebe gratidão. Isso torna mais rápida a cura. Além disso, instrua o paciente para praticar regularmente a meditação sobre os dois corações, de modo a gerar mais karma positivo.

Esta forma de cura traz os seguintes benefícios aos pacientes portadores de câncer:

- a. A dor intensa será gradualmente reduzida após vários tratamentos.
- b. O nível de energia do paciente elevar-se-á e ele sentir-se-á muito mais forte após vários tratamentos.
- c. O apetite do paciente melhorará.
- d. O crescimento das células cancerosas reduzir-se-á, senão parar completamente.
- e. As células cancerosas serão gradual e parcialmente destruídas.
- f. Em pacientes terminais de câncer, a cura prânica lhes permitirá morrer em paz e com dignidade.

Alguns pacientes não conseguem alcançar a cura pelas seguintes razões:

- a. O corpo do paciente já se encontra extremamente prejudicado pelo uso de drogas poderosas.
- b. As células cancerosas já se espalharam.
- c. O corpo do paciente já se encontra extremamente fraco e sua capacidade para absorver e reter a energia prânica bastante diminuída.
- d. Alguns dos órgãos já se encontram tão prejudicados que o reparo é impossível.
- e. O problema pode ser de origem kármica.

CISTO

1. Aplique a varredura localizada na região afetada.
2. Energize-a com prana verde-embranquiçado por cerca de dez ciclos respiratórios e com prana laranja-embranquiçado por mais dez ciclos respiratórios. Isso serve para desintegrar o cisto. Repita o tratamento três vezes por semana.
3. Após uma ou duas semanas, energize a região afetada com prana verde e prana laranja e, depois, com prana amarelo-embranquiçado claro, por um ciclo respiratório. Isso serve para facilitar a remoção da matéria desintegrada.

DOENÇAS VENEREAS

1. Aplique varredura geral com prana azul embranquiçado claro, várias vezes.

2. Aplique varredura localizada no chakra sexual e no órgão sexual. Energize-os completamente com prana azul-esverdeado e prana violeta. Os pranas verde, azul e violeta apresentam fortes propriedades desinfetantes. Não use prana vermelho, pois este prana ativa os germes, piorando a condição. Também não é aconselhável usar pranas amarelo e laranja, pois o amarelo estimula o crescimento dos germes e o laranja poderia fazer com que os germes se espalhassem.

3. Limpe e energize os chakras do umbigo, do plexo solar, da garganta, o *ajna*, da testa e da coroa, com pranas verde claro, azul claro e violeta claro.

4. Para estimular o mecanismo de defesa do organismo, aplique varredura localizada e energização completas nos chakras das solas dos pés, dos joelhos, dos quadris, das palmas das mãos, dos cotovelos e das axilas com prana violeta-embranquiçado claro, visualizando a energia prânica penetrando nos ossos.

5. Limpe e energize completamente todas as outras partes afetadas com pranas verde, azul e violeta.

6. Aplique varredura localizada no exaurido chakra da base. Não o energize, porque, se ele estiver superenergizado, poderia haver a tendência de ativar os germes da doença e isso pioraria a condição. Também não empregue a técnica mestra de cura pela mesma razão.

IMPOTÊNCIA SEXUAL

1. Limpe e energize os chakras sexual e do umbigo com prana branco, durante sete ciclos respiratórios. O chakra do umbigo, até certo ponto, energiza o órgão sexual. A energização desse chakra também eleva o nível geral de energia do corpo. Não use prana vermelho sobre o chakra sexual, porque ele poderá ativar germes latentes de doenças venéreas, se o paciente tiver tido no passado alguma doença dessa natureza.

2. Verifique o chakra da base. Se estiver exaurido, limpe-o e energize-o com prana violeta. Não ative nem energize o chakra *meng mein*, uma vez que o chakra do umbigo estará sendo altamente energizado. Se quiser empregar a "técnica mestra de cura", não energize o chakra do umbigo.

MENSTRUACÃO IRREGULAR E DISMENORRÉIA

1. Explore a área afetada e aplique a varredura localizada nos chakras sexual, do umbigo, da base e na porção inferior da coluna.
2. Energize os chakras sexual e do umbigo com prana laranja-embranquiçado claro por cinco ciclos respiratórios para cada chakra.
3. Energize o chakra da base com prana vermelho por cerca de quatro ciclos respiratórios.

DOR LOMBAR OU FERIMENTO NAS COSTAS

1. Aplique varredura localizada na coluna e na região afetada.
2. Energize a parte afetada com prana verde-embranquiçado claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios e, depois, com prana azul-embranquiçado por outros quatro ciclos respiratórios e, finalmente, com prana vermelho-embranquiçado claro por mais quatro ciclos respiratórios. Os chakras da base e *meng mein* podem ser energizados também, com prana vermelho claro, por cinco ciclos respiratórios, para acelerar o processo de cura.

DIABETES

1. Aplique varredura geral.
2. Limpe os chakras dorsal e frontal do plexo solar. Energize o pâncreas através do chakra dorsal do plexo solar: primeiro, com prana amarelo-esverdeado claro por cerca de doze ciclos respiratórios; depois, com prana vermelho-embranquiçado claro, por cerca de três ciclos respiratórios. Isso serve para curar e fortalecer o pâncreas, de modo a normalizar a produção de insulina.
3. Explore o chakra *ajna*. Se houver congestão prânica, aplique varredura localizada e energize com prana azul-embranquiçado por cerca de três ciclos respiratórios. Se houver depleção prânica, aplique varredura localizada e energize com prana vermelho-embranquiçado claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios. Instrua mental ou verbalmente o chakra *ajna* do paciente para que normalize a produção de insulina. Repita o tratamento duas vezes por semana.

ASMA

1. Aplique várias vezes a varredura geral.
2. Aplique a varredura localizada no chakra da garganta e no chakra secundário menor da garganta. Esse chakra secundário da garganta localiza-se na porção inferior mole da garganta. Energize-os com prana verde claro durante um ciclo respiratório e, depois, com prana vermelho-embranquiçado claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios para cada chakra.
3. Aplique varredura localizada nos pulmões e no chakra dorsal do coração. Energize os pulmões através do chakra dorsal do coração, com prana verde claro, por um ciclo respiratório; depois, com prana laranja claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios e, finalmente, com prana vermelho-embranquiçado claro, por cinco ciclos respiratórios. Limpe e energize o chakra do plexo solar com prana vermelho claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios. Isso servirá para dar alívio imediato ao paciente.
4. Para curar o paciente gradual e completamente, energize com prana vermelho-embranquiçado claro os chakra *ajna* e da base, por cerca de sete ciclos respiratórios.
5. Para melhorar a qualidade do sangue produzido, é preciso limpar e energizar os ossos do corpo. Aplique varredura localizada e, simultaneamente, energize várias vezes a coluna espinhal com prana vermelho-embranquiçado claro.
6. Aplique a varredura localizada e simultaneamente visualize sua mão penetrando nos ossos dos braços e pernas do paciente. Energize os ossos dos braços através dos chakras das mãos e das axilas dele com prana vermelho-embranquiçado claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios para cada chakra. Visualize a energia prânica vermelho clara penetrando nos ossos dos braços, nas omoplatas e nos ossos do peito. Energize os ossos das pernas através dos chakras das solas dos pés e dos quadris do paciente com prana vermelho claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios para cada chakra. Visualize a energia prânica vermelho clara penetrando nos ossos dos quadris e das pernas. Esta técnica é muito eficaz no tratamento de casos de asma. O propósito deste tratamento prânico é melhorar a "qualidade" do sangue produzido e assim, gradualmente, tornar o paciente imune aos agentes provocadores.
7. Para fortalecer o corpo, ative e energize os chakras da base e *meng mein* por cerca de quatro ciclos respiratórios. Repita o tratamento duas vezes por semana.

INFECÇÃO PULMONAR E TUBERCULOSE

1. Aplique a varredura localizada.
2. Aplique a varredura localizada nos pulmões e no chakra dorsal do coração.

3. Primeiro, energize o chakra dorsal do coração e os pulmões com prana verde-embranquiçado claro por cinco ciclos respiratórios; depois, com prana azul-embranquiçado claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios. Isso limpa e desinfeta os pulmões. Se a infecção for séria, energize com prana violeta claro, por cerca de dez ciclos respiratórios.

4. Para fortalecer e eliminar os efeitos, energize os pulmões com prana laranja-embranquiçado claro por cerca de quatro ciclos respiratórios. Depois, energize com prana vermelho-embranquiçado claro, por cerca de três ciclos respiratórios.

5. Energize o chakra do plexo solar com prana vermelho claro, por sete ciclos respiratórios, para energizar a parte inferior dos pulmões e todo o corpo físico.

6. Se o nariz e a garganta estiverem afetados, eles também devem ser tratados.

7. Nos pacientes portadores de infecção pulmonar séria ou tuberculose, ative e energize com prana vermelho claro os chakras da base e *meng mein*, por cerca de cinco ciclos respiratórios. Isso acelera enormemente o processo de cura. Com o uso da técnica mestra de cura, é possível curar completamente, em um ou dois meses, um paciente com tuberculose. Repita todo o tratamento duas vezes por semana. Se o paciente estiver muito fraco e em condição crítica, os tratamentos devem ser aplicados a intervalos mais curtos.

Uma vez que o chakra dorsal do coração está intimamente relacionado ao chakra frontal do coração, o mau funcionamento dos pulmões pode afetar severamente o coração e vice-versa. Ao curar pacientes com problemas pulmonares, é importante fazer também uma exploração no chakra frontal do coração.

SINUSITE E CONGESTÃO NASAL

1. Aplique várias vezes a varredura geral.
2. Aplique a varredura localizada e a energização nos chakras da testa, no *ajna* e na raiz do nariz com prana verde claro, por três ciclos respiratórios e, depois, com prana azul-embranquiçado claro por quatro ciclos respiratórios, para cada chakra.

3. Limpe e energize os chakras menores direito e esquerdo das narinas com prana verde claro, por dois ciclos respiratórios e, depois, com prana azul claro por dois ciclos respiratórios para cada chakra menor.

4. Energize o chakra dorsal da cabeça com prana branco por três ciclos respiratórios. Em geral o alívio é bastante rápido. Verifique as têmporas, a garganta e os pulmões. Repita o tratamento duas vezes por semana.

TOSSE

1. Aplique várias vezes a varredura geral.

2. Limpe e energize o chakra da garganta e o chakra secundário da garganta com prana verde claro por cerca de três ciclos respiratórios; depois, com prana laranja-embranquiçado claro por cerca de cinco ciclos respiratórios e, finalmente, com prana azul claro por cerca de quatro ciclos respiratórios.

3. Energize o chakra do plexo solar com prana branco por cerca de sete ciclos respiratórios. Se o nariz e os pulmões estiverem afetados, também devem ser tratados.

MIOPIA, HIPERMETROPIA, ASTIGMATISMO ESTRABISMO, LEUCOMA, CATARATA

1. Aplique a varredura localizada no cérebro, no chakra *ajna*, nos olhos e nos chakras das têmporas.

2. Energize os olhos, através do chakra *ajna*, com prana verde-embranquiçado claro, por cinco ciclos respiratórios. Isso serve para limpar e para liberar o prana gasto localizado nos minúsculos *nâdis* dos olhos. Energize os olhos com prana amarelo-embranquiçado claro durante um ciclo respiratório. Aplique varredura localizada nos olhos.

3. Energize os olhos com prana violeta-embranquiçado claro por cinco ciclos respiratórios. Isso serve para fortalecê-los. Energize-os com prana azul claro por dois ciclos respiratórios. Esse prana serve para estabilizar o outro prana projetado e para dar flexibilidade às partes componentes dos olhos.

4. Energize o chakra dorsal da cabeça com prana branco por cerca de quatro ciclos respiratórios e visualize a energia prânica indo para os olhos.

Repita o tratamento duas a três vezes por semana. O paciente deve evitar o uso de óculos durante o período de tratamento, pois os óculos

tendem a neutralizar os efeitos do mesmo. Se as orientações precedentes forem seguidas, é bastante provável que o paciente fique completamente curado em três meses. A taxa de cura dependerá da idade do paciente, da condição de seus olhos e da experiência do praticante.

Uma vez curado, o paciente não deve cansar excessiva e constantemente seus olhos e deve retornar ao praticante, para tratamentos periódicos, especialmente se sentir que seus olhos estão enfraquecendo. É mais ou menos como ir ao dentista uma ou duas vezes por ano.

GLAUCOMA

1. Limpe os olhos, as têmporas e o chakra *ajna*. Energize os olhos com prana verde-embaquizado e, depois, com prana azul-embranquizado claro. Aplique a varredura localizada e energização alternadamente, até que haja um alívio substancial.

2. Energize os olhos através do chakra *ajna* com prana violeta claro, por cerca de sete ciclos respiratórios, para regenerar os olhos.

3. Energize o chakra dorsal da cabeça com prana branco, por cerca de quatro ciclos respiratórios, e visualize a energia prânica indo para os olhos.

4. O tratamento deve ser feito três vezes por semana, por aproximadamente um ou dois meses, mesmo que o paciente não sinta mais qualquer dor ou desconforto.

Não use o prana laranja no tratamento dos olhos. Isso poderá resultar em dano ocular irreversível!

INFEÇÃO OCULAR

1. Uma vez que se observa clarivamente que alguns pacientes protadores de infecção ocular apresentam buracos em sua aura exterior, aplique a varredura geral. Uma parte da aura da saúde fica frouxa e os raios da saúde se emaranham. Muito frequentemente a aplicação de varredura geral faz a diferença entre a taxa rápida de cura e a mais lenta.

2. Aplique a varredura localizada e energize com prana verde-embranquizado claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios, e depois com prana azul-embranquizado claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios. Use prana violeta claro, se a infecção for séria.

3. Limpe e energize o chakra dorsal da cabeça com prana branco. Visualize os olhos sendo energizados e se tornando mais brilhantes.

4. Se houver ulceração, energize com prana violeta claro por cerca de cinco ciclos respiratórios e, depois, com prana amarelo-embranquiçado claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios, de modo a acelerar a cura da ferida.

5. Energize os chakras do umbigo, do plexo solar, das mãos e das solas dos pés, para fortalecer o sistema de defesa do corpo.

CONJUNTIVITE CRÔNICA

Limpe e energize os olhos através do chakra *ajna*, com prana azul-embranquiçado claro, por dez ciclos respiratórios. Aplique o tratamento três vezes por semana.

APENDICITE AGUDA

1. Aplique varredura geral várias vezes.
2. Aplique a varredura localizada nos chakras do plexo solar e do umbigo, no apêndice e em toda a área abdominal.

3. Aplique a varredura localizada em toda a coluna.

4. Energize o chakra frontal do plexo solar e o chakra do umbigo com prana verde claro, por dez ciclos respiratórios para cada chakra, e com prana azul claro por cerca de dez ciclos respiratórios para cada chakra. Visualize o prana indo para o apêndice. Isso é muito importante, uma vez que os chakras do plexo solar e do umbigo controlam e energizam o intestino grosso, inclusive o apêndice. É por isso que uma pessoa portadora de apendicite aguda sente dores na área do plexo solar.

5. Energize os chakras do plexo solar e do umbigo com prana vermelho-embranquiçado claro, por cerca de dois ciclos respiratórios, para cada chakra, de modo a fortalecer o apêndice e o intestino grosso.

6. Energize o chakra *meng mein* e o chakra da base com prana branco, por cerca de cinco ciclos respiratórios. Não os ative, já que o chakra do baço se energiza com a energização do chakra do umbigo.

Repita o tratamento a cada hora e meia nas seis horas seguintes. Quando os tratamentos são repetidos num espaço de poucas horas, não energize novamente os chakras da base *meng mein*. Repita todo o tratamento duas vezes por dia, nos dias seguintes. Não energize com prana laranja, porque pode acelerar a ruptura do apêndice inflamado. É aconselhável que o paciente esteja hospitalizado durante os tratamentos, de modo

que sua condição possa ser monitorada por médicos e, se for necessário, possa ser operado de emergência.

Este tratamento é empregado para curar a apendicite aguda que tenha apenas um dia. Se o paciente já estiver com dores há alguns dias, é melhor que seja operado, uma vez que o risco de ruptura do apêndice inflamado é bem maior.

Pacientes que tenham sido recentemente curados devem evitar exercícios cansativos ou pesados durante alguns meses. As refeições pesadas também devem ser evitadas. Devem fazer movimentos vocálicos diariamente e retornar para tratamento posterior, se experimentarem dor leve na área do apêndice.

Para tratar apendicite crônica, apenas energize os chakras do plexo solar e do umbigo com prana verde-embranquiçado claro e com prana azul-embranquiçado claro.

PROBLEMAS CARDÍACOS

Há muitos tipos de problemas cardíacos que podem se manifestar como falha do músculo cardíaco, devido a bloqueios ou obstruções nas artérias cardíacas, como infecções cardíacas, mau funcionamento das válvulas cardíacas, congestão cardíaca tanto do lado esquerdo quanto do direito do coração, buracos na parede divisória interna do coração, batimento cardíaco irregular bem como dilatação cardíaca.

Na cura prânica esses problemas se manifestam como congestão ou como depleção prânica cardíaca, ou ambas simultaneamente. Em casos de congestão prânica, a ênfase deve ser colocada na varredura localizada. Já na depleção prânica, a ênfase deve ser colocada na energização. Aplique a varredura localizada nos chakras frontal e dorsal do coração. A energização, nesses casos, geralmente é feita com prana branco ou prana verde-claro ou vermelho claro. O prana laranja não é usado aqui, devido a seu possível efeito prejudicial sobre o coração.

1. Explore completamente o coração. Essa exploração deve ser realizada com um ou dois dedos, para que possam ser localizados pequenos pontos problemáticos. Peça ao paciente para ajudá-lo a localizá-los, indicando especificamente quais os pontos que causam dor.

2. Aplique a varredura geral. Limpe completamente o chakra frontal do coração. Os pequenos pontos com depleção prânica devem ser completamente limpos com o uso de seus dedos. Visualize luz ou prana branco saindo de seus dedos e removendo a matéria bioplasmática doente.

3. Limpe os chakras frontal e dorsal do coração e os chakras frontal e dorsal do plexo solar.

4. Energize o coração através do chakra dorsal do coração, com prana branco, por aproximadamente dez ciclos respiratórios. Visualize o coração e seu chakra frontal muito brilhantes e saudáveis.

5. Ou energize o coração com prana verde-embranquiçado claro, por cerca de sete ciclos respiratórios e, depois, com prana vermelho-embranquiçado claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios. O prana verde claro quebra a matéria bioplasmática doente e também direta e indiretamente faz com que a obstrução física se dissolva. O prana vermelho claro fortalece o coração.

6. Energize o chakra do plexo solar com prana branco, por cerca de cinco ciclos respiratórios. Reexplora o coração para determinar se foi adequada e completamente tratado. Faça um *feedback* com o paciente.

7. Em caso de coração inflamado, limpe e energize o coração com prana verde-embranquiçado claro, por cinco ciclos respiratórios, e com prana azul-embranquiçado claro, por sete ciclos respiratórios.

8. Em casos de válvulas cardíacas defeituosas ou de coração com feridas ou buracos, energize com prana violeta-verde-embranquiçado claro, por cerca de nove ciclos respiratórios, depois com prana amarelo-verde, por três ciclos respiratórios, e com prana vermelho-embranquiçado claro, também por três ciclos respiratórios.

9. Limpe e energize os chakras da base e do umbigo com prana branco. Isso fortalecerá o corpo, além de acelerar a taxa de cura.

O tratamento deve ser aplicado pelo menos três vezes por semana. Se o paciente não puder ser perturbado, energize o coração através de visualização das costas do paciente à frente da sua palma da mão. A cura prânica é bastante eficaz no tratamento de problemas cardíacos. Em geral o paciente se recupera totalmente num curto espaço de tempo.

PRESSÃO ALTA

Embora os hábitos alimentares e a tensão sejam os principais fatores que contribuem para a pressão alta, este problema manifesta-se como congestão prânica e superativação do chakra *meng mein*. Algumas vezes este chakra encontra-se superativado e exaurido. Eu já tive pressão alta, quando estava experimentando ativar e energizar os chakras da base, *meng mein* e do baço. O corpo etérico ou bioplasmático, quando observado clarividemente, estava muito brilhante e resplandecente. Devido ao nível extremamente alto de energia prânica, o corpo sentia-se fraco e a concentração tornou-se difícil.

Se o chakra da base estiver esgotado, então há depleção prânica geral do corpo. Se o chakra da base estiver muito ativado, então há congestão prânica geral do corpo.

1. Se houver depleção prânica geral, aplique a varredura geral avançada. Isso é muito importante, uma vez que o corpo bioplasmático encontra-se fraco e esgotado.

2. Se houver congestão prânica geral, aplique a varredura geral elementar. A intenção é a de remover o excesso de energia prânica.

3. Explore o chakra *meng mein* frontalmente e determine o grau de congestão prânica e, depois, explore-o lateralmente, para determinar o tamanho ou grau de superativação. Um chakra *meng mein* superativado algumas vezes apresenta um diâmetro de 12 cm ou mais, enquanto outros chakras possuem apenas de 7 a 10 cm de diâmetro.

4. Limpe completamente o chakra *meng mein*. Iniba-o através da energização com prana azul associada a uma forte intenção de inibir o seu grau de atividade, visualizando-o tornar-se menor. Visualize-o diminuindo de tamanho até atingir cerca de 7 cm de diâmetro e também tornando-se menos brilhante. Reexplora-o. *Uma vez bem-sucedida a inibição do chakra meng mein, a pressão sangüínea gradualmente se reduz. Repita este procedimento uma ou duas horas depois, já que há grande possibilidade de que o chakra meng mein se torne novamente superativado.*

5. Explore a cabeça. Alguns dos chakras maiores da cabeça podem estar congestionados, enquanto outros podem estar exauridos. Limpe e energize os chakras maiores da cabeça com prana branco.

6. Para assegurar-se de que os vasos sangüíneos da região do cérebro permanecem fortes e flexíveis, energize o chakra dorsal da cabeça com prana verde-embranquiçado, durante dois ciclos respiratórios; depois com prana vermelho-embranquiçado claro, por dois ciclos respiratórios, para fortalecer os vasos sangüíneos; finalmente, com prana azul-embranquiçado claro, por cerca de três ciclos respiratórios, para dar flexibilidade aos vasos. Visualize a energia prânica energizando todo o cérebro. Reexplora a área da cabeça e remova o excesso de prana.

7. O coração geralmente encontra-se afetado. Pode estar congestionado ou exaurido, ou ambos. Aplique tratamento prânico no coração.

8. Se o chakra do plexo solar e o chakra da base estiverem esgotados, limpe-os e energize-os com prana branco.

Repita o tratamento três vezes por semana.

Envie o paciente ao médico para tratamento complementar. O paciente deve seguir estritamente a dieta por ele recomendada.

ARTERIOSCLEROSE (ENDURECIMENTO DAS ARTÉRIAS)

1. Aplique a varredura geral.

2. Energize o chakra *ajna* com prana verde-embranquiçado claro, por três ciclos respiratórios; depois, com prana vermelho-embranquiçado claro, por três ciclos respiratórios; finalmente, com prana azul-embranquiçado claro, por três ciclos respiratórios.

3. Faça o mesmo com o chakra dorsal do coração, com o chakra do plexo solar e com o da base. Repita o tratamento duas vezes por semana.

ARTRITE OU REUMATISMO

Artrite e reumatismo são termos muito amplos empregados em casos de dor muscular e enfermidade nas juntas. A enfermidade nas juntas pode ser causada por solidificação de cálcio líquido, acumulação de uratos ou sais de ácido úrico, ou degeneração da cartilagem protetora absorvente de choques das juntas.

A artrite ou reumatismo manifesta-se como depleção prânica dos chakras menores dos braços e pernas e depleção prânica parcial em alguns chakras maiores.

Os chakras menores relacionados aos braços são os chakras dos dedos, os chakras das mãos, os chakras do cotovelo, os chakras das axilas, o chakra dorsal do pescoço, o chakra secundário da garganta e os chakras dos mamilos. Os pacientes com problemas nas juntas dos braços podem apresentar os chakras dos mamilos, dorsal do pescoço e secundário da garganta exauridos. Algumas vezes é necessário energizar a ponta do dedo afetado.

Os chakras menores relacionados às pernas são os chakras dos artelhos, os chakras das solas dos pés, os chakras dos joelhos, os chakras dos quadris e o chakra do períneo. Algumas vezes é necessário energizar a ponta do artelho afetado.

Os chakras maiores relacionados aos problemas das juntas são o chakra da base, o chakra *meng mein*, o dos rins, o sexual, o do umbigo, o do plexo solar e o *ajna*.

Algumas vezes os pacientes com problemas cardíacos ou com pressão alta podem apresentar dificuldade de locomoção ou elevação dos braços. Assim, por favor, não se esqueça: alguns pacientes com este problema podem estar sujeitos a derrame.

Os pranas laranja e vermelho são empregados no tratamento de formas suaves de artrite ou reumatismo. Em casos de dores musculares simples ou artrite suave das juntas, aplique varredura localizada e energização com prana laranja-embranquiçado claro, durante cerca de cinco ciclos respiratórios e, depois, com prana vermelho-embranquiçado claro também por cerca de cinco ciclos respiratórios. Na maioria dos casos o alívio é imediato. O paciente pode algumas vezes sentir uma corrente ou energia fria sendo expelida da parte afetada.

1. Aplique varredura geral completa.

2. As partes afetadas com artrite ou reumatismo severos encontram-se muito inflamadas e exauridas. Aplique varredura localizada em toda perna ou braço afetado. Limpe e energize as juntas doloridas com prana azul-acinzentado por cerca de dez ciclos respiratórios e, depois, com prana violeta claro também por cerca de dez ciclos respiratórios. O uso de muito prana vermelho e laranja não é aconselhável, pois podem agravar a situação. A limpeza ou varredura completa é muito importante.

3. Para fortalecer e melhorar a circulação, energize a parte afetada com prana vermelho-embranquiçado claro por cerca de dois ciclos respiratórios.

4. Se os braços ou dedos estiverem afetados, aplique varredura localizada e energização com prana verde claro e, depois, com prana violeta claro nos chakras das axilas, dos cotovelos e das palmas das mãos. Se os dedos estiverem afetados, aplique varredura localizada e energização nos dedos, nas pontas e juntas dos dedos, com prana verde claro e, depois, com bastante prana violeta claro. Em casos de pacientes portadores de artrite nos dedos, os chakras das axilas, cotovelos e palmas das mãos devem ser tratados, porque estão cheios de energia doente.

5. Se as pernas ou dedos dos pés estiverem afetados, aplique varredura localizada e energização nos chakras dos quadris, dos joelhos e das solas dos pés com prana verde claro e, depois, com bastante prana violeta claro. Se os dedos dos pés estiverem afetados, os chakras das solas dos pés, dos joelhos e quadris precisam ser tratados, porque estão cheios de energia doente.

6. O chakra da base controla e energiza os sistemas esquelético e muscular do corpo. Em casos de reumatismo e artrite severos, o chakra da base encontra-se bastante exaurido. Portanto, é importante energizar altamente este chakra. Para uma cura mais duradoura, aplique varredura localizada no fígado. Depois, limpe e energize os chakras da base sexual, do plexo solar, do umbigo e do baço com um pouco de prana verde esbranquiçado e, em seguida, com bastante prana vermelho-embranquiçado e com prana violeta-embranquiçado claro. Você poderá também usar a técnica

mestra de cura, que produzirá um alívio rápido, quando adequadamente realizada. Em pacientes com hipertensão, não energize o chakra do baço e não use a técnica mestra de cura.

7. Em casos de artrite reumatóide mais suave, aplique o tratamento duas vezes por semana, por cerca de um mês. O paciente apresentará alívio e melhora substanciais após duas ou três sessões. Em casos de artrite reumatóide mais séria, aplique tratamento três vezes por semana, por cerca de dois meses ou pelo tempo que for necessário. A maioria dos pacientes experimentará alívio e melhora substanciais em uma ou duas semanas.

8. Em casos de gota severa, a parte afetada deverá ser tratada três a cinco vezes por dia, durante três dias ou mais. Os chakras da base, sexual, no plexo solar e do umbigo devem ser tratados duas vezes por dia, durante três dias ou mais. Seria útil se o paciente pudesse fazer algo para limpar seu intestino grosso. Isso aceleraria enormemente a taxa de cura. É preciso também que o paciente cuide de sua alimentação.

Aplique varredura localizada completa no chakra *meng mein* e nos rins. Depois energize diretamente os rins (sem energizar o chakra *meng mein*) com prana verde-embranquiçado claro e, depois, com vermelho-embranquiçado claro e, em seguida, com violeta-embranquiçado claro. Isso serve para fortalecer os rins e melhorar sua função eliminadora.

ENTORSES RECENTES E ANTIGAS

1. Aplique varredura localizada na parte afetada e nos chakras menores afetados.

2. Energize com prana vermelho-laranja, por cerca de sete ciclos respiratórios, ou até que a dor desapareça completamente. A energização direta da parte afetada é bastante eficaz na produção de alívio instantâneo. Muito freqüentemente o alívio de entorses recentes é instantâneo e permanente, se o paciente não exercitar em demasia a parte tratada.

3. Em casos de entorses antigas, empregue prana vermelho-esverdeado claro. O alívio permanente pode exigir vários tratamentos.

COMO FORTALECER AS PERNAS

1. Ative e energize os chakras da base e menor do perínco com prana vermelho claro, durante sete ciclos respiratórios para cada chakra. Isso

provocará um aumento no fluxo de energia prânica proveniente do chakra da base para as pernas.

2. Energize o chakra sexual com prana branco, por cerca de sete ciclos respiratórios. Uma porção substancial de prana proveniente do chakra sexual automaticamente vai para as pernas.

3. Aplique varredura localizada ao longo das pernas com prana lanja-embranquiçado.

4. Energize os chakras menores da sola do pé, do joelho e do quadril da perna (ou pernas) com prana vermelho claro, por cinco ciclos respiratórios para cada chakra. Todo esse tratamento prânico pode ser empregado para curar fraqueza ou paralisia das pernas. Se a paralisia for localizada ou não envolver o cérebro ou a coluna, a recuperação será rápida

COMO FORTALECER OS BRAÇOS

1. Aplique a varredura localizada ao longo dos braços

2. Limpe o chakra menor da axila, elevando o braço do paciente e aplicando a varredura localizada na axila. Isso é muito importante. A dificuldade em elevar o braço pode ser causada por congestão ou depleção prânica no chakra menor da axila. A limpeza e energização desse chakra geralmente produz alívio instantâneo.

3. Energize os chakras das mãos, dos cotovelos e dos mamilos com prana vermelho claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios por chakra. Este tratamento prânico pode ser empregado para tratar de casos de paralisia no braço, se a causa tiver origem local. Uma pessoa com problemas no braço, como uma entorse antiga, em geral apresenta depleção no chakra do mamilo. Você pode energizar e fortalecer todo o braço através do chakra menor do mamilo. Visualize o prana vermelho claro penetrando no chakra menor do mamilo e em todo o braço.

FEBRE

1. Aplique, várias vezes, varredura geral com prana verde-embranquiçado e, depois, com prana azul-embranquiçado.

2. Para limpar, acalmar, refrescar e desinfetar todo o corpo, limpe e energize o chakra frontal do plexo solar com prana verde-embranquiçado claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios e, depois, com prana azul-embranquiçado claro, por cerca de quatro ciclos respiratórios.

3. Para eliminar e expelir a matéria bioplasmática doente, as toxinas e os germes do corpo, energize o chakra frontal do plexo solar com prana laranja-embranquiado claro, durante três ciclos respiratórios.

4. Energize o chakra do umbigo, os chakras das mãos e os chakras das solas dos pés com prana branco, por cinco ciclos respiratórios para cada chakra.

5. Se a garganta e/ou os pulmões estiverem afetados, então devem ser tratados também. Todo o tratamento pode ser repetido após uma ou duas horas.

6. Ao tratar a febre das crianças, empregue apenas prana branco durante todo o tratamento. A varredura geral deve ser enfatizada e a energização deve ser feita de maneira suave e gradual.

PANCREATITE AGUDA

A pancreatite aguda é uma inflação séria do pâncreas. O paciente sente dor intensa na área do plexo solar, tanto na parte dorsal quanto frontal. Febre, tremor, suor frio, vômito e dor de cabeça são os sintomas. O paciente encontra-se em estado de choque grave.

Tudo isso se manifesta como um sério desequilíbrio do chakra do plexo solar e todo o corpo etérico ou bioplasmático é afetado.

1. Aplique, várias vezes, varredura geral. Deverá haver um alívio notável após a aplicação da varredura.

2. Aplique a varredura localizada no chakra do plexo solar e energize-o com prana azul-embranquiado, durante doze ciclos respiratórios. O prana azul acalma a dor e inibe o pâncreas, impedindo de secretar mais suco pancreático. Evite o uso de prana amarelo ou laranja ou ambos. Eles podem estimular o pâncreas ou ativar a produção de mais suco pancreático, piorando, assim, a condição do paciente.

Aplique o tratamento três vezes a cada três horas, no primeiro dia. No segundo dia, aplique-o duas vezes. O paciente pode alcançar um grande alívio ou alívio total no primeiro dia. A taxa de cura é em geral bastante rápida.

HEPATITE

A inflamação do fígado ou hepatite pode ser causada por vírus, toxinas ou por um período prolongado de ingestão excessiva de álcool. A inflamação manifesta-se como mau funcionamento do chakra do plexo solar

e congestão ou depleção prânica do fígado. A inflamação prolongada do fígado pode resultar em acúmulo de fluidos na área abdominal e nas pernas. Isso manifesta-se como depleção prânica ao redor do chakra *meng mein*, dos rins, do chakra do umbigo, da área abdominal, do chakra da base e das pernas.

1. Aplique, várias vezes, a varredura geral.

2. Limpe e energize o chakra do plexo solar e o fígado. O fígado divide-se em duas partes: direita e esquerda. Algumas vezes, uma delas pode estar pranicamente congestionada, enquanto a outra exaurida. Para aliviar, desinfetar e limpar o fígado, energize o chakra frontal do plexo solar e o fígado com prana verde claro, por cerca de dez ciclos respiratórios e, depois, com prana azul claro, por cerca de dez ciclos respiratórios. Se a inflamação for causada por toxinas, deve-se empregar mais prana verde, para facilitar a destruição das toxinas.

3. Para fortalecer o fígado, energize o chakra frontal do plexo solar e o próprio fígado com prana branco, por cerca de quatro ciclos respiratórios. Na hepatite aguda ou se a inflamação for séria, a taxa de consumo prânico é muito elevada. Para produzir uma cura rápida, o fígado e o chakra do plexo solar devem ser tratados uma vez a cada duas horas, durante oito horas. Repita o tratamento duas vezes por dia, nos dias seguintes.

4. Para fortalecer o corpo e para elevar a taxa de cura, energize o chakra do umbigo, os chakras das mãos e os chakras das solas dos pés. A técnica mestra de cura não deve ser empregada em pacientes com cirrose hepática. Se os rins também estiverem afetados, visualize o prana indo para os rins, ao energizar o chakra *meng mein*. Os rins devem ser limpos, antes de serem energizados.

5. Se o paciente estiver com o abdome e as pernas inchados, limpe e energize o chakra do umbigo e o abdome. Limpe e energize também os chakras das solas dos pés.

Problemas do fígado devem ser tratados o mais cedo possível. Se o paciente for jovem e o problema for tratado no estágio inicial, a cura será rápida. Mas, se o paciente for idoso e já tiver o problema há algum tempo, a cura provavelmente será lenta e difícil. O paciente pode sentir uma certa melhora, mas a recuperação total levará bastante tempo. Em alguns casos, talvez não seja possível curar completamente o indivíduo.

CÁLCULO BILIAR

1. Aplique a varredura localizada no chakra frontal do plexo solar e na vesícula biliar.

2. Para dar alívio, energize a vesícula biliar através do chakra frontal do plexo solar com prana azul-embranquiçado, por cerca de quatro ciclos respiratórios.

3. Para dissolver os depósitos, energize com prana verde-embranquiçado, durante sete ciclos respiratórios, e com prana laranja-embranquiçado claro, por cerca de sete ciclos respiratórios. Para facilitar a remoção gradual das pedras desintegradas, energize com prana amarelo-embranquiçado, por um ciclo respiratório.

4. Aplique o tratamento uma vez por dia. O paciente pode alcançar alívio completo no primeiro ou segundo tratamento, mas este deverá continuar até que as pedras estejam completamente dissolvidas. O tratamento suplementar deve ser preferencialmente feito com remédios ocidentais ou remédios chineses à base de ervas.

ÚLCERA PÉPTICA

A úlcera péptica é a ulceração do revestimento interno do estômago ou do duodeno. A ulceração do revestimento do estômago é denominada úlcera gástrica, enquanto a do duodeno é chamada de úlcera duodenal.

A úlcera péptica manifesta-se como mau funcionamento do chakra do plexo solar e do chakra menor do estômago.

Úlcera gástrica ou duodenal moderada:

1. Explore o chakra frontal do plexo solar e a área abdominal.

2. Aplique a varredura localizada no chakra do plexo solar e na área afetada, e energize com prana branco ou com prana azul-embranquiçado claro. Em geral, nos casos moderados, o alívio é instantâneo. Aplique o tratamento duas vezes por semana.

Casos graves:

1. Aplique a varredura localizada.

2. Energize o chakra do plexo solar e a área afetada com prana azul-embranquiçado claro, por cerca de sete ciclos respiratórios, depois com prana violeta-esverdeado-embranquiçado claro ou prana violeta-embranquiçado claro, por cerca de dez ciclos respiratórios e, finalmente, com prana vermelho-embranquiçado claro, por cerca de dois ciclos respiratórios. Também é bastante útil visualizar a ferida, enquanto realiza a cura. Aplique o tratamento três vezes por semana.

3. Para acelerar o processo de cura, use a técnica mestra de cura.

HÉRNIA

A hérnia é um inchaço ou protrusão na região inferior do abdome, devido à fraqueza ou rompimento da parede abdominal. Há muito tipos de hérnias. Na hérnia umbilical, comum nos bebês, a protrusão ocorre na área do umbigo; na hérnia incisional, a saliência ocorre na região da cicatriz abdominal; na hérnia inguinal, a protrusão ocorre na área onde a coxa se junta ao abdome e pode tender a ir para o escroto.

1. Explore a área afetada, o chakra do umbigo, o sexual e o da base.
2. Energize o chakra da base com prana vermelho claro.
3. Aplique a varredura localizada na parte afetada, no chakra do umbigo e no sexual. Estes dois chakras ficam parcialmente exauridos. Energize-os com prana vermelho-esverdeado e visualize a energia prânica indo para a região afetada. Energize-a diretamente com prana vermelho-esverdeado.
4. Se o períneo estiver afetado, limpe-o e energize-o com prana vermelho-esverdeado.
5. Repita o tratamento três vezes por semana. Pode levar vários meses para que o paciente fique completamente curado.

A hérnia deve ser tratada o mais cedo possível. Pode haver o desenvolvimento de hérnia estrangulada, se o buraco for muito pequeno, bloqueando assim o fluxo de sangue e podendo ocasionar gangrena.

CÁLCULOS OU PEDRAS NO SISTEMA URINÁRIO

As pedras podem ocorrer nos rins, ureteres e bexiga. Podem causar cortes, inflamação e também bloquear o fluxo de urina.

1. Explore o chakra *meng mein*, os rins, o chakra sexual, a bexiga, o ureter e a área abdominal inferior.

2. Aplique a varredura localizada no chakra *meng mein*, nos rins e no chakra sexual. Para aliviar e desinfetar o rim (ou rins) afetados(s), energize com prana azul-embranquiçado claro, por cerca de sete ciclos respiratórios.

3. Para gradualmente desintegrar a obstrução, energize os rins diretamente com prana verde claro, depois com prana laranja claro e, em seguida, com prana violeta claro. Em bebês, crianças e pessoas idosas, a energização deve ser mais curta. Use apenas pranas verde-embranquiçado claro e violeta-embranquiçado claro. Não empregue prana laranja, porque pode superativar o chakra *meng mein*, o que resultaria em elevação da

pressão sangüínea. Se isso ocorrer, iniba o chakra *meng mein*, usando prana azul. Ver as intruções para o tratamento de hipertensão.

4. Se a obstrução for na uretra, energize os rins e o chakra sexual. Energize também a parte afetada diretamente.

5. Aplique o mesmo tratamento para pedras na bexiga. Voce poderá também usar a técnica da "dupla energização" diretamente sobre a parte afetada. Repita o tratamento uma ou duas vezes ao dia pelas próximas uma ou duas semanas. Embora o paciente possa se sentir aliviado após o primeiro tratamento, vários tratamentos precisarão ser aplicados até que a obstrução seja removida. Medicamentos chineses à base de ervas e medicamentos ocidentais pode ser tomados para suplementar o tratamento prânico.

Ao tratar de bebês, crianças e pessoas idosas, apenas energize diretamente os rins, sem passar pelo chakra *meng mein*. A superenergização do chakra *meng mein* ou energização dos chakras da base e *meng mein* de bebês, crianças e idosos pode causar séria elevação da pressão sangüínea.

Ao tratar crianças e idosos, energize apenas os rins, diretamente, sem passar pelo chakra *meng mein*. Este chakra deve ser energizado apenas levemente. A superenergização do chakra *meing mein* ou a energização dos chakras da base e *meng mein* de crianças e pessoas muito idosos pode causar séria elevação de pressão sangüínea.

O tratamento e equipamento médicos modernos, que podem rápida e seguramente desintegrar as pedras renais, podem ser empregados mas, a cura prânica ainda é necessária para impedir ou reduzir a possibilidade futura de formação de pedras no sistema urinário.

INFLAMAÇÃO DO SISTEMA URINÁRIO

A inflamação da bexiga ou do rim pode ser causada por infecção de toxinas e pedras.

1. Aplique a varredura geral no corpo inteiro.
2. Aplique varredura localizada no chakra *meng mein* e nos rins.
3. Para aliviar e desinfetar os rins, energize-os através do chakra *meng mein* com prana verde embranquiçado claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios; depois, com prana azul-embranquiçado claro por cerca de dez ciclos respiratórios. Aplique o tratamento prânico três vezes por semana
4. Para aliviar, desinfetar e fortalecer a bexiga, aplique o mesmo tratamento prânico sobre a bexiga através do chakra sexual.
5. Para facilitar a eliminação dos fluidos do organismo, energize os rins, através do chakra *meng mein*, com prana laranja-amarelo.

Como foi mencionado anteriormente, em crianças e pessoas idosas, apenas energize os rins diretamente, sem passar pelo chakra *meng mein*. Este pode ser ligeiramente energizado. A superenergização do chakra *meng mein* ou a energização dos chakras da base e *meng mein* de crianças e pessoas muito idosas pode causar séria elevação da pressão sanguínea.

SURDEZ

Há várias causas da surdez, e o tratamento prânico para cada um dos tipos é mais ou menos o mesmo. A surdez manifesta-se como mau funcionamento do chakra menor do ouvido e em geral há uma ligeira depleção prânica no chakra menor dorsal da cabeça. Isso é visto como laranja turvo no chakra menor do ouvido. A surdez pode se manifestar com congestão ou depleção prânica, ou ambas simultaneamente. O chakra menor do ouvido em condições normais apresenta-se vermelho claro. Na acupuntura, o chakra do ouvido é utilizado como chakra-fonte de prana vermelho no tratamento de problemas de outras partes do corpo.

Eu pessoalmente, encontrei um estranho caso de uma mulher que sofreu uma feia queda, machucando a área do chakra da base, quando ainda era muito criança. Quando vista clarividemente, metade de seu chakra da base encontrava-se relativamente bem, enquanto a outra metade estava bastante exaurida. Um caso assim só ocorre muito raramente. A raiz do chakra da base encontrava-se ligeiramente fora de centro. A mulher estava parcialmente surda do ouvido direito, o olho direito estava pior do que o esquerdo, o seio direito era menor do que o esquerdo e a perna direita mais curta do que a esquerda. O chakra sexual também funcionava mal. Obviamente, se seus problemas fossem gradualmente curados, o chakra da base se normalizaria. Este chakra foi limpo e energizado. Pelo uso da vontade, a raiz do chakra da base foi gradualmente centralizada. Também se aplicou o ajuste espinhal.

1. Para surdez leve, aplique varredura localizada no chakra menor do ouvido e no chakra dorsal da cabeça. O prana laranja é empregado no tratamento da surdez suave, devido ao fluido existente na cavidade do ouvido médio.

2. Energize o ouvido afetado com prana verde-embranquiçado claro, por três ciclos respiratórios, e com prana laranja-embranquiçado claro, por cerca de doze ciclos respiratórios.

3. Aplique a varredura localizada no chakra dorsal da cabeça e energize com prana branco, por cerca de cinco ciclos respiratórios. Visualize o

prana indo para o ouvido afetado. O chakra dorsal da cabeça desempenha um papel importante na energização de toda a área da cabeça, inclusive olhos e ouvidos. Não energize em demasia este chakra, uma vez que o prana projetado ficará localizado na área da cabeça.

4. Em caso de surdez grave, aplique o mesmo tratamento. Porém em vez de usar prana laranja, use prana violeta claro ou violeta-esverdeado e amarelo-esverdeado. Energize o ouvido afetado com prana violeta-esverdeado, por cerca de doze ciclos respiratórios e com prana amarelo-esverdeado, por cerca de três ciclos respiratórios. Este tratamento pode ser empregado em casos de rompimento do tímpano ou surdez causada por problemas no nervo auditivo.

A maioria dos pacientes pode experimentar melhora imediata e substancial na audição. Algumas vezes, o ouvido tratado ouve melhor do que o "ouvido normal", mas, na maioria dos casos, esta melhora é geralmente temporária. Os tratamentos devem ser repetidos a cada dois ou três dias, até que a cura seja completa. Com prana branco, a melhora não permanece, a menos que seja empregado prana laranja ou violeta-esverdeado.

DOR DE CABEÇA, DOR DE DENTE, DOR DE ESTÔMAGO, PRISÃO DE VENTRE E DIARRÉIA

Em casos de dor de cabeça e dor de dente, aplique varredura localizada e energização na área e chakras afetados com prana violeta claro e, depois, com prana azul claro. Muitos pacientes podem ser instantaneamente aliviados apenas com a varredura.

Nos problemas abdominais, é preciso tratar os chakras do plexo solar e do umbigo. Em caso de dor causada por gases, use prana branco. Em diarreias, empregue prana verde-embranquiçado e prana azul-embranquiçado ou prana azul-esverdeado. Não use prana laranja em pacientes com diarreia. A limpeza ou varredura localizada deve ser enfatizada.

Em casos de prisão de ventre, energize o chakra frontal do plexo solar e o chakra do umbigo com prana laranja ou prana amarelo. Se o intestino grosso estiver enfraquecido, energize-o com prana vermelho claro.

INSÔNIA

1. Aplique varredura geral com prana azul-embranquiçado. O prana azul é calmante e indutor do sono. Não aplique a varredura geral com prana azul-esverdeado, porque, em alguns pacientes, tem efeitos disruptivos.

2. Se o paciente estiver exaurido, energize o chakra do plexo solar, o do umbigo, os das solas dos pés e os das mãos com prana branco.

3. Se o chakra da coroa ou outros chakras da cabeça estiverem afetados, limpe-os e energize-os com prana azul-embranquiçado.

CONCUSSÃO

Em concussões recentes, limpe e energize a parte afetada com pranas laranja claro, verde claro e azul claro. Repita o tratamento várias vezes nas horas seguintes. Nas concussões antigas ou enegrecidas, energize a parte afetada com pranas vermelho, laranja e verde. Não utilize prana laranja na área da cabeça.

DESMAIO

Energize o chakra do umbigo com prana branco, para que a pessoa recobre os sentidos. Uma parte do prana irá para o plexo solar e, depois, para a cabeça. Simultaneamente, o chakra do baço é automaticamente energizado, o que, por sua vez, energiza os outros chakras. Esta é uma das técnicas mais seguras.

Você pode também energizar o chakra dorsal da cabeça, o que energizará toda a área de cabeça. Este método é mais rápido, mas há a possibilidade de superenergização de toda a área da cabeça. Essa técnica deve ser utilizada com cuidado.

Se a pessoa estiver inconsciente devido à concussão, energize o chakra do umbigo com prana branco. Energize os chakras das palmas das mãos e das solas dos pés com prana vermelho claro.

AFOGAMENTO

Os primeiros socorros devem ser simultaneamente aplicados com o tratamento prânico. Energize intensamente o chakra dorsal do plexo solar e o chakra dorsal do coração com prana vermelho. Se o indivíduo ainda não tiver recobrado os sentidos, então aplique a "técnica mestra de cura".

INTOXICAÇÃO ALIMENTAR

Limpe o abdome e energize o chakra do plexo solar e o do umbigo com prana azul esverdeado pelo tempo que for necessário. Geralmente o

alívio chega rapidamente. Se a condição piorar, leve o paciente imediatamente para o hospital

MANCHAS NA PELE

Limpe e energize a parte afetada da pele com prana verde claro, depois com prana laranja claro e, finalmente, com prana vermelho claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios para cada prana. A área da pele circunvizinha à parte afetada também deve ser limpa e energizada, para facilitar o processo de cura.

EPILEPSIA

1. Para aliviar a condição epilética ou para reduzir substancialmente a frequência dos ataques epiléticos, aplique a varredura geral.

2. Limpe toda a área da cabeça.

3. Energize os chakras *ajna*, da testa e da coroa e o chakra dorsal da cabeça, que se situa no centro da parte de trás da cabeça, com prana verde-embranquiçado, por dois ciclos respiratórios, e com prana violeta-embranquiçado, por cinco ciclos respiratórios para cada chakra. Você deve visualizar a uniformização dos lados direito e esquerdo do cérebro. Em pacientes epiléticos, um dos lados do cérebro encontra-se parcialmente exaurido, enquanto o outro lado encontra-se parcialmente congestionado.

4. Limpe e energize o chakra do plexo solar e o chakra do coração com prana rosa-embranquiçado, por cinco ciclos respiratórios para cada chakra. O chakra frontal do coração deve ser energizado através do chakra dorsal do coração.

5. Verifique toda a coluna. Aplique tratamento prânico duas vezes por semana durante vários meses.

O QUE FAZER NAQUELES CASOS EM QUE VOCÊ NÃO TEM MUITA CERTEZA (PARA PRATICANTES DA CURA PRÂNICA AVANÇADA)

1. Aplique varredura geral várias vezes.

2. Aplique varredura localizada em todos os órgãos vitais.

3. Aplique varredura localizada e energização com prana violeta embranquiçado claro em todos os chakras maiores, exceto nos chakras do baço e *meng mein*. Não energize este dois chakras.

4. Repita regularmente o tratamento.
5. Você pode usar este procedimento para quase todo tipo de problema.

RESUMO

1. Princípios básicos da cura prânica

Limpeza e energização são os princípios básicos da cura prânica. A matéria bioplasmática ou etérica doente são removidos dos chakras e partes afetados, sendo estes posteriormente energizados. Através da cura ou dos repetidos tratamentos sobre o corpo bioplasmático, o corpo físico visível é curado ou gradualmente curado.

2. Técnicas básicas de cura prânica

- a. Sensibilização das mãos.
- b. Exploração.
 - chakras maiores e chakras menores relevantes.
 - órgãos vitais.
 - coluna.
- c. Limpeza ou varredura.
 - Varredura geral.
 - Varredura localizada.
- d. Energização com prana.
 - Absorção e projeção de prana.
 - Redistribuição do prana do paciente através da varredura distributiva.
- e. Estabilização do prana projetado.
 - Técnica da vontade.
 - Técnica do prana azul.

A energização com prana envolve duas ações simultâneas: a de *absorver o prana* e a de *projetar o prana*.

1. Absorção de prana

— *Técnica dos chakras:* o prana é absorvido através de um chakra e projetado através de outro. Isso se faz simplesmente pela concentração no chakra, com a intenção de absorver prana. Em geral emprega-se o chakra da base ou o chakra da mão.

— *Respiração prânica*: o prana é absorvido por todas as partes do corpo através do uso de técnicas respiratórias.

— *Técnica invocativa*: o praticante invoca o auxílio do prana ou energia de cura divina e pede para ser usado como instrumento de cura.

— Combinação da técnica dos chakras com a respiração prânica e com a técnica invocativa.

2. *Projeção do prana*

— Chakra da mão

— Chakras dos dedos

A energização também pode ser realizada pela redistribuição do excesso de prana do paciente para a parte afetada, através do emprego da varredura distributiva.

Na cura prânica invocativa, o praticante invoca o auxílio de alguns poderosos seres espirituais, para limpar e energizar o paciente.

A NECESSIDADE DE REGULAR A CURA PRÂNICA

Os praticantes que se provarem competentes devem procurar obter um certificado de proficiência em cura prânica. Este, preferencialmente, deve ser garantido por uma associação de praticantes da cura prânica ou por um instituto reconhecido de cura prânica. O público se orientará pelo certificado de proficiência ou pela reputação do praticante. Mas não se deve impedir um praticante de realizar a cura prânica simplesmente porque ele não possui um certificado, a menos que tenha se provado que é incompetente e ineficaz, privando, assim, seus pacientes do tratamento adequado. Há muitos praticantes que não sabem nada sobre a cura prânica, mas têm realizado muitas curas "milagrosas".

Uma vez que a cura prânica também é uma forma de ministério espiritual, não deve ser disciplinada. Isso equivaleria a infringir o direito religioso dos praticantes e dos pacientes.

POPULARIZAÇÃO DA CURA PRÂNICA

O mundo está cheio de pessoas doentes e sofredoras. A adoção e popularização da cura prânica pode trazer-lhes muitos benefícios! Para promover a disseminação e encorajar a prática da cura prânica, uma associação de praticantes da cura prânica pode ser fundada em cada país e em cada grande cidade. Laboratórios de treinamento de pessoas na cura prânica devem ser levados a efeito regularmente para esse fim.

Além disso, é recomendável que o Ministério da Saúde ou agência governamental semelhante de cada país investigue a efetividade da cura prânica e, a adote como forma econômica e complementar de tratamento em hospitais e clínicas do governo. Também seria vantajoso que médicos e enfermeiras aprendessem e praticassem a cura prânica, já que esta os tornaria mais eficazes em seu trabalho. *Seria extremamente benéfico que pelo menos uma pessoa de cada família conhecesse a cura prânica, uma vez que ela pode rapidamente curar ou aliviar muitos problemas simples assim como os sérios.*

Nos tempos antigos, os ensinamentos e práticas esotéricos eram transmitidos apenas para discípulos íntimos:

Jesus replicou: "Porque a vós é concedido conhecer os mistérios do reino dos céus, mas não a eles".

(Mateus 13, 11)

"Não deis aos cães o que é santo, nem lanceis aos porcos as vossas pérolas; eles poderiam pisá-las e voltar-se contra vós, para vos fazer em pedaços."

(Mateus 7, 6)

Meditação sobre os Dois Corações (Técnica da Iluminação)

Sem sair de casa, pode-se saber tudo o que há no céu e na terra. Sem se espreitar pela janela, pode-se ver os caminhos do céu. Aqueles que se põem a caminho aprendem cada vez menos, quanto mais viajam. Portanto o sábio compreende tudo sem ir a qualquer lugar, vê tudo sem olhar, nada faz e contudo alcança (o Objetivo)!

Lao Tzu, *Tao Te King*

A meditação deve se voltar para a realização da unidade com Deus. Toda a sua atenção deve estar voltada para a realização de Deus, tendo sempre em mente que o reino de Deus está dentro de você, nem aqui nem ali, mas dentro de você.

Joel Goldsmith

A técnica da Iluminação ou Meditação sobre os Dois Corações é uma técnica para atingir a consciência búdica ou consciência do cosmo ou iluminação. É também, uma forma de servir ao mundo, porque o mundo harmoniza-se até um certo grau pela bênção à toda a Terra com amor-bondade.¹

1. Se você está interessado em aprender e praticar a meditação sobre os dois corações, por favor visite os Centros de Cura Mei Ling.

A Meditação sobre os Dois Corações baseia-se no princípio de que alguns dos chakras maiores constituem pontos de entrada ou passagens para certos níveis ou horizontes de consciência. Para alcançar a iluminação ou a consciência búdica, é necessário ativar completamente o chakra da coroa. Este chakra, quando totalmente ativado, torna-se semelhante a uma taça. Para ser mais exato, as doze pétalas interiores abrem-se e voltam-se para cima, como uma taça, para receber as energias espirituais, que são distribuídas para todas as outras partes do corpo. As coroas usadas por reis e rainhas são como míseras réplicas físicas ou símbolos da incrível resplandescência do chakra da coroa de uma pessoa completamente desenvolvida. O chakra da coroa totalmente ativado é simbolizado pelo Santo Graal.

O chakra da coroa só pode ser totalmente ativado quando, primeiro, o chakra do coração tiver sido totalmente ativado. O chakra do coração é uma réplica do chakra da coroa. Quando você olha para o chakra do coração, percebe que ele se assemelha ao chakra interior do chakra da coroa, que tem doze pétalas douradas. O chakra do coração é a correspondência inferior do chakra da coroa. Este chakra é o centro da iluminação e do amor divino ou da unicidade com tudo. Explicar o que é o amor divino e a iluminação para uma pessoa comum é o mesmo que tentar explicar o que é a cor para um cego. O chakra do coração é o centro das emoções superiores. É o centro da compaixão, da alegria, da afeição, da consideração, da piedade e de outras emoções refinadas. Sem desenvolver emoções refinadas superiores, como pode alguém experimentar o amor divino?

Há muitas maneiras de se ativar o chakra do coração e o da coroa. Você pode usar movimentos físicos ou *hatha yoga*, técnicas iogues de respiração, mantras ou palavras de poder e técnicas de visualização. Todas elas são eficazes, mas não suficientemente rápidas. Um dos modos mais eficazes e rápidos de se ativar esses chakras é fazer a meditação sobre o amor-bondade ou abençoar toda a Terra com amor-bondade. Através do uso dos chakras do coração e da coroa na benção à Terra com amor-bondade, eles se tornam canais para as energias espirituais, ativando-se, portanto, nesse processo. *Através da benção à Terra com amor-bondade, você está realizando uma forma de serviço ao mundo.* E, desse modo, estará, por sua vez, sendo inúmeras vezes abençoado. É abençoando que se é abençoado. É dando que se recebe. Esta é a Lei!

Uma pessoa com o chakra da coroa completamente ativado necessariamente não alcançou a iluminação, pois ainda tem de aprender a usar o chakra da coroa para atingir a iluminação. É como ter um sofisticado

computador e não saber como operá-lo. Uma vez totalmente ativado o chakra da coroa, você terá então de meditar sobre a luz, sobre o mantra *Aum*² e sobre o hiato entre dois Aums. Concentração intensa deve ser focalizada não apenas no mantra *Aum*, mas especialmente no hiato entre dois Aums. *É através da total e intensa concentração da luz e no hiato entre dois Aums, que a iluminação ou samadhi é alcançada!*

Na maioria das pessoas, seus outros chakras encontram-se bastante ativados. Os chakras da base, sexual e do plexo solar encontram-se ativados em praticamente todas as pessoas. Nessas pessoas, seus instintos de sobrevivência, impulso sexual e tendência a reagir às emoções inferiores são muito ativos. Com a difusão da educação moderna e trabalhos que exigem o uso da faculdade mental, os chakras *ajna* e da garganta encontram-se desenvolvidos em muitas pessoas. O que não está desenvolvido na maioria das pessoas são os chakras do coração e da coroa. A educação moderna, infelizmente, tende a supervalorizar o desenvolvimento do chakra da garganta e do *ajna* ou o desenvolvimento da mente concreta e da mente abstrata. *O desenvolvimento do coração foi negligenciado.* Por isso você pode encontrar pessoas muito inteligentes, mas que são empedernidas. Este tipo de pessoa ainda não amadureceu emocionalmente ou têm o chakra do coração não desenvolvido. Embora seja inteligente e possa ter sucesso, sua relação humana é muito pobre, tendo raramente algum amigo ou nenhuma família ou é proveniente de uma família desfeita. *Assim, através do uso da meditação sobre os dois corações, uma pessoa se torna harmoniosamente equilibrada.* Isso significa que os chakras maiores encontram-se, equilibradamente, mais ou menos desenvolvidos.

Se a mente concreta e abstrata será usada construtiva ou destrutivamente dependerá do desenvolvimento do coração. Quando o chakra do plexo solar está superdesenvolvido e o do coração subdesenvolvido, ou quando as emoções inferiores são mais ativas do que as superiores, então a mente provavelmente será usada destrutivamente. *Sem o desenvolvimento do coração na maioria das pessoas, a paz mundial será um sonho inatingível. É por isso que o desenvolvimento do coração deve ser enfatizado no sistema educacional.*

Pessoas com idade inferior a dezoito anos não deverão praticar a técnica da iluminação, uma vez que seus corpos ainda não conseguem resistir a muitas energias sutis. Isso, ao longo do tempo, pode se manifestar como paralisia. Pessoas com problemas cardíacos não devem praticar a

2. *Aum* é o termo sânscrito para o Ser Supremo; em árabe, *Allah*; em chinês, *Tao*; em inglês, *God*; em português, *Deus*.

Meditação sobre os Dois Corações, uma vez que isso pode provocar séria congestão prânica cardíaca. É importante que as pessoas que pretendam praticar regularmente a Meditação sobre os Dois Corações devem praticar a *autopurificação* ou *construção do caráter* através da *reflexão interior* diária. A Meditação sobre os Dois Corações não apenas ativa os chakras do coração e da coroa, mas também outros chakras. Por isso, tanto as características positivas quanto as negativas do praticante serão *ampliadas* ou *ativadas*. Isso pode ser facilmente verificado pelo próprio praticante ou através da observação clarividente.

PROCEDIMENTO

1. Exercício físico para limpar o corpo etérico. Faça exercícios físicos por cerca de cinco minutos. O exercício físico tem o efeito de limpar e energizar o corpo etérico. A matéria levemente acinzentada ou o prana gasto são expelidos do corpo etérico, quando a pessoa está se exercitando. Os exercícios físicos têm de ser feitos para minimizar uma possível congestão prânica, uma vez que a meditação gera grande quantidade de energias sutis no corpo etérico.

2. Invocação da Bênção Divina. Invocar a Bênção de uma Guia Espiritual é muito importante. Cada aspirante espiritual tem Guias Espirituais, quer esteja consciente da presença deles ou não. A invocação é necessária à proteção, auxílio e orientação da pessoa. Sem fazer a invocação, a prática de qualquer técnica avançada de meditação poderia ser perigosa. Você pode fazer sua própria invocação. Eu geralmente uso esta:

*Pai, humildemente invoco Tua bênção divina!
Dai-me proteção, orientação, auxílio
e iluminação!
Com gratidão e com toda a fé!*

3. Ativação do Chakra do Coração — Abençoe toda a Terra com Amor-Bondade. Pressione o chakra do coração com o dedo por alguns segundos. Isso serve para tornar mais fácil a concentração no chakra do coração. Concentre-se no chakra frontal do coração e abençoe a Terra com amor-bondade. *Você pode improvisar sua própria bênção com amor-bondade*. Eu geralmente faço esta:

BÊNÇÃO À TERRA COM AMOR-BONDADE

Do Coração de Deus,

*Faça com que toda a Terra seja abençoada
com amor-bondade.*

*Faça com que toda a Terra seja abençoada
com grande alegria, felicidade e paz divina.*

*Faça com que toda a Terra seja abençoada
com compreensão, harmonia, boa-vontade e
desejo-de-bem. Assim seja!*

Do Coração de Deus,

*Faça com que os corações de todos os seres sencientes
sejam reenchidos com amor e bondade divinos.*

*Faça com que os corações de todos os seres sencientes
sejam preenchidos com grande alegria, felicidade e
paz divina.*

*Faça com que os corações de todos os seres sencientes
sejam preenchidos com compreensão, harmonia, boa-
vontade e desejo-de-bem.*

Com gratidão, assim seja!

Para iniciantes, esta bênção é realizada apenas uma ou duas vezes. Não devem utilizar excessivamente essa bênção, no início. Alguns podem até sentir uma leve congestão prânica ao redor da área da cabeça. Isso se deve ao fato de seu corpo etérico não estar suficientemente limpo. Aplique a varredura localizada para remover a congestão.

Esta bênção não deve ser feita mecanicamente. Você deve sentir e apreciar totalmente as implicações de cada frase. Você pode usar também a visualização. Ao abençoar a Terra com amor-bondade, visualize a aura da Terra ir se tornando de uma rosa deslumbrante. Ao abençoar a Terra com grande alegria, felicidade e paz, visualize as pessoas, que têm problemas difíceis, sorrindo. Visualize seus problemas se tornando mais leves e seus rostos se iluminando. Ao abençoar a Terra com harmonia, boa-vontade e desejo do bem, visualize pessoas ou nações à beira da guerra ou lutando entre si, reconciliando-se. Visualize essas pessoas colocando de lado suas armas e abraçando-se. Visualize-as sendo preenchidas de boas intenções e com vontade de espalhá-las aos outros. Essa bênção pode ser dirigida a uma nação ou nações, a uma família ou a uma pessoa ou grupo de pessoas. Não dirija esta bênção a uma criança ou crianças específicas, porque isso poderia inundá-las de intensa energia gerada pela meditação.

4. Ativação do Chakra da Coroa — Bênção à Terra com Amor-Bondade. Pressione o topo da cabeça, com o dedo, por vários segundos, para facilitar a concentração sobre o chakra da coroa e abençoe toda a Terra com Amor-Bondade. Quando o chakra da coroa estiver totalmente aberto, alguns de vocês sentirão algo desabrochando no topo da cabeça e alguns sentirão também algo pressionando a coroa. Após ter ativado esse chakra, concentre-se simultaneamente no chakra da coroa e no do coração e abençoe a Terra com Amor-Bondade várias vezes. Isso alinhará o chakra do coração com o da coroa, tornando, assim a bênção muito mais potente.

5. Para Alcançar a Iluminação — Meditação sobre a Luz, sobre o Aum e sobre o hiato entre Dois Aums. Visualize uma partícula de luz branca fulgurante sobre a coroa ou no centro da cabeça e simultânea e mentalmente pronuncie o mantra AUM. Concentre-se intensamente no ponto de luz, no Aum e no hiato entre dois Aums. Ao proferir mentalmente o mantra Aum, você perceberá que os Aums não são contínuos e que existe um pequeno hiato entre dois mantras ou entre dois Aums. Faça essa meditação de cinco a dez minutos. *Quando o aspirante espiritual puder se concentrar total e simultaneamente no ponto de luz e no hiato entre os dois Aums, experimentará uma "explosão interior de luz" Todo o seu ser se preencherá de luz! Terá seu primeiro vislumbre de iluminação e sua primeira experiência de êxtase divino!* Experimentar a consciência búdica ou iluminação é experimentar e compreender o que Jesus queria dizer com: "Se teu olho está são, todo o teu corpo fica luminoso" (Lucas 11, 34). "Porque o reino de Deus está no meio de vós." (Lucas 17, 21)

Para muitas pessoas, pode levar anos antes que consigam ter um vislumbre inicial da iluminação ou da consciência búdica. Outras podem levar apenas alguns meses e outras, ainda, somente algumas semanas. Apenas alguns alcançarão a expansão inicial da consciência na primeira tentativa. Geralmente isso é feito com o auxílio de um Ancião ou Auxiliar.

Ao fazer essa meditação, o aspirante deve estar neutro. Não deve ficar obcecado pelos resultados ou com muitas expectativas, pois acabará realmente meditando mais sobre as expectativas ou resultados esperados do que sobre o ponto de luz, sobre o Aum e sobre o hiato entre os dois Aums.

6. Liberação do Excesso de Energia. Após o término da meditação, o excesso de energia deve ser liberado através da bênção à Terra com Luz, Amor e Paz. Caso contrário, o corpo etérico tornar-se-á congestionado e o corpo visível irá se deteriorar ao longo do tempo, devido à grande quantidade de energia. Outras escolas esotéricas liberam o excesso de energia através da visualização dos chakras projetando o excesso de energia e se tornando

menores e mais opacos, mas tal abordagem não utiliza o excesso de energia de uma maneira construtiva.

7. Agradecimentos. Ao terminar a meditação, agradeça sempre a seus Guias Espirituais pela bênção divina.

8. Fortalecimento do Corpo Físico visível através da massagem e de mais exercícios físicos. Ao terminar a meditação, massageie seu corpo e faça exercícios físicos por cerca de cinco minutos. Isso tem o objetivo de uma limpeza posterior e do fortalecimento do corpo visível, uma vez que mais prana gasto é expelido do corpo. Isso facilita a assimilação de energias prânicas e espiritual, *umentando, assim, a beleza e a saúde do praticante*. A massagem e o exercício após a meditação também auxiliam a reduzir a possibilidade de congestão prânica ou que a energia estacione em determinadas partes do corpo, o que poderá causar doenças. Você poderá também se curar de alguns problemas ao fazer exercícios após a "Meditação sobre Os Dois Corações". É muito importante realizar esses exercícios, pois, caso contrário, o corpo físico inevitavelmente ficará enfraquecido. Embora o corpo etérico se torne muito brilhante e forte, o corpo físico visível ficará fraco, porque não será capaz de lidar com o excesso de energia gerado pela meditação. Você terá de experimentar por si mesmo, de modo a avaliar completamente o que estou afirmando.

Algumas pessoas têm a tendência a não realizar exercícios físicos após a meditação, para continuar a saborear o estado de graça. Essa tendência deve ser dominada, pois, de outro modo, sua saúde irá se deteriorar ao longo do tempo.

As instruções podem parecer muito longas, mas a meditação é curta, simples e bastante eficaz! Exige apenas de dez a quinze minutos, excluindo-se o tempo necessário aos exercícios físicos.

Há muitos graus de iluminação. A arte de "intuir" ou o "conhecimento sintético direto" exige prática constante da meditação por um longo período de tempo. Para ser mais exato, requer muitas encarnações para se desenvolver a facilidade no uso desta faculdade búdica.

A bênção à Terra com amor-bondade pode ser feita em grupo, como uma forma de serviço ao mundo. Quando feita em grupo com este propósito, primeiro abençoem a Terra com amor-bondade através do chakra do coração e, depois, através do **chakra** da coroa e, depois, através de ambos os chakras. Ao término da meditação, liberem o excesso de energia. As outras partes da meditação são omitidas. A bênção pode ser dirigida não apenas a toda a Terra, mas também a uma nação específica ou grupo de nações. A potência da bênção é aumentada várias vezes, quando realizada em grupo; muito mais do que individualmente. Por exemplo: quando a

bênção é realizada por um grupo de sete pessoas, o efeito ou potência é maior do que a da bênção realizada por cem pessoas individualmente. *Uma outra maneira de abençoar a Terra com Amor-Bondade em grupo é através da radiodifusão diária, em uma hora apropriada, com alguns ou a maioria dos ouvintes participando.*

Exatamente como a cura prânica pode "milagrosamente" curar doenças simples e graves, a "meditação sobre os dois corações", quando praticada por um grande número de pessoas, também pode milagrosamente curar toda a Terra, tornando-a, assim, mais harmoniosa e cheia de paz. Essa mensagem é dirigida aos leitores com suficiente maturidade e desejo do bem.

Há outras meditações mais avançadas do que a *Meditação sobre os Dois Corações*. Uma dessas formas mais avançadas é chamada de *Yoga Arhatico*, que se destina àqueles poucos escolhidos.

É por isso que o maior problema não é o pupilo, mas o educador; nossos próprios corações e mentes precisam ser limpos, para que sejamos capazes de educar outros.

Sem uma mudança do coração, sem boa vontade, sem a transformação interior, que nasce da autoconsciência, não pode haver paz nem felicidade para os homens.

J. Krishnamurti, *A Educação e o Significado da Vida*².

... o amor sempre consegue extrair o que há de melhor na criança e no homem.

A iluminação é o principal objetivo da educação.

Alice A. Bailey, *Educação na Nova Era*.

NOTA DO AUTOR: Estes dois livros contêm muitas idéias interessantes, que têm efeitos penetrantes benéficos duradouros, se adotados pela maioria dos educadores.

2. Publicado no Brasil pela Ed. Pensamento, São Paulo

MEDITAÇÃO SOBRE OS DOIS CORAÇÕES

1. Para limpar o corpo eterico, faça exercícos físicos por aproximadamente cinco minutos.
2. Invoque a bênção divina.
3. Para ativar o chakra do coração, concentre-se nele e abençoe toda a Terra com amor-bondade.
4. Para evitar o chakra da coroa, concentre-se nele e abençoe toda a Terra com amor-bondade. Depois, abençoe a Terra com Amor-Bondade simultaneamente pelos dois chakras (o do coração e o da coroa).
5. Para alcançar a iluminação, concentre-se no ponto de luz, no Aum e no hiato entre dois Aums.
6. Para liberar o excesso de energia, abençoe a Terra com luz, amor e paz.
7. Agradeça.
8. Para fortalecer o corpo físico visível, massageie o rosto e o corpo e faça exercícos físicos por cerca de cinco minutos.

BÊNÇÃO À TERRA COM AMOR-BONDADE

Que o Coração de Deus

*Faça com que toda a Terra seja abençoada
com amor-bondade.*

*Faça com que toda a Terra seja abençoada
com grande alegria, felicidade e paz divina*

*Faça com que toda a Terra seja abençoada
com compreensão, harmonia, boa-vontade e desejo do bem.
Assim seja!*

Que o Coração de Deus

*Faça com que os corações de todos os seres sencientes
sejam preenchidos com amor e bondade divinas.*

*Faça com que os corações de todos os seres sencientes
sejam preenchidos com grande alegria, felicidade e paz divina*

*Faça com que os corações de todos os seres sencientes
sejam preenchidos com compreensão, harmonia, boa-vontade
e desejo-de-bem.*

Com gratidão. assim seja!

AUTORIZAÇÃO PARA REPRODUÇÃO

A Meditação sobre os Dois Corações é um instrumento muito poderoso para trazer paz ao mundo. Portanto, esta técnica de meditação deve ser disseminada. Assim, autorizo todas as pessoas interessadas a reproduzir, copiar, ou reimprimir o Capítulo 9: MEDITAÇÃO SOBRE OS DOIS CORAÇÕES, com o devido crédito.

(assinado) Choa Kok Sui

DATA: 25 de fevereiro de 1987
NOME: Roy B. Boquiron
ENDEREÇO: 26 Narig Street, Proj. 7
Quezon City, Metro Manila
IDADE: 24 anos
OCUPAÇÃO: Guarda-livros/Praticante da cura prânica

P: Qual a sua experiência em meditação?

Roy: Praticamente nenhuma.

P: Mas você teve experiências incomuns, antes de tentar a técnica de iluminação ou meditação sobre os dois corações?

Roy: Sim. Tive uma experiência extraordinária em viagem astral. Isso ocorreu antes de eu começar a meditar. Foi em 1982, quando ainda estava na faculdade. Naquela noite, tinha certeza de que ainda estava acordado, porque tinha acabado de deitar e a luz ainda estava acesa. Após, talvez, três a cinco minutos, minha tia apagou a luz, embora eu ainda estivesse acordado. Após algum tempo, comecei a sentir essa sensação de redemoinho em minha cabeça, acompanhada de uma sensação de sonolência, seguida, depois, por uma sensação de flutuação. Após esta última sensação, fiquei amedrontado, porque vi meu corpo físico pela primeira vez

P: Quão freqüentemente você tem a projeção astral?

Roy: Antigamente era quase todas as noites. Ultimamente tem ocorrido ocasionalmente.

P: Como você chegou à Meditação sobre os Dois Corações?

Roy: Choa Kok e Sui e Mike me ensinaram.

P: O que você acha desta técnica de meditação?

Roy: A "Meditação sobre os Dois Corações" é um caminho mais curto para a iluminação e para a expansão da consciência.

P: Você experimentou algum efeito positivo ou negativo causado por essa meditação, física ou psiquicamente?

Roy: Não experimentei qualquer efeito negativo, mas houve efeitos positivos. Por exemplo: quando me surgem problemas no escritório, em um instante sei como resolvê-los. Houve também uma melhora em minha estabilidade emocional

P: Há quanto tempo você vem praticando esta técnica?

Roy: Há quase dois meses.

P: Você pode relatar alguma de suas experiências?

Roy: No primeiro estágio desta técnica, parece haver um fluxo vibrante de

energia proveniente dos arredores ou do universo, como se eu fosse preenchido por essa energia potente. Também experimentei uma espécie de explosão de êxtase no topo de minha cabeça. É realmente difícil de descrever o que senti naquele estado.

P: Você viu algum Ser?

Roy: Na primeira tentativa dessa técnica de meditação, fui auxiliado por Choa Kok Sui e não sei o que ele fez comigo. Sei apenas que bateu de leve nas minhas costas, mas foi mais do que isso. A primeira experiência foi bastante memorável, uma vez que fui catapultado para um estado de consciência superior, que me deu uma sensação de paz. É realmente indescritível: Vi o Mestre Jesus... e Ele estava falando comigo. Eu sabia muito bem o que Ele dizia, mas é muito pessoal e, após essa visão, fiquei à beira das lágrimas, não de tristeza, mas porque estava cheio de alegria, felicidade, de algo além das palavras — que foi minha primeira experiência de ter uma visão de Jesus. E eu sabia que Ele nos ama a todos.

P: Quanto à consciência-sabedoria, o que aconteceu?

Roy: Houve uma consciência interpenetrante. Algo assim como uma consciência simultânea de um nível de consciência para um estado superior. Como, por exemplo, agora estamos conscientes destas coisas, mas naquele estado, estamos conscientes também de um estado superior de consciência, o que significa que estamos em todo os lugares. Esse sentimento de estar em todo lugar é tão maluco e, contudo, é tão real, que você sente que está aqui, mas também está lá, está em todo lugar. É um sentimento de onipresença. É mais do que apenas uma sensação — mas esta é a expressão mais próxima — realmente não sei o termo correto, porque não li ainda livros sobre este assunto.

P: Você recebeu algum tipo de impressão, quando esteve no nível superior de consciência?

Roy: Sim, como, por exemplo, quando Jesus disse: "Eu e Meu Pai somos um", como se eu soubesse o que queria dizer. Antes, minha interpretação era literal. Mas o significado que veio a mim, quando experimentei o estado superior de consciência, é de que tudo e cada ser é um só. Como a unidade na diversidade. Somos diversos na forma etc... mas há esta Unidade, o sentimento de unidade com cada ser, com todos os seres...

P: Você recomendaria a outras pessoas a prática dessa técnica?

Roy: Sim, recomendo esta técnica de meditação, porque, quando muitas pessoas a experimentarem, saberão que é inútil e impossível ferir ou causar mal a um outro ser. É tolo ferir outras pessoas, porque estaremos ferindo apenas a nós mesmos.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(assinado) ROY R. BOQUIRON

energia proveniente dos arredores ou do universo, como se eu fosse preenchido por essa energia potente. Também experimentei uma espécie de explosão de êxtase no topo de minha cabeça. É realmente difícil de descrever o que senti naquele estado.

P: Você viu algum Ser?

Roy: Na primeira tentativa dessa técnica de meditação, fui auxiliado por Choa Kok Sui e não sei o que ele fez comigo. Sei apenas que bateu de leve nas minhas costas, mas foi mais do que isso. A primeira experiência foi bastante memorável, uma vez que fui catapultado para um estado de consciência superior, que me deu uma sensação de paz. É realmente indescritível: Vi o Mestre Jesus... e Ele estava falando comigo. Eu sabia muito bem o que Ele dizia, mas é muito pessoal e, após essa visão, fiquei à beira das lágrimas, não de tristeza, mas porque estava cheio de alegria, felicidade, de algo além das palavras — que foi minha primeira experiência de ter uma visão de Jesus. E eu sabia que Ele nos ama a todos.

P: Quanto à consciência-sabedoria, o que aconteceu?

Roy: Houve uma consciência interpenetrante. Algo assim como uma consciência simultânea de um nível de consciência para um estado superior. Como, por exemplo, agora estamos conscientes destas coisas, mas naquele estado, estamos conscientes também de um estado superior de consciência, o que significa que estamos em todo os lugares. Esse sentimento de estar em todo lugar é tão maluco e, contudo, é tão real, que você sente que está aqui, mas também está lá, está em todo lugar. É um sentimento de onipresença. É mais do que apenas uma sensação — mas esta é a expressão mais próxima — realmente não sei o termo correto, porque não li ainda livros sobre este assunto.

P: Você recebeu algum tipo de impressão, quando esteve no nível superior de consciência?

Roy: Sim, como, por exemplo, quando Jesus disse: “Eu e Meu Pai somos um”, como se eu soubesse o que queria dizer. Antes, minha interpretação era literal. Mas o significado que veio a mim, quando experimentei o estado superior de consciência, é de que tudo e cada ser é um só. Como a unidade na diversidade. Somos diversos na forma etc... mas há esta Unidade, o sentimento de unidade com cada ser, com todos os seres...

P: Você recomendaria a outras pessoas a prática dessa técnica?

Roy: Sim, recomendo esta técnica de meditação, porque, quando muitas pessoas a experimentarem, saberão que é inútil e impossível ferir ou causar mal a um outro ser. É tolo ferir outras pessoas, porque estaremos ferindo apenas a nós mesmos.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(assinado) ROY R. BOQUIRON

DATA: 17 de fevereiro de 1987
NOME: Erlinda Andrada
ENDEREÇO: 120 R. Lagmay, San Juan, Metro Manila

P: Há quanto tempo você vem praticando a meditação?

Erlinda: Comecei experimentando a meditação mântica, há cerca de dez anos, quando comecei a praticar yoga. Experimentei muitas técnicas de meditação.

Tais meditações me deram a percepção das coisas Divinas, fizeram-me sentir 'em paz com os céus' e em comunhão com o Eterno Um, onde tudo parece estar dentro de minha compreensão. Sempre que alcanço profundezas interiores, sinto a Presença Eterna muito perto de minha alma — e percebo que o Senhor tem estado sempre ali.

P: Por favor, relate sua experiência ao utilizar a "Meditação sobre os Dois Corações".

Erlinda: É realmente difícil relatar minha experiência com a "Meditação sobre os Dois Corações". As palavras são inadequadas para descrever sua beleza e, portanto, a narrativa torna-se imprecisa. Porém tentarei colocar em palavras minha experiência. Inicialmente, senti que o topo de minha cabeça estava coberto por uma fonte de Luz, descendo sobre todo o meu corpo. A luz era tão intensamente visível para meu olho interior e foi se tornando mais poderosa, revestindo meu corpo, fazendo-me sentir sem peso. Senti como se meu corpo não estivesse mais lá.

Fui penetrada pelo brilho dessa luz, que me fez sentir Um com ela. Então, estava voando como um *ser de luz* harmonioso e atingindo todo o universo.

Esta expansão universal é um sentimento extremamente bom. Como comecei abençoando a terra, percebi que o sentido real de se fazer esta meditação é espalhar o amor-bondade a todo mundo, pois é apenas através do amor que nos tornamos "religados" uns aos outros. A salvação da Terra de qualquer destruição torna-se possível.

Posso dizer que essa meditação é uma técnica muito poderosa.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(assinado) ERLINDA ANDRADA

A meditação é uma experiência individual e, portanto, única e diferente para cada pessoa. Cada experiência meditativa faz parte de uma aventura espiritual individual e profundamente pessoal, uma odisséia nos domínios da existência misteriosa e interior da pessoa. É uma percepção momento a momento da presença de Deus — que está em cada um.

O que tenho a compartilhar é, assim, meu próprio tipo de experiência baseada em alguns experimentos sobre a meditação sobre os “dois corações”. E como tal, práticas posteriores com ela podem envolver outro tipo de experiência — tão inesperada ou tão surpreendente como a anterior. Talvez seja mais expansiva ou talvez faça parte de uma revelação interior. Mas sempre, no que se refere a mim, deixa atrás de si seu “caminho sem caminho”, uma vibração silenciosa, uma fragrância, uma incandescência, um “sentimento elevado”.

Mas isso é ir além de minha história...

Primeiro, preciso estabelecer aqui que, desde minha primeira iniciação yoga, por meu primeiro guru — passei por várias experiências meditativas. Também, o processo evolutivo não foi fácil para mim. Foi um trabalho penoso tentar domar o “touro” que é a mente — e a batalha para conquistar o ego foi enorme. A questão da transcendência não foi nunca um caminho fácil para mim.

Então, como se houvesse sido planejado pelo destino ou vontade divina, fui apresentado a esta técnica única de meditação sobre os “dois corações”. Talvez, condicionado por minhas preparações anteriores — ansiosa e facilmente permiti a mim mesmo me soltar e permanecer no fluxo total, seguindo as instruções dadas neste livro.

Tão logo entrei para meu “espaço interior” — simultaneamente visualizando uma brilhante luz branca em meus chakras da coroa e do coração e, ao mesmo tempo, regulando minha respiração numa cadência rítmica, profunda e quase musical — derramando bênção e amor-bondade para todo o universo — pareceu-me ter sido arrastado rodopiando para fora do espaço, quase sem corpo... senti o centro da coroa se abrir como uma flor de lótus, desdobrando-se, tornando-se cada vez maior, irradiando e contendo mais luz... derramando-a sobre todo o meu ser. Ao mesmo tempo, as pétalas do lótus no centro do meu coração estavam pulsando com uma luz muito maior.

Por alguma inexplicável razão além da lógica — quase além das palavras — senti um amor enorme por toda a humanidade, como se quisesse penetrá-los com essa luz de Amor e bondade, de compreensão e Sabedoria. Foi como se a Luz não tivesse limites. Ou talvez fosse mais uma expansão da consciência — pois, naquele instante, parecia haver um sentimento de onisciência temporária. Havia, de fato, muita humildade e, contudo, excesso de poder.

Se esta foi, de fato, uma experiência de iluminação, então preciso dizer aqui que “vi a Luz”. Mas mais chocante ainda foi minha experiência como um “*ser de luz*” — como se cada célula de meu corpo ficasse cheia de luz ou tivesse se tornado a própria luz. Emergi dessa breve experiência inicial da meditação sobre os “dois corações” sentindo-me limpo, purificado e energizado pelo raio de luz, mais ainda, poderia ousar dizer, por um dilúvio de luz!

Essa única experiência meditativa foi memorável. Os experimentos seguintes com este tipo de meditação, embora não necessariamente tão dramáticos quanto o primeiro, permitiram-me vários *insights* valiosos — muito amplos para serem colocados em palavras. É como apaixonar-se. Não importa o quanto você tente descrever o sentimento, acaba sempre não encontrando palavras. Não é de surpreender que os místicos guardem silêncio sobre isso. É uma experiência sem palavras do misterioso... do milagroso. E, contudo, verdadeiramente simples, fácil e confortante. É preciso apenas liberar o ego, ter uma sincera atitude de humildade, de pureza interior, de autêntico amor a Deus — ou qualquer outro nome que você dê a Ele. Há aquele sentimento íntimo de Unidade com todos, com o universo (que é penetrado pela luz).

A meditação, que é uma jornada interior para os domínios do próprio ser, é verdadeiramente a linguagem do Êxtase, da Consciência do Êxtase, da Presença Divina.

Rezo para que cada pessoa tenha sua própria e única experiência individual desta técnica de meditação poderosa e eficaz sobre os *Dois Corações*. E que cada uma possa ser testemunha dessa incandescência, dessa luminescência da luz interior, que ultrapassa a percepção de que somos "a luz do mundo" — e que essa luz é a única esperança de nosso mundo desesperado. A Luz que dá sabedoria, amor, compreensão e paz interior.

Poderia não ter dito nada. Como mencionei anteriormente, a meditação está além das palavras. É melhor experimentar do que explicar.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(assinado) ROLANDO A. CARBONELL

Idéias- Sementes

Agora minha suspeita é de que o universo não é apenas mais fantástico do que supomos, mas mais fantástico do que podemos supor.

J.B.S. Haldane, um biólogo inglês

A cada geração é proporcionada a parte da conservação das formas essenciais da antiga e amada forma, mas também de sabiamente expandi-la e enriquecê-la. Cada ciclo precisa acrescentar a aquisição de pesquisas adicionais e do esforço científico e subtrair aquilo que está ultrapassado e que não tem valor.

Alice A. Bailey, *Iniciação Humana e Solar*

As idéias aqui contidas estão sob a forma de sementes. Portanto exigirão considerável nutrição para se desenvolverem completamente. São fornecidas como orientações e sugestões para novas áreas de pesquisa.

NUTRIÇÃO E PRANA

A ciência tem estudado a nutrição do ponto de vista químico: proteínas, carboidratos, açúcares, minerais, gorduras, vitaminas. Até agora a ciência não se conscientizou da existência do prana, não estudou, portanto,

a nutrição do ponto de vista prânico: a quantidade e os tipos de prana colorido existentes nos alimentos e como o prana afeta o corpo humano.

O alimento preservado contém mais ou menos a mesma quantidade de proteínas, carboidratos e outros componentes químicos, quando comparado com o alimento fresco. Mas o alimento fresco é definitivamente mais nutritivo do que o preservado, porque contém mais prana. O mesmo princípio se aplica às vitaminas sintéticas e naturais. As naturais contém mais prana do que as sintéticas, sendo, por isso, mais potentes ou eficazes. A cocção excessiva do alimento não apenas destrói alguns de seus nutrientes, mas também libera grande quantidade de prana, devido ao aquecimento prolongado. Em outras palavras, alimentos excessivamente cozidos contêm consideravelmente menos prana do que alimentos pouco cozidos.

Para ser saudável, é preciso ter uma alimentação equilibrada. A idéia de uma alimentação equilibrada deve incluir não apenas a "mistura nutritiva ou química" adequada ao organismo, mas também a mistura apropriada de pranas coloridos, necessária à manutenção da saúde do corpo. Para se conseguir uma alimentação prânica equilibrada, é aconselhável preparar pratos bem coloridos. Por exemplo: hortaliças verdes obviamente contêm grande quantidade de prana verde, enquanto as cenouras contêm muito prana laranja. Mas essa abordagem nem sempre é aplicável, como por exemplo, tomates, que contêm muito prana amarelo-esverdeado e pouco prana vermelho; as melancias, que contêm casca verde-suave e polpa vermelha, contêm muito prana verde e raramente apresentam algum prana vermelho.

A abordagem da medicina ocidental é muito diferente da chinesa ou da Ayurvédica (hindu). Na medicina ocidental, a abordagem é material ou química. Na chinesa ou na ayurvédica, a abordagem é mais sutil. O que se enfatiza nessas duas últimas é a energia prânica e a manutenção da harmonia prânica dentro do corpo. A medicina chinesa desenvolveu essa abordagem a um grau bastante sofisticado, empregando a acupuntura e ervas medicinais.

É um fato de conhecimento popular que as hemorróidas tendem a piorar quando se ingere alimentos condimentados. Por quê? A resposta é bastante simples. Uma vez que as hemorróidas se manifestam como congestão prânica, de prana vermelho, na área do ânus, ingerir alimentos muito temperados, que contêm grande quantidade de prana vermelho, definitivamente agrava o problema.

Pessoas que são suscetíveis à prisão de ventre podem melhorar sua condição ingerindo regularmente mamão papaia. Esse tipo de mamão contém grande quantidade de prana laranja, que estimula os movimentos intestinais.

Segundo alguns autores, as uvas violetas possuem efeitos curativos "milagrosos". Dizem que pacientes portadores de câncer e pacientes com

outros problemas graves foram curados através de uma alimentação baseada nesse tipo de uvas. A pele das uvas violetas contém predominantemente prana violeta e sua polpa contém predominantemente prana amarelo-esverdeado. O prana violeta é um tipo poderoso de prana, que possui as propriedades de todos os outros pranas coloridos. Tem efeitos desintoxicantes e desinfetantes e é usado também para destruir células cancerosas. O prana violeta e o verde-amarelado têm efeitos regeneradores e são empregados para acelerar o processo de reparação de órgãos prejudicados. Mais pesquisas devem ser dirigidas ao estudo das uvas violetas como possível cura para o câncer, para órgãos internos danificados, AIDS e outros problemas graves. A pesquisa não deve ser focalizada apenas no corpo físico visível, mas também em seus efeitos sobre o corpo bioplasmático. Deve-se também pesquisar o uso combinado das uvas violetas com o ginseng, como cura de alguns "problemas incuráveis". As expectativas dos pesquisadores e dos pacientes devem ser realistas. Precisam levar em conta o fator kármico e os danos sérios já ocorridos no corpo físico do paciente, devidos ao próprio problema e aos graves efeitos colaterais das drogas potentes que já foram empregadas.

GINSENG

Eu, pessoalmente, realizei experimentos sobre os efeitos do ginseng vermelho chinês e coreano sobre o corpo etérico. A dosagem usada variou de meio grama a cinco gramas por dose. A idade dos indivíduos variou dos quatorze aos cinquenta e cinco anos.

Observou-se clarivamente que os efeitos do ginseng em pó começam a se manifestar quase imediatamente. Jatos de luz foram vistos saindo das auras interior e exterior. A espessura da aura interior aumentou de doze centímetros para cerca de vinte e dois centímetros. A aura da saúde tornou-se mais brilhante e expandiu-se, passando de sessenta para noventa centímetros. A aura exterior também se expandiu. Matéria levemente acinzentada foi expelida. Os chakras tornaram-se maiores, mais brilhantes e mais ativos. Os chakras maiores passaram de nove para cerca de doze centímetros. O "ki sintético", localizado nos chakras secundários do umbigo, passou de cerca de dois centímetros e meio de diâmetro para cerca de três centímetros, tornando-se, além disso, mais denso. Embora o nível de energia prânica dos indivíduos fosse bastante alto, estavam relaxados e não agitados. É um processo semelhante ao da meditação. Embora grande quantidade de energia seja gerada durante a meditação, a pessoa

que medita permanece relaxada e em paz. Os indivíduos geralmente não se dão conta ou não sentem fisicamente a melhora sutil, a menos que sejam sensitivos ou estejam fracos.

O grau dos efeitos do ginseng depende da dosagem, do fornecedor de ginseng (diferentes fornecedores produzem ginseng de potência ou brilho diferente) e do corpo do indivíduo. Os efeitos de um grama e meio de ginseng permanecerão por aproximadamente dez a dezesseis horas. Dentro desse período de tempo, os efeitos do ginseng vão gradualmente diminuindo. Por isso, é melhor se tomar um grama e meio de ginseng duas vezes por dia, para se manter a saúde. Pessoas doentes devem tomar, de preferência, dosagens mais altas.

O ginseng, quando visto clarivamente, é bastante brilhante quando comparado com outros alimentos e remédios. A aura do núcleo de cinquenta gramas de ginseng vermelho em pó é muito densa (assemelha-se quase a um "líquido" dourado) e tem cerca de quinze a trinta centímetros de raio. A camada seguinte da aura tem cerca de um a dois metros de raio. O ginseng contém grande quantidade de prana (energia vital) e também grande quantidade de "ki sintético". O grande aumento de "ki sintético" nos chakras secundários do umbigo se deve aos chakras maiores ativados que produzem mais "ki sintético" e também ao "ki sintético contido no próprio ginseng.

O ginseng tem um efeito limpador, uma vez que a matéria acinzentada está sendo expelida. *É melhor fazer exercícios imediatamente após tomar o ginseng para facilitar a expulsão do prana gasto e para facilitar a assimilação de energia prânica fresca.* O ginseng é também "ativador" e "energizador", uma vez que o corpo etérico e seus chakras maiores tornam-se mais brilhantes, maiores e mais densos. *Portanto os órgãos controlados e energizados pelos chakras maiores são da mesma forma limpos, ativados e energizados.*

Com estas descobertas, torna-se claro porque o ginseng tem um alto conceito entre os chineses e coreanos. Muitos deles ingerem regularmente o ginseng, para melhorar ou manter sua boa saúde. Na medicina chinesa, o ginseng, em combinação com ervas que têm efeitos "curativos" sobre órgãos específicos ou que "conduzem ou dirigem" a energia *chi* para um órgão específico, é prescrito para uma série de problemas. *O ginseng, combinado com outras ervas, é considerado um remédio que praticamente "cura tudo".*

Para aumentar o nível de energia prânica do praticante da cura e para melhorar sua habilidade curativa, é aconselhável (mas não necessário) tomar um grama de ginseng antes e após o tratamento de um grande

número de pacientes. Também é vantajoso para aqueles pacientes que se encontram muito fracos, tomar de um a dois gramas de ginseng antes de serem tratados pelo praticante.

CLASSIFICAÇÃO DAS DROGAS PELO USO DAS PROPRIEDADES DO PRANA COLORIDO

Uma pessoa que começar a estudar e pesquisar as diferentes propriedades e efeitos das ervas e drogas pode se sentir esmagado pela enorme quantidade de informação disponível. Uma abordagem diferente para se fazer a classificação das ervas e drogas é a que usa as *propriedades do prana colorido*. Faça uma tabela para que possa ter uma visão geral. No lado vertical dessa tabela coloque os pranas coloridos e os de cores mistas, bem como suas propriedades correspondentes. No lado horizontal, coloque primeiro "todo o corpo" e, em seguida, suas diferentes partes específicas. Catalogue, então, as ervas e drogas. Uma droga diurética (que promove a excreção de urina) deve ser catalogada sob prana laranja ou prana verde-amarelado, propriedade excretora e rins. Os analgésicos devem ser catalogados sob prana azul, efeito suave e corpo todo. Erva ou grupo de ervas com efeitos dissolventes sobre coágulos sanguíneos ou elementos obstruentes devem ser catalogadas sob prana verde, efeitos de decomposição ou dissolução e todo o corpo. Ervas ou grupos de ervas com efeitos descongestionantes ou limpadores sobre o coração devem ser classificadas sob prana verde, efeitos descongestionantes e coração. Ervas ou grupos de ervas que aceleram o processo de regeneração do coração devem ser catalogadas sob prana violeta e prana uno, efeito regenerador e coração. Preencher a tabela exige uma quantidade considerável de tempo e energia e os esforços combinados de muitos herbolários e farmacêuticos experientes.

SERES, CORRENTES E PLANETAS ETÉRICOS

Muitos cientistas afirmam que a vida pode existir apenas sob forma física. Enviaem espaçonaves para outros planetas, procurando sinais de vida física, não considerando que a vida pode existir sob forma de energia ou forma etérica. Com base em observações clarividentes, verificou-se que a vida também existe na forma etérica (energia) ou há seres etéricos de diferentes graus de consciência e desenvolvimento. A investigação deve ser voltada para a "possível" existência de seres etéricos no interior ou

“alento de vida” nem o corpo etérico, que é o veículo da energia prânica. Prana é vida. Sem prana não há vida. Nenhuma manipulação química produzirá qualquer forma física de vida, a menos que o prana ou força vital esteja envolvida.

Não quero parecer muito religioso, mas, se você raciocinar um pouco, verá que nosso corpo e tudo o que existe ao nosso redor constituem a verdadeira prova da existência de Deus. Para aqueles que podem ver, a existência de Deus é evidente por si mesma!

MAIS PESQUISA NECESSÁRIA NO CAMPO DA CURA PRÂNICA

As pesquisas devem voltar-se para o desenvolvimento de equipamento sofisticado, que possa detectar e quantificar o prana ou energia vital. Deve-se estabelecer uma unidade para o prana. Também será necessário equipamento sofisticado para medir a taxa de prana projetado e a taxa de prana consumido.

Uma das maiores falhas das fotografias Kirlian é que só podem ser tiradas de pequenos objetos, e que o objeto tem de estar em contato com a placa ou equipamento. Há a necessidade do desenvolvimento de um tipo mais prático e avançado de câmera, que possa tirar fotos dos corpos de energia de objetos a distância ou fotos de seres etéricos. Vários cientistas de diferentes países já estão trabalhando nessa linha de pesquisa.

Como a energia prânica afeta as células? Quando a pele entra em contato com óleo quente, as células são danificadas. Porém, se a energia prânica é aplicada imediatamente, a pele não sofre qualquer dano ou este é substancialmente reduzido. Como a energia prânica afeta a célula e suas partes? Como o dano foi evitado ou reduzido no nível celular?

Quando a energia prânica vermelho-laranja é dirigida a uma ferida recente, faz com que a ferida se cure rapidamente. O prana vermelho-laranja estimula a produção de alguma(s) substância(s) química(s), que acelera(m) a regeneração da ferida? Se assim for, poder-se-á produzi-la(s) sinteticamente. Pesquisas semelhantes podem ser aplicadas a outros pranas coloridos.

HIGIENE E MATÉRIA BIOPASMÁTICA DOENTE

O estudo da higiene deveria incluir não apenas os germes e a sujeira, mas também a matéria bioplasmática doente ou energia doente. Essa maté-

ria doente pode ser transmitida para outra pessoa. Nos capítulos anteriores, você aprendeu a empregar a varredura, para remover a matéria etérica doente ou energia doente. Algumas pessoas podem ter experimentado dor ou desconforto nas mãos ao realizarem a varredura e a energização. Um praticante da cura que não atira para longe a energia doente e não lava as mãos após o tratamento, pode experimentar os sintomas ou problemas de seus pacientes. Isso, ao longo do tempo, afetará seriamente a sua saúde.

Você pode experimentar atirar a energia doente de seus pacientes sobre uma planta. A planta definitivamente enfraquecerá e gradualmente morrerá, se o experimento continuar por um período prolongado de tempo.

Uma sala de hospital que está relativamente livre de germes, mas tem sido ocupada por vários pacientes seriamente doentes pode, com o passar do tempo, tornar-se etericamente muito suja. Nesse caso, esse aposento é considerado "agourento" pelo pessoal do hospital. Essas pessoas têm consciência de que essa sala tende a apresentar uma alta taxa de mortalidade, mas não compreendem por que.

É aconselhável limpar etericamente as salas e quartos de hospitais e intervalos regulares, especialmente os ocupados por pacientes gravemente doentes e por aqueles que sofreram de doenças extremamente dolorosas, depressivas e que ali permaneceram por longo tempo.

Há várias maneiras de se limpar etericamente um aposento. O primeiro método é abrir cortinas e janelas para deixar entrar ar fresco e luz do Sol por vários dias e mesmo semanas. É exatamente isso que alguns xamãs ou curandeiros de tribos americanas estão fazendo. Eles extraem a energia doente do paciente e a colocam num recipiente cheio de água e tabaco (unidade de destruição de resíduo bioplasmático). O recipiente é então exposto à luz do Sol e ao vento, para que a energia doente gradualmente se desintegre.

O segundo método é expor o aposento a luzes verde e laranja por várias horas. A luz verde e a luz laranja têm efeitos expulsivos e desintegradores sobre a matéria bioplasmática doente.

O terceiro método é o uso de rituais religiosos. São empregados incenso, água salgada e oração. Tipos diferentes de incenso e perfumes têm diferentes efeitos sobre a matéria bioplasmática. Alguns incensos (como o de sândalo) têm efeitos limpadores, enquanto outros têm efeitos consolidantes ou solidificadores. Assim, você não pode simplesmente usar qualquer tipo de incenso para a limpeza.

A energia doente também pode transmitir problemas psicológicos. Quando um paciente fala de seu problema psicológico, a energia emocional negativa reprimida, na forma de matéria bioplasmática doente, é libe-

rada pelo paciente e geralmente absorvida pelo psicoterapeuta, especialmente se este é do tipo aberto, compreensivo e compassivo. A liberação da energia emocional negativa é clarividente vista como um clareamento da aura do paciente, devido à liberação da energia acinzentada de cores diferentes.

A absorção inconsciente dessa energia negativa pelo psicoterapeuta produz tanto problemas imediatos quanto a longo prazo. O problema imediato pode manifestar-se como problema de família, uma vez que o psicoterapeuta pode inconscientemente tentar liberar a energia negativa ou "lançá-la" sobre os membros mais próximos da família. Sob circunstâncias normais, o sistema de defesa do organismo pode expelir essa energia negativa e recuperar-se através de uma boa noite de sono. Mas, uma vez que essa absorção ocorre com regularidade, a energia emocional negativa, sob a forma de matéria bioplasmática doente, acumula-se e inevitavelmente manifesta-se como desequilíbrios dos chakras. Esses desequilíbrios podem se apresentar como problemas psicológicos ou sintomas semelhantes aos dos pacientes. Podem também se manifestar fisicamente como um baixo nível de energia ou "efeito de consumido", problema cardíaco ou dor no peito, envelhecimento rápido e outros problemas físicos.

E como o praticante pode se proteger da energia emocional negativa? Já há vários livros escritos sobre esse assunto. Veja as leituras sugeridas sobre práticas esotéricas. Estou seriamente pensando em escrever um livro sobre psicoterapia prânica num futuro próximo.

PSICOTERAPIA PRÂNICA

A cura prânica também pode ser aplicada no tratamento de problemas psicológicos. Tais problemas manifestam-se como mau funcionamento (superativação, subativação, congestão ou depleção) de alguns chakras maiores e como energias traumáticas ou inibidoras alojadas em certos chakras maiores. Essas energias são clarividentemente vistas como energias acinzentadas ou escurecidas.

Tensão ou Stress

A tensão manifesta-se como um mau funcionamento temporário (congestão ou depleção) do chakra do plexo solar. Os raios da saúde encontram-se parcialmente afetados e são vistos como filamentos ondulados e não retos. A aura exterior apresenta-se levemente acinzentada.

1. Aplique a varredura localizada no chakra do plexo solar. Energize-o com prana rosa claro. Se for realizada adequadamente, o indivíduo sentirá um alívio substancial. O prana rosa é harmonizador e confortante. É visto sobre mulheres que estão grávidas e sobre pessoas apaixonadas. É visto também quando os pais inundam os filhos de afeição.

2. Limpe o chakra frontal do coração e energize-o através de sua contraparte dorsal com prana rosa claro.

3. Se o chakra *ajna* também estiver afetado, limpe-o completamente e energize-o com prana violeta claro.

4. Aplique varredura geral e visualize o paciente envolvido em prana rosa. O indivíduo sentir-se-á calmo e relaxado.

Depressão leve

A depressão pode ser causada por problema físico, condições climáticas ("melancolia de inverno" ou depressão é predominante em países onde há invernos longos) e experiências traumatizantes, que têm efeitos inibidores sobre os chakras.

No caso de depressão leve, o nível de energia prânica do paciente é baixo. O chakra da base, o *meng mein*, o do umbigo, o do baço, o do plexo solar e o *ajna* encontram-se geralmente exauridos. A aura interior tem cerca de oito a dez centímetros de espessura, mas fica menos densa que a aura interior de uma pessoa saudável.

1. Aplique a varredura geral com prana vermelho claro.

2. Para elevar o nível de energia prânica, limpe e energize o chakra da base e o *meng mein* com prana vermelho claro, por cerca de cinco ciclos respiratórios. Depois, limpe e energize o chakra do plexo solar com prana vermelho claro. Se realizado adequadamente, o paciente sentirá uma melhora substancial.

3. Outra maneira de elevar o nível de energia prânica é através da limpeza e energização do chakra da base, do chakra do umbigo, dos chakras das mãos e das solas dos pés com prana vermelho claro. Depois, faz-se o mesmo com o chakra do plexo solar.

4. Se o chakra *ajna* tiver sido afetado, limpe-o e energize-o com prana violeta claro. Se o chakra frontal do coração tiver sido afetado, limpe-o e energize-o com prana rosa claro, através do chakra dorsal do coração. Repita o tratamento duas vezes por semana. Também seria muito útil realizar exercícios diariamente, deitar-se no chão ou descansar sob uma grande árvore saudável e tomar bastante sol.

Depressão profunda

Na depressão profunda, o paciente encontra-se praticamente "sem vida". Ele dificilmente conversa, movimenta-se ou faz qualquer coisa. Um paciente com depressão profunda apresenta um nível de energia vital ou prânica muito baixo. Sua aura interior fica acinzentada e com aproximadamente cinco centímetros de espessura. Os chakras maiores encontram-se exauridos (acinzentados) e pequenos, com cerca de apenas cinco centímetros de espessura. A aura da saúde e a exterior ficam acinzentados. Energias inibidoras (de cor cinza escuro), devidas a experiências traumáticas, encontram-se provavelmente estacionadas nos chakras do plexo solar e da coroa.

Energizar um paciente seriamente deprimido é como energizar o vácuo. Um praticante mais sensível literalmente pode sentir sua energia prânica sendo sugada pelo chakra que está sendo tratado. Um praticante forte e saudável poderá ficar esgotado apenas por tratar um paciente com esse tipo de depressão, a menos que medidas de precaução sejam tomadas.

1. Invoque o auxílio da Divina Providência.

2. Se você tiver ginseng vermelho, peça ao paciente para tomar dois gramas dele. Não o energize imediatamente. Espere cerca de dez minutos, para que o remédio faça efeito total. Enquanto espera, aplique a varredura geral, utilizando prana violeta-embranquiçado, várias vezes, com a intenção de limpar etérica e psiquicamente as auras e corpos sutis do paciente.

3. Aplique a varredura geral várias vezes, empregando prana vermelho, para fortalecer e revitalizar. Será melhor que a varredura seja feita com o paciente deitado no chão e/ou sob uma grande árvore, para que possa absorver prana do solo e/ou da árvore. Os passos 1, 2 e 3 constituem medidas de precaução, que o praticante deve tomar para evitar seu próprio esgotamento.

4. Aplique a varredura localizada com prana violeta claro no chakra da base e no *meng mein*. Aplique a técnica mestra da cura, usando prana vermelho claro (ativando e energizando esses dois chakras).

5. Aplique a varredura localizada no chakra do plexo solar e no da coroa com prana violeta claro, com a forte intenção de remover e desintegrar as energias inibidoras. Energize do chakra do plexo solar com prana vermelho claro e da coroa com prana violeta claro.

6. Limpe e energize totalmente todos os outros chakras maiores, exceto os do umbigo e do baço, que devem ser apenas levemente energizados.

7. Após energizar cada chakra maior, o prana projetado deve ser estabilizado, através da projeção de prana azul claro, durante vários

segundos, apenas naquele chakra que está sendo tratado. Isso serve para impedir que grande parte do prana projetado escape.

8. Repita o tratamento duas a três vezes por semana. Se o tratamento for feito apropriadamente, é provável que haja uma melhora notável após o primeiro tratamento. Aconselhe o paciente a procurar um psicoterapeuta para tratamento complementar. O paciente deve ser encorajado a fazer bastante exercício físico, a tomar de dois a quatro gramas de ginseng vermelho diariamente e a comer alimentos bem condimentados. A cor do quarto do paciente deve ser de preferência laranja ou vermelho-claro.

ROTAÇÃO DOS CHAKRAS

Em que direção um chakra gira? Alguns estudantes da ciência esotérica acham que gira em sentido anti-horário, enquanto outros acham que gira no sentido horário. Ambos estão parcialmente corretos e parcialmente errados. Um chakra gira rápida e alternadamente em ambos os sentidos. *O movimento no sentido horário absorve energia prânica, enquanto o movimento no sentido anti-horário projeta energia prânica. O movimento no sentido horário do chakra é absorvente, enquanto o anti-horário é projetante.* Quando um praticante absorve energia prânica através de um chakra, esse chakra gira predominantemente no sentido horário e num grau muito menor no sentido contrário. Quando o praticante projeta prana através de um chakra, este gira predominantemente no sentido anti-horário e num grau muito menor no sentido contrário. Sob condições normais, um chakra gira em ambos os sentidos em igual proporção. Assim, a quantidade de energia prânica que entra e sai é praticamente a mesma.

Ao se fazer a energização, o chakra da mão gira predominantemente no sentido anti-horário e bem pouco no sentido horário (absorção). É por isso que a mão energizadora também absorve energia doente e tem de ser sacudida regularmente, para atirar longe essa energia. É melhor fazer a limpeza antes da energização, não apenas para reduzir a possibilidade de reação radical, mas também para minimizar a quantidade de energia doente, que será absorvida pelo praticante da cura ao realizar a energização. É por isso que não recomendo aos praticantes energizar empregando os olhos ou algum chakra maior, porque os olhos são muito delicados e difíceis de limpar, enquanto um chakra maior controla órgãos vitais e estes podem ser afetados, pois há a possibilidade de que absorvam totalmente a energia doente, o que será prejudicial ao praticante.

Sob condições normais, o chakra absorve e projeta energia prânica alternadamente a uma taxa rápida. A quantidade de energia absorvida e

projetada é mais ou menos semelhante. O chakra gira em sentido horário até cento e oitenta graus e no anti-horário também até cento e oitenta graus, alternadamente, numa taxa de rotação rápida. Quando o chakra da mão está predominantemente projetando, o movimento anti-horário é de trezentos e sessenta graus e o movimento horário é de apenas cento e oitenta graus. Quando o chakra da mão gira no sentido anti-horário, projeta energia prânica e pára por uma fração de segundo, então gira no sentido horário e absorve prana e pára por outra fração de segundo. Todo o processo se repete. A energia prânica projetada não é contínua. Apenas parece contínua, porque o chakra está girando rápida e alternadamente em ambos os sentidos, dando assim a aparência de projeção contínua de energia prânica ou de absorção contínua dessa energia. A diferença na intensidade de energia prânica projetada depende da taxa de rotação dos chakras. Quanto mais rápida a rotação, mais intensa é a energia prânica projetada. Quando o chakra encontra-se predominantemente absorvendo, faz uma rotação de trezentos e sessenta graus no sentido horário e outra de cento e oitenta graus no sentido anti-horário. A intensidade da energia prânica projetada ou absorvida não envolve alterações no padrão de rotação do chakra. Quanto mais rápido é o giro, mais intenso é o prana projetado ou absorvido.

Na Índia, há yogues que curam colocando uma das mãos perto da parte afetada e movendo-a circularmente. Se ele deseja limpar ou descongestionar a região, aplica a varredura localizada, movendo a mão, várias vezes, no sentido anti-horário, com a intenção de aumentar o movimento anti-horário do chakra. Isso facilita a remoção da energia doente. Depois ele sacode a mão para atirar longe essa energia doente. O processo continua até que o chakra afetado torna-se substancialmente limpo. Se o yogue quer energizar um chakra afetado, projeta energia prânica e simultaneamente move sua mão no sentido horário, com a intenção de fazer com que o chakra afetado absorva mais energia prânica, através do aumento da rotação horária do chakra em questão. *O movimento no sentido horário é absorvente, enquanto o movimento no sentido anti-horário é projetante ou descongestionante.*

A aparência do chakra depende de sua velocidade de rotação. Sob condições normais, o rápido movimento nos dois sentidos produz um efeito óptico, que faz com que o chakra se assemelhe a uma flor de lótus, com muitas pétalas pontiagudas. As pétalas pontiagudas são "ópticamente produzidas" pela combinação de movimento nos sentidos horário e anti-horário. É por isso que nos antigos livros tibetanos, chineses e sânscritos sobre yoga os chakras são geralmente apresentados como flores de lótus com

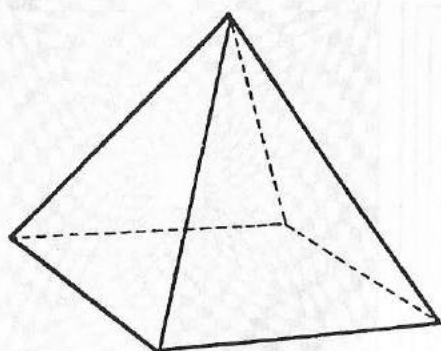
muitas pétalas pontiagudas. Quando a rotação do chakra é deliberadamente reduzida, sua forma real e o número de pétalas podem ser claramente vistos. As pétalas de um chakra têm forma arredondada. É por isso que as pétalas descritas por Leadbeater são arredondadas e não pontiagudas. Quando o chakra gira muito rapidamente, incha ou torna-se muito espesso. Ao girar numa taxa extremamente rápida, o chakra assemelha-se a um ponto de luz deslumbrante. Quando um aspirante está meditando, as energias espiritual e prânica são atraídas para a área da cabeça. É por isso que jogues avançados ou santos são clarivamente vistos com uma luz cegante ou deslumbrante na área da cabeça (o "halo" espiritual).

GERADOR PRÂNICO GEOMÉTRICO

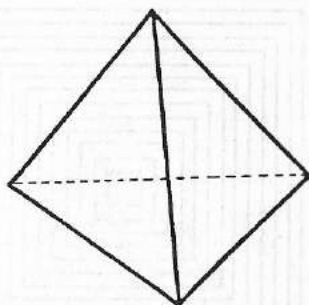
Uma pirâmide de quatro lados ou de três lados e um cone geram ou focalizam energia prânica ou glóbulos de vitalidade em seu interior. Mais glóbulos de vitalidade do ar estão contidos no interior dessas figuras geométricas do que no ar, sendo assim denominadas de geradores prânicos. A energia prânica ou glóbulos de vitalidade do ar contidos nessas figuras são tão densos, senão mais densos, quanto os glóbulos de vitalidade ou prana do solo. A recuperação dentro de um gerador prânico geométrico é semelhante ao descanso e recuperação sobre o solo, para absorver energia prânica do solo. Melhores resultados são obtidos através da limpeza do corpo pela aplicação de varredura geral e localizada.

Podem ser realizados experimentos utilizando-se um chapéu cônico no topo da cabeça, para aumentar a capacidade de aprendizagem, para pensar melhor e mais rapidamente e para tomar as melhores decisões. É por isso que provavelmente os antigos "magos" ou sábios eram, algumas vezes, retratados com um chapéu cônico.

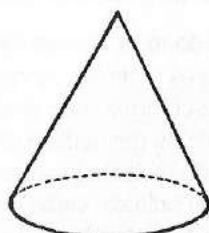
A cura ou tratamento de pacientes dentro de um gerador prânico geométrico é muito mais fácil. Uma vez que o espaço ou área de cura encontra-se preenchido por energia prânica densa, a absorção e projeção de energia prânica pode ser realizada muito mais rapidamente e com muito maior facilidade. Muito freqüentemente o uso de um gerador prânico tridimensional não é possível. Então pode-se empregar um gerador bidimensional. Quadrados, triângulos e círculos concêntricos constituem geradores prânicos bidimensionais. Há muitas variações desses geradores bidimensionais. São menos potentes do que os tridimensionais, mas ainda são consideravelmente potentes e úteis. A parede ou o piso onde o tratamento prânico será feito podem ser desenhados com geradores prânicos



pirâmide de quatro lados



pirâmide de três lados



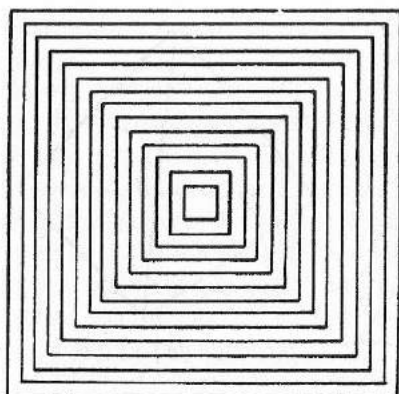
cone

Fig. 10-1 Gerador prânico tridimensional

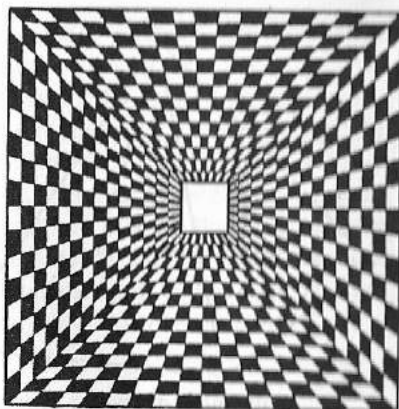
bidimensionais. É melhor usar apenas um desenho e não vários desenhos combinados, porque isso poderá causar confusão nos corpos etéricos das pessoas que se encontram dentro do gerador prânico geométrico. É melhor usar o quadrado ou o triângulo do que o círculo, já que alguns pacientes podem não ser capazes de lidar com o tipo de energia prânica gerada pelo cone ou pelo desenho dos círculos concêntricos.

TERAPIA PRÂNICA A LASER

Na cura com o uso de luzes coloridas, ou cromoterapia, alguns praticantes têm a concepção errônea de que é apenas a luz que cura. A menos



gerador prânico comum



gerador prânico poderoso

Fig. 10-2 Geradores prânicos de quadrados concêntricos

que este conceito seja corrigido, o progresso nesse campo será lento. Não é a luz colorida que cura, mas os glóbulos de vitalidade ou energia prânica, que foi transformada pela luz colorida num prana colorido específico, que cura. Obviamente, a densidade ou quantidade de energia prânica (glóbulos de vitalidade) no aposento de cura é um fator bastante crítico. Se este aposento contiver mais energia prânica, então o tratamento será mais eficaz e vice-versa. É por isso que é aconselhável usar o gerador prânico geométrico, para aumentar a quantidade de prana do ar no aposento de cura.

Um outro fator importante é o grau de permanência ou estabilidade da energia prânica colorida transformada. Isso depende da distância entre a parte tratada e a fonte de luz colorida. Se a distância for muito pequena, o prana colorido transformado reverterá a prana branco. Embora o tratamento seja ainda eficaz, não será tão eficaz como quando a energia prânica colorida permanece como tal. Como foi explicado num capítulo anterior, o prana colorido é muito mais rápido e eficaz do que o prana branco, quando usado corretamente.

A potência da energia prânica é afetada por sua velocidade e por sua taxa de vibração. A velocidade da energia prânica é afetada pela distância. Quanto maior a distância entre a parte tratada e a fonte de luz colorida, mais rápida é a velocidade dos glóbulos de vitalidade. Se a distância for muito pequena, a velocidade não será suficientemente grande. Portanto, a potência da energia prânica não será suficientemente forte. Se a distância for muito grande, a velocidade dos glóbulos de vitalidade também será muito grande. Isso poderá resultar em alguns efeitos prejudiciais.

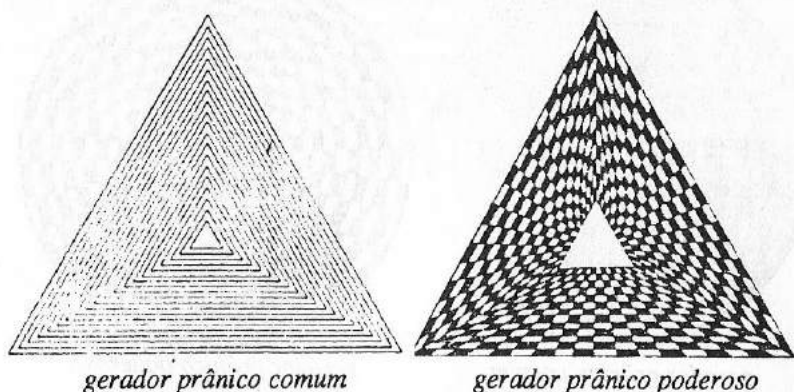


Fig. 10-3 Gerador prânico triangular concêntrico

O uso de luz laser suave na terapia prânica (terapia prânica a laser) é a forma mais avançada de cromoterapia prânica. O efeito da terapia prânica a laser é muito rápido e é comparável ao tratamento prânico realizado por um "praticante muito experiente da cura prânica". Foi profetizado pelo Honorável Mestre Mei Ling que em poucas décadas a terapia prânica a laser será amplamente utilizada.

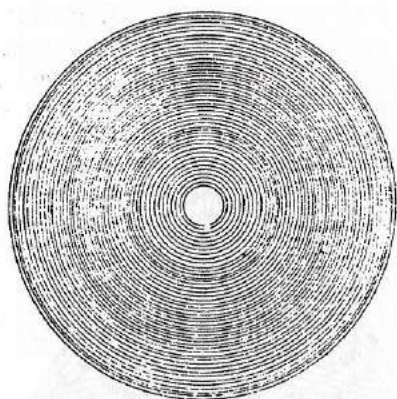
O Mestre Mei Ling sugere as seguintes orientações:

a. A substância usada para gerar a luz laser deve ter um teor de carbono variando entre cinquenta a oitenta por cento. Dentro dessa variação, o tratamento prânico a laser é bastante eficaz. Abaixo dela, não é tão eficaz. Além dela, o tratamento terá efeitos destrutivos. Talvez seja necessário produzir tal substância sinteticamente.

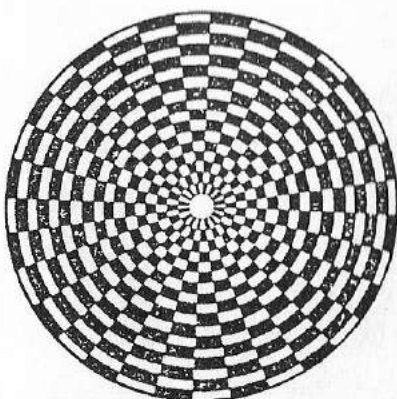
b. A distância entre a parte a ser tratada e a fonte de luz laser deve situar-se entre trinta centímetros e um metro e meio. A distância afeta o grau de permanência do prana transformado e a potência da energia prânica projetada (velocidade do prana projetado). Se a distância for muito grande, a velocidade do prana projetado será muito grande e terá efeitos prejudiciais.

c. A potência ou número de watts deve variar preferencialmente entre quinze e vinte e cinco watts. Se for muito baixa, não será muito eficaz. Se for muito alta, será destrutiva.

d. Em geral, o tempo de exposição deve variar de um a sete segundos. Se o tempo for muito curto, a energia prânica projetada não será suficiente. Se for muito longo, haverá uma *overdose*.



gerador prânico comum



gerador prânico poderoso

Fig. 10-4 Gerador prânico circular concêntrico

O aposento de cura deve, de preferência, ter um gerador prânico geométrico, para aumentar a densidade ou quantidade de glóbulos de vitalidade do ar no recinto. O paciente deve ser explorado antes e após o tratamento. A varredura geral e localizada deve ser aplicada antes da energização. Uma varredura localizada posterior pode ser necessária após a energização. Ao energizar, a energia prânica projetada deve ser dirigida para o órgão afetado e deve ser estabilizada.

Pode-se fazer um experimento com a cura rápida de feridas recentes com o uso simultâneo de luz laser vermelho-suave e luz laser laranja-suave. As orientações dadas aqui não devem ser aceitas cegamente, mas devem ser estudadas a fundo e sua validade testada através da experimentação.

O conhecimento não é bom nem mau. A maneira pela qual os homens fazem uso dele é que o torna bom ou mau. Daí a ênfase no desenvolvimento do coração, especialmente entre cientistas, executivos e políticos.

... não devemos acreditar em algo dito, simplesmente porque foi dito; nem em tradições, porque foram estabelecidas desde a Antigüidade; nem em rumores, enquanto tais; nem nos escritos dos sábios, simplesmente porque sábios os escreveram; nem em pensamentos que possamos suspeitar nos tenham sido inspirados por uma Deusa (isto é, em presumida inspiração espiritual); nem em inferências obtidas de alguma conjetura acidental que tenhamos feito; nem mesmo naquilo que parece uma necessidade analógica; nem na simples auto-

ridade de nossos professores e mestres. Mas temos de acreditar quando o escrito, a doutrina ou o ditado é corroborado por nosso próprio raciocínio e consciência. "Por isso", diz ele concluindo, "eu o ensinei a não acreditar simplesmente porque ouviu. Mas, ao acreditar com sua consciência, então aja de acordo e sempre."

Senhor Buddha - H.P. Blavatsky
*Doutrina Secreta*²

2. Publicado no Brasil por Ed. Pensamento, São Paulo.

Comentários

Realmente não conheço o autor, Choa Kok Sui. Encontrei-o apenas uma vez, mas ele me impressionou muito com sua gentileza, sua humildade calma e com a ardorosa expressão de seus olhos. E quando li este livro sobre a antiga arte da cura prânica, percebi que era também profundo, que se compadecia dos problemas humanos e, mais importante de tudo, possuía a admirável característica cristã de se sacrificar para ajudar o próximo.

Seu livro exprime tudo isso a cada capítulo. Não há qualquer tentativa de parecer intelectual, esotérico ou pretencioso. De fato, o autor simplificou sua linguagem a um tal ponto, que mesmo aqueles que têm uma compreensão mínima das ciências psíquicas e da cura não-médica podem compreender o sentido pleno e a importância de seus princípios, orientações e até dos exercícios. Eu, por exemplo, achei suas exposições tão claras, que quase podia me ver realizando os processos, enquanto prosseguia na leitura.

Suas definições são isentas de terminologias presunçosas, que são abstratas e vagas. Na verdade, suas definições são lucidamente fundamentais, fazendo com que o leitor sinta-se seguro de que o Autor sabe do que está falando. Embora palavras tais como *prana* ou *ki*, *corpo bioplasmático*, *chakras*, *corpo etérico* etc. possam ser lidas pela primeira vez pela pessoa — indicando que esta não tinha nenhum conhecimento ou experiência prévia — ela nunca se perde no livro, porque esses termos são explicados de maneira simples e clara.

O leitor, sem dúvida, aprenderá a ciência da cura prânica através do livro, ao colocar em ação suas orientações e ao seguir estritamente os exercícios indicados. De fato, é intenção do autor fazer do leitor um praticante da cura, dar à sua vida uma relevância definitiva no domínio das relações psíquicas e fazer com que ele saiba que, acima de tudo, é um protetor de seu próximo. O contorno da sociedade humana é difícil de ser

percebido e, portanto, difícil de ser compreendido. Assim, o corpo físico encontra-se entrelaçado a vários labirintos mortais, que trazem doenças e insegurança. Através da cura prânica, tão cuidadosamente delineada pelo autor, descobrimos a maneira de nos livrarmos desses emaranhados e de como nos tornarmos conscientes das íntimas inter-relações entre este corpo e o corpo etérico, através do qual pode vir a cura.

O Autor prova com sucesso seu valor ao colocar sua sabedoria ao lado daquelas de outras eras, de outros lugares e de outras situações. Assim, vemos os princípios do Autor colocados lado a lado, numa comparação e prova efetivas da verdade e da virtude, com os de cientistas russos e outras autoridades psíquicas, através dos séculos da história da humanidade.

O livro de Choa Kok Sui é um marco na história da cura psíquica em nosso país. Ninguém havia antes tentado fazer um livro deste tipo. Talvez porque ninguém tivesse uma compreensão deste assunto — na teoria e na prática — tão completa quanto a que ele tem. Os testemunhos podem ser encarados como um apêndice desnecessário ao livro, como nossas amígdalas ou apêndice vermiforme, os quais podem ser retirados de nosso corpo sem qualquer risco ou dano ao organismo. Mas, como esses dois órgãos, os testemunhos também têm alguma relevância. Servem como “prova do pudim” que se vai comer. Reforçam ainda mais a estrutura básica da ciência e arte da cura prânica, tão bem e meticulosamente construída no livro.

Este é um livro para qualquer pessoa. Suficientemente interessante para ser simplesmente lido, mas de um valor além da medida para ser seguido, praticado e utilizado para o bem de todos os filhos de Deus, de quem emanam todas as graças, com amor e alegria.

*(Assinado) CELSO AL. CARUNUNGAN, Ph. D.
Presidente do Conselho de Regentes
Pamantasan ng Lungsod ng Maynila
(Universidade da Cidade de Manila)
20 de julho de 1987*

Encontrei Choa Kok Sui pela primeira vez numa livraria. Ele me foi apresentado por Benny Arguelles. Após algum tempo, começamos a conversar sobre cura. Ele ensinou-me a limpeza básica e como energizar com prana. Sendo médico, naturalmente minha posição era bastante cética em relação ao assunto, mas, como estudante da ciência esotérica, tentei manter minha mente aberta.

Meu primeiro caso se apresentou acidentalmente, quando voltei para casa, no interior. Minha irmã apresentou-me o proprietário de um restaurante que, naquele momento, sofria de enfisema. Ele tinha esse problema há muitos anos. O enfisema é uma forma de problema pulmonar, no qual o paciente pode inalar facilmente, mas tem dificuldade para exalar. Isso produz pressão no tecido pulmonar e o ar se infiltra nas células intersticiais e é uma condição difícil de ser recuperada medicamente. Decidi experimentar com esse paciente. Após aplicar-lhe o tratamento prânico, não esperava que acontecesse qualquer coisa. Mas, para minha surpresa, após cerca de trinta minutos, o paciente levantou-se, estando enormemente aliviado. Disse-me que tinha acontecido algum tipo de milagre. Mas eu expliquei-lhe que a cura prânica é bastante científica e que os russos estavam estudando há muitos anos o corpo de energia, através do uso da fotografia Kirlian.

Meu segundo caso foi o de um paciente asmático. Era uma mulher que sofria de asma desde a infância, tendo na época trinta e sete anos. O resultado foi mais ou menos o mesmo obtido com o enfisema, mas muito mais fácil de ser tratado. A resposta foi totalmente imediata. A paciente alcançou alívio completo em cerca de trinta minutos. Ela sorria após o tratamento.

Após ter experimentado a cura prânica em vários pacientes, frequentei laboratório de cura prânica por três dias.

O caso seguinte foi o de um homem de sessenta e cinco anos, que sofria de dor na junta. A dor localizava-se no joelho esquerdo. Ao mesmo tempo, o paciente sofria de indigestão aguda. Estava deitado e tive de forçá-lo a sentar-se, porque era muito doloroso para ele mover-se. Após aplicar a cura prânica por um período inferior a uma hora, a dor no joelho esquerdo e na área abdominal sumiu completamente.

O reumatismo é um dos problemas mais fáceis de ser aliviado. Minha esposa estava sofrendo de dores nos dedos, nos cotovelos, nos joelhos e nos quadris. Ela tinha, na época, cerca de sessenta anos. Devido à dor, ela não conseguia dormir à noite, de modo que utilizei novamente a cura prânica. O alívio foi imediato.

Outro caso interessante foi o de um paciente que havia sofrido pequenos ferimentos quando foi atropelado por um caminhão, ao voltar de

oicicleta para casa. Ele tinha contusões na perna esquerda e em todo o lado esquerdo do corpo. Teve muitas dores por mais de uma semana mas, após a cura prânica, alcançou o alívio desejado e tornou-se capaz de andar novamente de bicicleta. A dor desapareceu em menos de uma hora.

Tratei de uma criança de um ano que estava com tosse, e em menos de trinta minutos a tosse havia passado e ela já podia brincar.

O caso seguinte foi o de um paciente de cinquenta anos com fraqueza geral devida à anemia. Estava muito fraco. Após o tratamento, a fraqueza desapareceu. Antes do tratamento, o paciente estava apático; mas, após o tratamento, ficou bastante ativo.

Tenho tratado de muitos pacientes através da cura prânica e a maioria deles tem reagido muito bem.

A cura prânica é, de fato, simples e fácil de aprender. Pelo menos um membro de cada família deveria conhecer a cura prânica. Ela é muito útil no tratamento de problemas simples e, da mesma forma, é uma espécie de primeiro socorro.

Certifico que os fatos aqui mencionados são verdadeiros e corretos.

(Assinado) DR. MANUEL M. FERNANDO, Jr. M.D.
Médico Aposentado do Serviço Público
122 T. delos Santos Street, Munoz Nueva Ecija, Filipinas

Apêndices

APÊNDICE A

WORKSHOP DE CHOA KOK SUI SOBRE CURA PRÂNICA E MEDITAÇÃO SOBRE OS DOIS CORAÇÕES

Os temas incluem:

- Prática real de como desenvolver as habilidades da cura prânica básica;
- Aprendizagem de como curar mais de 10 problemas simples;
- Aprendizagem da auto-cura e da cura à distância;
- Meditação sobre os Dois Corações.

Duração da *Workshop*:

1. Cinco sessões consecutivas de cerca de 3 horas por dia ou
2. Duas sessões em dias consecutivos de cerca de sete horas e meia por dia.

Para maiores informações, contactar:

INSTITUTE FOR INNER STUDIES, INC.
855 Pasay Road corner Amorsolo Streets
Makati, M.M., Philippines

Tels. 810-2808, 818-1568, 818-1465

APÊNDICE B

CENTROS MEI LING DE CURA PRÂNICA

1. 30 Kamuning Road, Quezon City, M.M.
2. 89 12th Avenue, Cubao, Quezon City, M.M.
3. 261-A Rodrigues St. cor. H. Lopez Boulevard, Balut, Tondo M.M.
4. Barangay Hall, San Mateo St., Makati, M.M.

APÊNDICE A

WORKSHOP DE CHOA KOK SUI SOBRE CURA PRÂNICA E MEDITAÇÃO SOBRE OS DOIS CORAÇÕES

Os temas incluem:

- Prática real de como desenvolver as habilidades da cura prânica básica;
- Aprendizagem de como curar mais de 10 problemas simples;
- Aprendizagem da auto-cura e da cura à distância;
- Meditação sobre os Dois Corações.

Duração da *Workshop*:

1. Cinco sessões consecutivas de cerca de 3 horas por dia ou
2. Duas sessões em dias consecutivos de cerca de sete horas e meia por dia.

Para maiores informações, contactar:

INSTITUTE FOR INNER STUDIES, INC.
855 Pasay Road corner Amorsolo Streets
Makati, M.M., Philippines

Tels. 810-2808, 818-1568, 818-1465

APÊNDICE B

CENTROS MEI LING DE CURA PRÂNICA

1. 30 Kamuning Road, Quezon City, M.M.
2. 89 12th Avenue, Cubao, Quezon City, M.M.
3. 261-A Rodrigues St. cor. H. Lopez Boulevard, Balut, Tondo M.M.
4. Barangay Hall, San Mateo St., Makati, M.M.

APÊNDICE C

ÍNDICE

CAPÍTULO 1 — A NATUREZA DA CURA PRÂNICA, 31

- 1.01 O que é a cura prânica, 32
- 1.02 Prana ou *Ki*, 32
- 1.03 Corpo bioplasmático, 34
- 1.04 Meridianos ou canais bioplasmáticos, 34
- 1.05 Prana ou *Ki* usado na acupuntura, acupressão e reflexologia, 35
- 1.06 O que pode fazer a cura prânica?, 35
- 1.07 A cura prânica é fácil ser aprendida, 36

CAPÍTULO 2 — AS AURAS INTERIOR, DA SAÚDE E EXTERIOR DO CORPO BIOPASMÁTICO, 37

- 2.01 A relação íntima entre o corpo bioplasmático e o corpo físico, 39
- 2.02 As doenças aparecem primeiro no corpo bioplasmático e podem ser impedidas de se manifestar, 41
- 2.03 Chakras ou centros de energia, 42
- 2.04 O mecanismo oculto das doenças psicossomáticas, 43
- 2.05 A mente pode, num certo grau, influenciar o padrão do corpo bioplasmático, 44
- 2.06 Fatores internos e externos das doenças, 44
- 2.07 Quais são as funções do corpo bioplasmático?, 45
- 2.08 Problemas básicos e tratamentos na cura prânica, 46
- 2.09 Sumário do curso, 46
- 2.10 Referências e leituras recomendadas, 47
- 2.11 Descobertas modernas, 49

CAPÍTULO 3 — CURA PRÂNICA ELEMENTAR, 51

- 3.01 Os dois princípios básicos da cura prânica, 51
- 3.02 Chakras das mãos e dos dedos, 54
- 3.03 As cinco técnicas básicas na cura prânica elementar, 54
- 3.04 Sensibilização das mãos, 55
- 3.05 Exploração, 57
 - 3.05.01 Procedimento para a exploração da aura exterior, 57

- 3.05.02 Procedimento para a exploração da aura da saúde, 58
- 3.05.03 Procedimento para a exploração da aura interior, 58
- 3.06 Interpretação dos resultados obtidos na exploração da aura interior, 59
- 3.07 Varredura, 61
- 3.08 Varredura geral, 62
- 3.09 Varredura localizada, 64
- 3.10 Energização com prana: técnica do chakra da mão, 66
- 3.11 Estabilização do prana projetado, 71
- 3.12 Unidade de destruição do resíduo bioplasmático, 73
- 3.13 Esquema prático sugerido, 74
- 3.14 Três coisas a evitar na cura prânica, 74
- 3.15 Passos da cura, 75
- 3.16 É possível curar sem explorar?, 77
- 3.17 Lavagem das mãos, 77
- 3.18 Fatores críticos na cura, 77
- 3.19 Artigos do vestuário que atuam como isolantes, 78
- 3.20 Os sete chakras maiores, 78
 - 3.20.01 Chakra da base, 78
 - 3.20.02 Chakra sexual, 78
 - 3.20.03 Chakra do plexo solar, 78
 - 3.20.04 Chakra do coração, 79
 - 3.20.05 Chakra da garganta, 79
 - 3.20.06 Chakra *ajna*, 79
 - 3.20.07 Chakra da coroa, 79
- 3.21 Tratamento de casos simples, 81
 - 3.21.01 Dor de cabeça, 81
 - 3.21.02 Vista cansada, 82
 - 3.21.03 Dor de dente, 83
 - 3.21.04 Resfriado com tosse e nariz congestionado, 83
 - 3.21.05 Febre, 83
 - 3.21.06 Dores estomacais e causadas por gases, 85
 - 3.21.07 Diarréia, 85
 - 3.21.08 Prisão de ventre, 86
 - 3.21.09 Dismenorréia, 87
 - 3.21.10 Menstruação irregular ou ausência de menstruação, 88
 - 3.21.11 Dores musculares e entorses, 88
 - 3.21.12 Dores lombares, 88
 - 3.21.13 Dificuldade em levantar o braço, 89
 - 3.21.14 Cortes, queimaduras e concussões, 89
 - 3.21.15 Insônia, 89
 - 3.21.16 Fraqueza geral, 90
 - 3.21.17 Picadas e mordeduras de insetos, 90
 - 3.21.18 Bolhas, 90
 - 3.21.19 Espinhas, 92
 - 3.21.20 Soluço, 92
 - 3.21.21 Hemorragia nasal, 92
 - 3.21.22 Torcicolo, 92
 - 3.21.23 Câibras musculares, 92

- 3.22 Qual a freqüência de aplicação da cura?, 93
- 3.23 Abordagem integrada ou holística na cura, 94
- 3.24 Como desejar ou ter a intenção?, 95

CAPÍTULO 4 — CURA PRÂNICA INTERMEDIÁRIA, 97

- 4.01 Absorção de prana através da respiração prânica, 97
- 4.02 Como absorver prana do solo, prana do ar e prana das árvores, 100
- 4.03 Sensibilização das mãos através da respiração prânica, 102
- 4.04 Exploração com os dedos, 103
- 4.05 Varredura com respiração prânica, 105
- 4.06 Energização com respiração prânica, 106
- 4.07 Energização: técnica de varredura distributiva, 107
- 4.08 Destruição da matéria bioplasmática doente, 108
- 4.09 Utilização de prana do solo na cura, 109
- 4.10 Liberação da energia prânica, 110
- 4.11 Receptividade, 111
- 4.12 Esquema prático sugerido, 111
- 4.13 Outras técnicas de cura, 111
 - 4.13.01 Técnica de extração, 112
 - 4.13.01.01 Primitiva, 112
 - 4.13.01.02 Elementar, 112
 - 4.13.01.03 Avançada, 112
 - 4.13.02 Curta circuitação — limpeza e energização, 113
 - 4.13.03 Curta circuitação — redistribuição do prana, 113
- 4.14 Energização de objetos, 113
- 4.15 Os onze chakras maiores, 114
 - 4.15.01 Chakra da coroa, 114
 - 4.15.02 Chakra da testa, 114
 - 4.15.03 Chakra *ajna*, 115
 - 4.15.04 Chakra da garganta, 115
 - 4.15.05 Chakra do coração, 115
 - 4.15.06 Chakra do plexo solar, 116
 - 4.15.07 Chakra do baço, 118
 - 4.15.08 Chakra do umbigo, 119
 - 4.15.09 Chakra *meng mein*, 119
 - 4.15.10 Chakra sexual, 119
 - 4.15.11 Chakra da base, 122
- 4.16 Tratamento de casos simples e graves, 122
 - 4.16.01 Aumento do sistema de defesa do organismo através do aumento do nível de energia vital, 122
 - 4.16.02 Sarampo, rubéola e catapora, 122
 - 4.16.03 Caxumba e amidalite, 123
 - 4.16.04 Desmaio, 123
 - 4.16.05 Miopia, hipermetropia e astigmatismo, 124
 - 4.16.06 Estrabismo, 126
 - 4.16.07 Glaucoma, 126
 - 4.16.08 Problemas cardíacos, 127

- 4.16.09 Problemas pulmonares, 12^c
- 4.16.10 Asma, 131
- 4.16.11 Problemas hepáticos, 132
- 4.16.12 Úlceras gástricas e duodenais, 134
- 4.16.13 Infecções renais e da bexiga, 134
- 4.16.14 Problemas sexuais, 135
- 4.16.15 Problemas relativos às glândulas endócrinas, 136
- 4.16.16 Ossos e dedos quebrados, 137
- 4.16.17 Seios pequenos, 137
- 4.16.18 Cabelos fracos, 137
- 4.16.19 Hemorróidas, 138
- 4.16.20 Apendicite crônica, 138
- 4.16.21 Sinusite, 138
- 4.16.22 Perda do olfato, 138
- 4.16.23 Urinação freqüente, 138
- 4.16.24 Urinação noturna, 139
- 4.16.25 Hipertrofia da próstata, 139
- 4.16.26 Artrite e reumatismo, 139
- 4.16.27 Mulheres grávidas, 139
- 4.17 Princípio do tempo de retardo, 141
- 4.18 Quanto tempo se leva para a cura completa do paciente?, 141
- 4.19 Retorno imediato da dor ou dos sintomas, 142
- 4.20 Razões pelas quais alguns pacientes não são curados, 142
- 4.21 Problemas pessoais de saúde que um praticante pode encontrar, 143
- 4.22 Taxa de vibração do corpo bioplasmático, 145

CAPÍTULO 5 — DEPOIMENTOS, 147

- 5.01 Pia Victoria
 - Caso: glaucoma e dores no peito, 147
- 5.02 Allan C. Cañete
 - Caso: uma ferida de um dia (cura instantânea), 149
- 5.03 Romualdo Canete
 - Caso: sofrimento cardíaco, 151
- 5.04 Raphael Aceñas (estudante de Cura Prânica)
 - Casos tratados: dor de cabeça, dor muscular e dor de dente, 153
- 5.05 Francisco M. Bansuelo, Jr. (estudante de Cura Prânica)
 - Casos tratados: dor de cabeça, dor de dente, dor causada por gases, dor muscular, 154
- 5.06 Luz Jubay
 - Caso: prevenção de um possível aborto, 155
- 5.07 Teofilo P. Velasco
 - Caso: problema cardíaco e músculos endurecidos, 156
- 5.08 Merlita de los Santos
 - Caso: Problema urinário de seu filho, 157
- 5.09 Vicky Suarez
 - Caso: pneumonia, 158
- 5.10 Michael Chua
 - Caso: pancreatite, 160

- 5.11 Roy B. Boquiron (praticante de cura prânica)
Casos tratados: problemas cardíacos, febre alta, intoxicação alimentar, asma, pressão alta, leucemia, problemas emocionais, 161
- 5.12 Steve B. Boquiron (praticante da Cura Prânica)
Casos tratados: cegueira temporária; dor no olho, na testa, nas têmporas, nos braços e mãos; pressão alta; sangramento menstrual contínuo, 164

CAPÍTULO 6 — AUTOTRATAMENTO PRÂNICO, 167

- 6.01 Métodos nº 1 - Abordagem manual, 167
- 6.02 Métodos nº 2 - Técnica da respiração pelos poros, 168
- 6.03 Métodos nº 3 - Técnica taoísta ou os seis sons curativos taoístas, 168
- 6.04 Métodos nº 4 - Técnica de respiração pelos chakras, 169
- 6.05 Limpeza geral e energização, 170
- 6.06 Método nº 1 - Respiração prânica, 170
- 6.07 Método nº 2 - Abordagem pela visualização, 170
- 6.08 Método nº 3 - Meditação sobre a luz branca, 170
- 6.09.01 Parte 1: Limpeza geral e energização, 171
- 6.09.02 Parte 2: Circulação do prana, 171
- 6.10 Exercícios físicos, 172
- 6.11 Abordagem holística no autotratamento, 173
- 6.12 Problemas encontrados no autotratamento, 173
- 6.13 Karma, 175
- 6.14 Karma e a lei dourada, 176
- 6.15 Orientações éticas sugeridas, 178
- 6.16 Terminologia, 178
- 6.17 Cura prânica invocativa, 179
- 6.18 Designação de anjos de cura, 182
- 6.19 Princípio da diversão ou liberação, 183
- 6.20 Ensino da autocura aos pacientes, 185

CAPÍTULO 7 — CURA PRÂNICA À DISTÂNCIA, 187

- 7.01 Exploração à distância, 188
- 7.02 Limpeza e energização à distância, 189
- 7.02.01 Método nº 1, 189
- 7.02.02 Método nº 2, 189
- 7.03 Referências e leituras sugeridas, 190

CAPÍTULO 8 — CURA PRÂNICA AVANÇADA, 193

- 8.01 Pranas coloridos, 194
- 8.01.01 Prana vermelho, 195
- 8.01.02 Prana laranja, 195
- 8.01.03 Prana verde, 196
- 8.01.04 Prana amarelo, 197
- 8.01.05 Prana azul, 197
- 8.01.06 Prana violeta, 198

- 8.02 Os onze chakras maiores, 199
 - 8.02.01 Chakra da base, 199
 - 8.02.02 Chakra sexual, 200
 - 8.02.03 Chakra *meng mein*, 200
 - 8.02.04 Chakra do umbigo, 200
 - 8.02.05 Chakra do baço, 200
 - 8.02.06 Chakra do plexo solar, 201
 - 8.02.07 Chakra do coração, 201
 - 8.02.08 Chakra da garganta, 202
 - 8.02.09 Chakra *ajna*, 202
 - 8.02.10 Chakra da testa, 202
 - 8.02.11 Chakra da coroa, 202
- 8.03 Energização com pranas coloridos, 203
- 8.04 Algo mais sobre energização, 205
- 8.05 Varredura geral avançada, 205
- 8.06 Varredura localizada avançada, 206
- 8.07 Descongestão ou liberação, 207
- 8.08 Limpeza de órgãos delicados, 207
- 8.09 Por quanto tempo a energização deve ser feita?, 207
- 8.10 Qual deve ser a frequência do tratamento?, 208
- 8.11 Tratamento de crianças e idosos, 208
- 8.12 Invocação antes da cura, 209
- 8.13 Infecção e inflamação, 209
- 8.14 Fortalecimento, 209
- 8.15 Inibição, 210
- 8.16 Desintegração de depósitos, 210
- 8.17 Alergia aguda, 210
- 8.18 Como ativar o chakra, 211
- 8.19 Técnica mestra de cura — Ativação e energização dos chakras da base e do chakra *meng mein*, 211
- 8.20 Como ativar as glândulas supra-renais, 215
- 8.21 Ativação e energização do chakra da base e do chakra do perônio, 215
- 8.22 Cura instantânea de uma ferida recente: prana vermelho-laranja, 216
- 8.23 Ossos quebrados, 218
- 8.24 Cura rápida de feridas antigas e queimaduras: prana vermelho-esverdeado, 219
- 8.25 Regeneração: prana verde-amarelo e prana violeta-esverdeado, 219
- 8.26 Mais sobre karma, 220
- 8.27 Prana amarelo-laranja, 221
- 8.28 Cura prânica aplicada à cirurgia, 221
- 8.29 Crescimento rápido: prana vermelho e prana amarelo, 222
- 8.30 Aumento da resistência contra infecções, 223
- 8.31 Para fazer cessar sangramentos, 223
- 8.32 Passos da cura, 223
- 8.33 Leucemia, 224
- 8.34 Anemia das células falciformes, 226
- 8.35 Câncer ou tumor maligno, 227
- 8.36 Cisto, 229
- 8.37 Doenças venéreas, 230

- 8.38 Impotência sexual, 230
- 8.39 Menstruação irregular e dismenorréia, 231
- 8.40 Dor lombar ou ferimento nas costas, 231
- 8.41 Diabetes, 231
- 8.42 Asma, 232
- 8.43 Infecção pulmonar e tuberculose, 233
- 8.44 Sinusite e congestão nasal, 233
- 8.45 Tosse, 234
- 8.46 Miopia, hipermetropia, astigmatismo, estrabismo, leucoma, catarata, 234
- 8.47 Glaucoma, 235
- 8.48 Infecção ocular, 235
- 8.49 Conjuntivite crônica, 236
- 8.50 Apendicite aguda, 236
- 8.51 Problemas cardíacos, 237
- 8.52 Pressão alta, 238
- 8.53 Arteriosclerose (endurecimento das artérias), 240
- 8.54 Artrite ou reumatismo, 240
- 8.55 Entorces recentes e antigas, 242
- 8.56 Como fortalecer as pernas, 242
- 8.57 Como fortalecer os braços, 243
- 8.58 Febre, 243
- 8.59 Pancreatite aguda, 244
- 8.60 Hepatite, 244
- 8.61 Cálculo biliar, 245
- 8.62 Úlcera péptica, 246
 - 8.62.01 Úlcera duodenal ou gástrica suave, 246
 - 8.62.02 Casos graves, 246
- 8.63 Hérnia, 247
- 8.64 Pedras no sistema urinário, 247
- 8.65 Inflamação do sistema urinário, 248
- 8.66 Surdez, 249
- 8.67 Dor de cabeça, dor de dente, dor de estômago, prisão de ventre e diarreia 250
- 8.68 Insônia, 250
- 8.69 Concussão, 251
- 8.70 Desmaio, 251
- 8.71 Afogamento, 251
- 8.72 Intoxicação alimentar, 251
- 8.73 Manchas na pele, 252
- 8.74 Epilepsia, 252
- 8.75 O que fazer naqueles casos em que você não tem muita certeza, 252
- 8.76 Resumo, 253
- 8.77 A necessidade de regular a cura prânica, 254
- 8.78 Popularização da cura prânica, 254

CAPÍTULO 9 — MEDITAÇÃO SOBRE OS DOIS CORAÇÕES (TÉCNICA DA ILUMINAÇÃO), 257

- 9.01 Procedimento, 260

- 9.01.01 Limpeza do corpo etérico através do exercício físico, 260
- 9.01.02 Invocação da bênção divina, 260
- 9.01.03 Ativação do chakra do coração — bênção a toda a Terra com amor-bondade, 260
- 9.01.04 Ativação do chakra da coroa — bênção à Terra com amor-bondade, 262
- 9.01.05 Para alcançar a iluminação — meditação sobre a Luz, sobre o Aum e sobre o hiato entre dois Aums, 262
- 9.01.06 Liberação do excesso de energia, 262
- 9.01.07 Agradecimentos, 263
- 9.01.08 Fortalecimento do corpo físico visível através de massagem e de mais exercício físicos, 263
- 9.02 Testemunhos, 267
 - 9.02.01 Roy B. Boquiron, 267
 - 9.02.02 Erlinda Andrada, 269
 - 9.02.03 Rolando A. Carbonel, 270

CAPÍTULO 10 — IDÉIAS - SEMENTES, 273

- 10.01 Nutrição e prana, 273
- 10.02 Ginseng, 275
- 10.03 Classificação das drogas pelo uso das propriedades do prana colorido, 277
- 10.04 Seres, correntes e planetas etéricos, 277
- 10.05 Mais pesquisa necessária no campo da cura prânica, 279
- 10.06 Higiene e matéria bioplasmática doente, 279
- 10.07 Psicoterapia prânica, 281
 - 10.07.01 Tensão ou *stress*, 281
 - 10.07.02 Depressão leve, 282
 - 10.07.03 Depressão profunda, 283
- 10.08 Rotação dos chakras, 284
- 10.09 Gerador prânico geométrico, 286
- 10.10 Terapia prânica a laser, 287

COMENTÁRIOS, 292

APÊNDICES, 297

APÊNDICE D

ORGANIZAÇÕES ESOTÉRICAS

1. *Agni Yoga Society* - 319 West 107th Street, New York, NY 10025, USA (Livros e Instruções Verbais)
2. *A.M.O.R.c., Rosicrucian Order* - Rosicrucian Park, San José, California 95191, USA (Curso por Correspondência e Livros)
3. *The Arcane School* - 113 University Place, 11th Floor, New York, NY 10003, USA (Curso por Correspondência e Livros)
4. *Astara* - 800 W. Arrow Hwy, P.O. Box 5003, Upland, CA 91785, USA (Curso por Correspondência e Livros)
5. *Builders of the Adytum* - 5105 N. Figueroa Street, Los Angeles, CA 90042, USA (Curso por Correspondência, Livros e Centros de Treinamento)
6. *The Rosicrucian Fellowship* - P.O. Box 173, Oceanside, CA 92054, USA (Curso por Correspondência e Livros)
7. *Self-Realization Fellowship* - 3880 San Rafael Avenue, Los Angeles, CA 90065, USA (Curso por Correspondência, Livros e Centros de Treinamento)
8. *Sufi Order* - 408 Precita Ave., San Francisco, CA 94110, USA (Livros e Instruções Verbais)
9. *Theosophical Society* - Adyar, Madras 600020, Índia (Livros e Leituras)

Theosophical Society in the Philippines - 1 Iba Street corner P. Florentino Street, Quezon City Philippines. Tel. 741.5740

NOTA DO AUTOR: Essas organizações esotéricas ficariam muito felizes em auxiliar e orientar aspirantes espirituais em seus estudos e práticas. Tudo o que é preciso fazer é escrever para elas e pedir um catálogo ou um material de leitura introdutório.

APÊNDICE E

LIVROS RECOMENDADOS SOBRE ENSINAMENTOS ESOTÉRICOS

1. *A Cosmo-Concepção Rosacruz*, de Max Heindel. Publicado por The Rosicrucian Fellowship, International Headquarters, P.O. Box 713, Oceanside, CA 92054
2. *O Duplo Etérico*, de Arthur E. Powell. Quest Book. Publicado por The Theosophical Publishing House, Wheaton, Illinois.
3. *O Corpo Astral* de Arthur E. Powell. Quest Book. Publicado por The Theosophical Publishing House, Wheaton, Illinois 60187.
4. *O Corpo Mental* de Arthur E. Powell. Publicado por The Theosophical Publishing House, London Ltd., 68 Great Russel Street, London, W.C. 1, England.
5. *O Corpo Causal e o Ego* de Arthur E. Powell. Publicado por The Theosophical Publishing House, England.
6. *Devas e Homens* do Centro de Teosofia do Sudeste, Robe, South Australia. Publicado por The Theosophical Publishing House, India.
7. *Os Sete Raios* de Ernest Wood. Quest Book. Publicado por The Theosophical Publishing House, Wheaton, Illinois.
8. *I Ching*. Tradução de Richard Wilhelm do chinês para o alemão. Versão para o inglês de Cary F. Bayness. Publicado por Princeton University Press. Princeton, NJ 08540
9. *Educação e Significado na Vida* de Krishnamurti. Publicado por Victor Gollancz Ltd. Londres.
10. *Educação na Nova Era* de Alice A. Bailey. Publicado por Lucis Publishing Company, 113 University Place, 11th Floor, New York, NY 10003.
11. *Do Intelecto à Intuição* de Alice A. Bailey. Publicado por Lucis Publishing Company.
12. *Iniciação: Humana e Solar* de Alice A. Bailey. Publicado por Lucis Publishing Company.
13. *Raios e Iniciações (Volume V)* de Alice A. Bailey. Publicado por Lucis Publishing Company.
14. *A Externalização da Hierarquia* de Alice A. Bailey. Publicado por Lucis Publishing Company.
15. *Franco-maçoneria dos Artigos Egípcios* de Manly P. Hall. Publicado por Philosophical Research Society, Inc., 3910 Los Feliz Boulevard, Los Angeles, CA 90021.
16. *As Chaves Perdidas da Franco-maçoneria* de Manly P. Hall. Publicado por Macoy Publishing & Masonic Supply Company, Inc., Richmond, Virginia.
17. *A Vida Oculta na Franco-maçoneria* de C.W. Leadbeater. Publicado por The Theosophical Publishing House, Adyar, India.
18. *Ritos Místicos Antigos* (originalmente publicado sob o título *Glimpses os Masonic History*). Publicado por The Theosophical Publishing House.

**LIVROS RECOMENDADOS SOBRE
PRÁTICAS ESOTÉRICAS**

1. *Autobiografia de um Yoge* de Paranhansa Yogananda. Publicado por Self-Realization Fellowship, 3880 San Rafael Avenue, Los Angeles, CA 990065.
2. *Aos Pés do Mestre* de J. Krishnamurti. Publicado por The Theosophical Publishing House, Wheaton, Illinois.
3. *Raja Yoga* de Wallace Slater. Publicado por The Theosophical Publishing House, Wheaton, Illinois 60187.
4. *O Yoga da Luz* (O Clássico Livro-Texto Esotérico da Yoga de Kundalini — Hatha Yoga Pradipika) de Hans-Ulrich Riecke. Publicado por Dawn Horse Press, Star Route 2, Middletown, CA 95461.
5. *Teorias do Chakra: Ponte para a Consciência Superior* de Hiroshi Motoyama. Quest Book.
6. *A Ciência Espiritual do Kriya Yoga* de Goswami Kriyananda. Publicado por The Temple of Kriya Yoga, 2414 North Kedzie, Chicago, Illinois 60647.
7. *O Caminho Secreto* de Paul Brunton. Publicado por DeVors & Co., Publishers.
8. *Raja-Yoga* de Swami Vivekananda. Publicado por Ramakrisna Vivekananda Center de New York, 17 East 94th Street, New York, NY 10028.
9. *Técnicas Práticas de Auto-Defesa Psíquica* de Murray Hope. Publicado por Aquarian Press, Wellingborough, Northamptonshire, Londres
10. *Limpeza Espiritual* (Um Livro-texto sobre Proteção Psíquica) de Draja Mickaharic. Publicado por Samuel Weiser, Inc.
11. *Guia Completo para o Oráculo e Métodos de Profecia* de Joseph J. Weed. Publicado por A. Thomas & Company. Wellingborough, Northamptonshire.
12. *Controles Voluntários* (Exercícios para a Meditação Criativa e para a Ativação do Potencial dos Chakras) de Jack Schwarz. Publicado por E.P. Dutton, 2 Park Avenue, New York, NY 10016.
13. *O Livro Cristal* de Dael Walker. Publicado por Cristal Company, P.O. Box 348, Sunol, CA 94586.
14. *O Guia Cristal Completo* de Uma Silbey. Publicado por U-Read Publications P.O. Box 31131, San Francisco, CA 94131.
15. *Iniciação ao Hermetismo* de Franz Bardon. Publicado por Dieter Ruggeberg, Wuppertal, Alemanha Ocidental.
16. *A Golden Dawn* de Ismael Regardie. Publicado por Llewellyn Publications, P.O. Box 43383-PSD, St. Paul, MN 55164.

17. *Mente Zen, Mente do Iniciante* de Shunryu Suzuki. Publicado por John Weatherbill, Inc. of New York e Tokyo.
18. *Os Três Pilares do Zen* de Philip Kapleau. Publicado por Anchor Press/ Doubleday Garden City, New York.
19. *A Mente na Psicologia Budista*. Traduzido do tibetano por Herbert V. Guenther & Leslie S. Kawamura. Publicado por Dharma Publishing, 5856 Doyle Street, Emeryville, CA 94608.
20. *A Essência da Filosofia Budista* de Junjiro Takakusu. Publicado por Samuel Weiser, Inc.
21. *Os Segredos da Meditação Chinesa* de Lu K'uan Yu. Publicado por Samuel Weiser, Inc., P.O. Box 612, York Beach, Maine 03910.
22. *Meditação Budista* de Edward Conze. Publicado por Harper & Row Publishers, Inc., 10 East 53rd St., New York, NY 10022.
23. *A Ti Eu Confirmo* de Sri Ramatherio. Publicado por Suprema Grande Loja de A.M.O.R.C., Inc. Rosicrucian Park, San Jose, CA 95191.
24. *Ensinos do Yoga Tibetano*. Traduzido e Comentando por Garma C.C. Chang. Publicado por Citadel Press, 120 Enterprises Avenue, Secaucus Avenue, NJ 07094.
25. *Clara Luz do Êxtase* (Mahamudra no Budismo Vajrayana) de Geshe Kelsang Gyatso. Traduzido por Tenzin Norbu. Publicado por Wisdom Publications, 291 Brompton Road, London SW3 2DY, England.
26. *Tai Chi Chuan* de Yang Jwing Ming. Publicado por Unique Publications, inc., 7011 Sunset Blvd., Hollywood, CA 90028.
27. *O Despertar da Energia de Cura Através do Tao* de Mantak Chia. Publicado por Aurora Press, 205 Third Avenue, 2A New York, NY 10003.
28. *O Tao da Meditação* (O Caminho para a Iluminação) de Jou Tsung Hwa. Publicado por Tai Chi Foundation, Jou Tsung Hwa, POB-1094, Piscataway, NJ 08854.
29. *Yoga Taoísta* (Alquimia e Imortalidade) de Lu K'uan Yu. Publicado por Samuel Weiser, Inc.
30. *O I Ching Taoísta*. Traduzido por Thomas Cleary. Publicado por Shambhala Publications, Inc., 314 Dartmouth Street, Boston, Massachusetts 02116.
31. *O Tao do Poder* (Tao Te King). Traduzido por R. L. Wing. Publicado por Doubleday & Co., Inc.
32. *O Livro da Cura Sufi* de Shaykh Hakim Moinuddin Chisti. Publicado por Inner Traditions International, Inc., 314 Dartmouth St., Boston, Massachusetts 02116.
33. *Maestria Através do Aperfeiçoamento* de Hazrat Inayat Khan. Publicado por Sufi Order Publications, P.O.Box 396, New Lebanon, NY 12125.
34. *Volumes da Mensagem Sufi* (1-13) de Hazrat Inayat Khan. Publicado por Sufi Order Publications.
35. *Os Sufis* de Idries Shah. Publicado por Doubleday & Co., Inc., 245 Park Ave., New York, NY 10017.
36. *O Êxtase Perfeito de São Francisco* de Felix Timmermans. Publicado por Doubleday & Co., Inc., 245 Park Ave., New York, NY 10017.
37. *As Instruções Espirituais de São Serafim de Sarov* de Franklin Albert Jones. Publicado por The Dawn Horse Press, 731 N. La Brea Ave., Los Angeles, CA 90038.
38. *A Imitação de Cristo* de Thomas A. Kempis. Publicado por Doubleday & Co., Inc.
39. *Exercícios Espirituais de Santo Inácio* de Louis J. Puhl, S.J. Publicado por The Newman Press, Westminster, Maryland.

40. *Mais Preciosos que Rubis* (Livro-texto sobre Exercícios Espirituais) de K.C. Chan. Publicado por Vantage Press, 516 West 34th Street, New York, NY 10001.
41. *O Caminho Infinito* de Joel S. Goldsmith. Publicado por De Vorss & Co., Publishers, P.O.Box 550, Marina del Rey, CA 902901.
42. *A Couraça de Luz* (Partes I & II) de Olive C.B. Pixley. Publicado por Helios Book Service (Publications) Ltd., 8 The Square, Toddington, Chkeltengan, Glos., England.
43. *Novos Insights do Culto Cristão* de James Ingall Wedgwood. Publicado por The St Alban Press, P.O. Box 598, Ojai, CA 93023.
44. *A Ciência dos Sacramentos* de C.W. Leadbeater. Publicado por The Theosophical Publishing House, Índia.
45. *Guia Prático do Simbolismo Cabalístico* de Gareth Knight. Publicado por Samuel Weiser, Inc.
46. *Experiência dos Mundos Interiores* de Gareth Knight. Publicado por Helios Book Service (Publications) Ltd.
47. *Kosher Yoga* de Albert L. Schutz & Hilda W. de Schaps. Publicado por Quantal Publishing.
48. *Meditação e Kabbalah* de Aryeh Kaplan. Publicado por Samuel Weiser, Inc.
49. *Meditação e a Bíblia* de Aryeh Kaplan. Publicado por Samuel Weiser, Inc.

"Como a abelha que coleta mel de flores diferentes, o homem sábio aceita a essência de diferentes escrituras e vê apenas o bem em todas as religiões."

"Srimad Bhaoavatam"

*Harmonia através da tolerância.
Diversidade na Forma, Unidade na Essência!*

C.K.S.

NOTA DO AUTOR: Para os aspirantes espirituais sérios, estes livros são obrigatórios, tanto para o estudo quanto para a prática. Foram arranjados de maneira tal a guiar o aspirante passo a passo, evitando, assim, confusão e desperdício de tempo e energia. Os livros sobre práticas esotéricas são organizados dos mais fáceis para os mais difíceis e agrupados de acordo com a natureza do assunto. Para acelerar a disseminação dos ensinamentos e práticas esotéricas é aconselhável ter esses livros traduzidos pelo menos para os idiomas mais conhecidos.

O SENHOR BUDA DISSE

Examinemos nossos pensamentos, de modo a que não pratiquemos nenhum ato prejudicial, pois aquilo que plantamos, será o que colheremos.

O ódio nunca acaba com o ódio neste mundo. Somente pelo amor ele termina. Esta é um lei antiga.

Boa vontade para com todos os seres é a verdadeira religião: alimente uma boa vontade sem fim em seu coração em relação a tudo o que tem vida.

Vá e cumpra se dever: seja bom para com seus irmãos e liberte-os do sofrimento.

O SENHOR CRISTO DISSE

Assim toda árvore boa dá bons frutos e a árvore má dá maus frutos. Não pode uma árvore boa dar maus frutos, nem uma árvore má dar bons frutos. Toda árvore, que não dá bom fruto, será cortada e lançada ao fogo. Vós os conhecereis, pois, pelos seus frutos.

Mateus 7, 17-20

Amai os vossos inimigos, fazei o bem aos que vos odeiam. Abençoi os que vos amaldiçoam e rezai pelos que vos difamam.

Lucas 6, 27-28

Amarás o Senhor teu Deus de todo o teu coração, de toda a tua alma e de toda a tua mente. Este é o maior e o primeiro mandamento. E o segundo é tão importante como o primeiro: Amarás a teu próximo como a ti mesmo.

Mateus 22, 37-39

Ide e curai os enfermos.

Mateus 10, 8