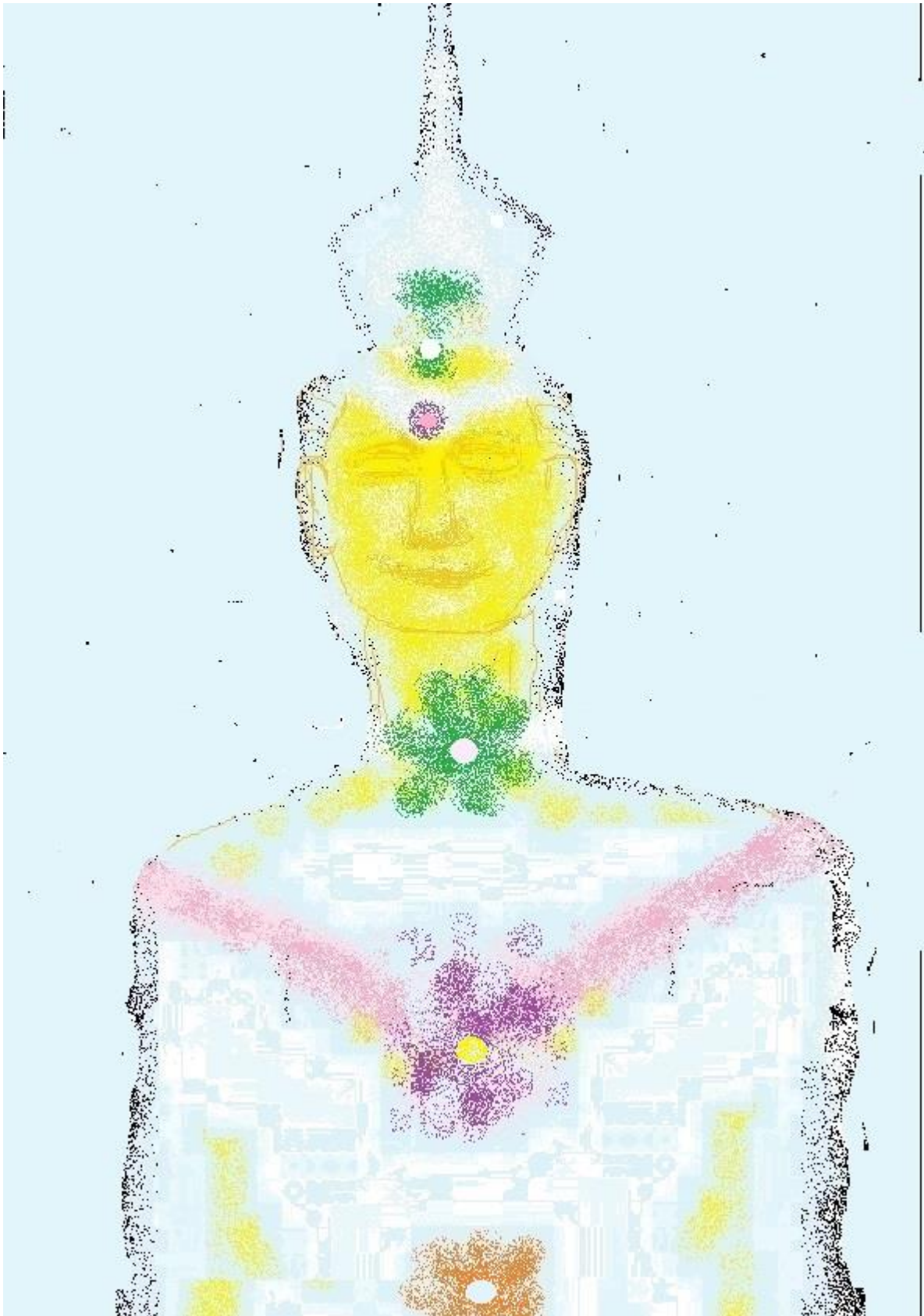


DESENVOLVENDO O PODER MENTAL



anônimo

Dedicatória: a Josué

“Sede perfeitos, como vosso Pai, que está nos Céus, é Perfeito.”

(Jesus Cristo)

“Vós sois deuses; vós podeis fazer tudo que Eu faço e muito mais ainda.”

(Jesus Cristo)

ÍNDICE

Introdução

PRIMEIRA PARTE: AUTOAJUDA

1 – A saúde

1.1– Saúde física

1.2– Estado mental de felicidade

1.3– Aprendendo com os índios

1.3.1 – Contato permanente com a natureza

2.3.2 – Atividades físicas

2 – Mentalizações em favor da saúde

2.1 – A própria saúde

2.2 – A saúde dos outros

SEGUNDA PARTE: OS ORIENTADORES ESPIRITUAIS

3- “*Vigiai e orai*”

3.1- Blindagem psíquica

3.2 – Sintonia com os “*Mestres da Saúde*”

TERCEIRA PARTE: ESTUDO DOS “CHAKRAS”

4 – “*Chakras*”

4.1 – “*chakra*” coronário

4.2 – “*chakra*” frontal

4.3 – “*chakra*” laríngeo

4.4 – “*chakra*” cardíaco

4.5 – “*chakra*” do plexo solar

4.6 – “*chakra*” esplênico

4.7 – “*chakra*” raiz

INTRODUÇÃO

Quando o senador Públio Lêntulo Cornélio ficou cego, aparentemente estaria sendo vitimado por uma desgraça, mas, na verdade, iria despertar o verdadeiro “*deus*” que era e é interiormente, abrindo-se lhe a visão espiritual, através do desenvolvimento do poder mental, que ele, até então, absorto pelos interesses puramente terrenos, sequer tinha noção de estar guardando dentro de si.

Afinal, assim vive a maior parte da humanidade da Terra, mundo de provas e expiações, que não tem noção exata do alcance daquilo que Jesus falou: “*Vós sois deuses; vós podeis fazer tudo que Eu faço e muito mais ainda.*”

A cegueira, por isso, não é uma desdita, mas uma bênção, a fim de que o Espírito encarnado desenvolva seu poder mental: não costumam as pessoas fechar os olhos para mentalizar? Assim, os cegos, ao invés de fecharem os olhos para voltarem sua atenção para seu mundo interior, enxergam constantemente seu mundo íntimo, pelo pensamento, passando a ver através dos olhos da alma, ou seja, desenvolvendo o poder mental.

Outro exemplo foi Jerônimo Mendonça, cujo potencial mental se desenvolveu em progressão geométrica depois que seus olhos ficaram inutilizados para a visão material: Espírito muito intelectualizado, experiente, muito antigo, mas faltava-lhe desenvolver a potência mental.

Por isso, não lamentem os cegos, lançando-lhes vibrações de tristeza e piedade equivocada, mas ajudem-nos no que puderem na vida comum, a fim de que não sejam sacrificados por causa da cegueira, mas, por outro lado, aprendam com eles sobre a força do pensamento, caso eles tenham despertado para esse desenvolvimento, imprescindível à evolução espiritual, porque, infelizmente, contam-se entre eles muitos que são “*cegos do corpo e também cegos da alma*”, os quais vivem tristes, porque não enxergam o mundo material, uma vez que, desperdiçando a oportunidade de crescimento

espiritual, não abriram, quando deveriam, os olhos espirituais para a visão mental.

Pensemos agora nos que perderam a audição, como foi o caso de Ludwig van Beethoven, o qual, desligando-se dos ruídos e sons exteriores, passou, em contrapartida, a melhor ouvir a Voz da Inspiração, ou seja, os seus Orientadores Espirituais, grandes mestres da Música, adquirindo melhores condições psíquicas, por sua mediunidade voltada para a Arte da Sonoridade, para compor músicas mais espiritualizadas, como foram suas últimas.

A perda da visão, se bem aproveitada no sentido da espiritualização, encaminha o ser humano para seu mundo interior, desenvolvendo o poder mental, o mesmo se dizendo da surdez. Compreendamos que o mesmo acontece quando ocorrem a paralisia dos movimentos corporais, a mudez, as doenças em geral e tudo que induza à introspecção. Todavia, é preciso que o ser humano detenha um elemento imprescindível para essa viagem interior: a “*vontade*”, sem a qual os sentimentos predominantes passam a ser a tristeza, a revolta, a depressão, que destroem, que desanimam, que jogam a criatura nos porões da negatividade. Nesses casos, ao invés do progresso espiritual, ocorre a estagnação espiritual, porque não basta alguém estar no estado de sofrimento para evoluir, como não basta a presença física na sala de aula para o aluno aprender se não se interessa pelo estudo e, até, se rebela contra o professor e as matérias ensinadas.

Um grande receio das pessoas que sofrem de limitações orgânicas é o desamparo, pois, em um mundo de provas e expiações, como é o nosso, sentem na pele sérias restrições à própria sobrevivência, sem contar as relacionadas à afetividade, porque ainda trazemos no nosso psiquismo o descaso pelas pessoas que não são perfeitas fisicamente e não se encontram aptas para proverem o próprio sustento ou apresentam algum “*déficit*” em relação aos padrões de beleza, inteligência, sociabilidade etc..

Todavia, como o mundo espiritual é a pátria definitiva, enquanto que o mundo terreno é apenas provisória habitação dos Espíritos, cuja maior finalidade é apenas a preparação, como se fosse um estágio anterior ao exercício profissional, é importante prepararmo-nos para viver naquela realidade.

Vejam os uma situação interessante para nossa reflexão: quando alguém entra em estado de grande concentração mental, tem de se colocar, provisoriamente, na posição de “cego, surdo, mudo e paralisado”, somente assim desligando-se temporariamente do corpo e permanecendo conectado apenas pelo “fio da vida”. Somente nesse estado de “neutralização” de grande parte das funções corporais, o Espírito recupera uma parcela da sua potencialidade espiritual, a qual é toda mental: entendamos isso.

Com o exercício do “desdobramento espiritual” [1] perde-se, gradativamente, o receio da morte, das doenças e dos sofrimentos naturais da realidade terrena.

O poder do Espírito, repetamos, é somente mental.

Quando Jesus falou: “Vós sois deuses; vós podeis fazer tudo que eu faço e muito mais ainda” quis nos induzir a acreditar na nossa própria força mental, que independe da aparente saúde corporal, do nível intelectual e qualquer outra circunstância que não seja ínsita ao próprio Espírito.

As criaturas humanas vivem oscilando entre o entusiasmo e a tristeza, entre o Bem e o Mal, etc., conforme os fatores externos vão se sucedendo: assim acontece por que, no geral, não se concentram no seu mundo interior, onde estão as sementes da perfeição.

O poder mental se desenvolve conforme cada um se empenha em desenvolvê-lo, sendo que não há como processar-se sem esforço continuado, diário, como quem sustenta o próprio corpo com o hábito das refeições diárias, das atividades físicas e outras repetições necessárias.

É preciso que cada um tire algum tempo, todos os dias, para concentrar o pensamento no seu mundo interior, bem como na emissão de pensamentos de auxílio às outras pessoas, assim desenvolvendo seu poder mental: em caso contrário, suas irradiações mentais não passarão de raios intermitentes de luz sem vida, como lampejos fracos no meio da escuridão, verdadeiros vagalumes, sem qualificação para a emissão contínua, a qual é sempre boa para si e para os outros.

Este livro pretende falar um pouco sobre o poder mental, todavia, de forma simples, a fim de acordar os que ainda não utilizam sua potência mental com conhecimento do assunto.

A época adequada para aprender a utilizar o pensamento como “força de atuação” é justamente durante as reencarnações, pois, após a libertação do pesado escafandro, o Espírito tem de respirar o ar puro e rarefeito do mundo espiritual, onde a única forma de comunicação é o pensamento e, se ele não tem o domínio dessa ferramenta, fica como o cego que tem de identificar, de qualquer jeito, o caminho, sem tropeçar e cair.

Não estamos falando de conhecimento dispensável à vida das pessoas, mas sim extremamente necessário, pois é uma técnica imprescindível, não somente para se viver de forma equilibrada como encarnado, mas, sobretudo, como preparação para a vida equilibrada no mundo espiritual: quem não aprende essa técnica enquanto encarnado é candidato a graves desequilíbrios no mundo verdadeiro, definitivo, de além-túmulo.

Empenhem-se em acordar para essa realidade ou, então, esperem o que os aguardará e verão a oportunidade perdida, tendo de pedir para reencarnar o mais rápido possível a fim de aprenderem a lição básica.

Divaldo Pereira Franco, através do CD “Visualizações Terapêuticas”, tem ensinado a técnica do “desdobramento espiritual”, como forma de preparação para a vida no mundo

espiritual, com o desenvolvimento do poder mental. Aconselhamos aos prezados leitores que procurem ter acesso a esse material, de grande utilidade para o desenvolvimento mental.

Esclarecemos que inserimos, entre as notas, o que encontramos sobre Reiki, Terapia Holística, Cromoterapia e o Passe Espírita.

Pedimos a bênção de Deus, nosso Pai de Amor e Sabedoria, e de Jesus, Sol das nossas vidas, para que este estudo seja salutar para nossa própria evolução, bem como dos prezados leitores.

PRIMEIRA PARTE: AUTOAJUDA

1– A SAÚDE

A saúde é o resultado da mais elevada possível sintonia do Espírito com as correntes mentais do Bem, que remontam a Deus.

O Espírito capta essas energias mentais positivas e as somatiza, ou seja, injeta-as, por intermédio dos “*chakras*”, em cada partícula do corpo espiritual, o qual as repassa ao corpo físico.

Essa é a saúde verdadeira e não a que a Ciência material entende como tal: por isso, alguém pode estar com todos os órgãos físicos funcionando perfeitamente, mas estar doente, quando sua sintonia mental assimila as correntes do Mal.

Todavia, há uma série de requisitos importantes, que iremos expor a seguir.

Saúde, portanto, é um estado mental e não físico: esta é a primeira noção, sem a qual tudo o mais fica incompreensível.

Se alguém verifica que sua sintonia mental está negativa, procure logo muda-la, pois, a longo, médio, ou mesmo, a curto prazo deverá surgir uma doença. Muitas pessoas se iludem com exercícios físicos, alimentação planejada por nutricionistas e outros profissionais e uma série de providências puramente materiais e acredita que, com isso, estará se prevenindo das doenças, quando, como dito, na verdade, o dado mais importante é a sintonia mental positiva ou negativa.

1.1– SAÚDE FÍSICA

A maioria dos encarnados preferiria permanecer sempre na fase da juventude, pois o corpo físico tende à produção excelente nas atividades atléticas, enquanto que a fase infância, por um lado, não passa de uma preparação e, por outro lado, a partir da idade adulta e, piormente falando, a velhice provoca o enfraquecimento geral, até chegar a morte.

Todavia, a saúde física não é sinônimo de hígidez dos músculos, ossos, tendões, ligamentos, órgãos etc.: essa é uma ideia materialista da Ciência humana, que considera o corpo físico como única realidade acreditável, mas não que aquele ser humano é um Espírito encarnado.

A saúde verdadeira é resultante principalmente da sintonia mental nas correntes da Saúde Espiritual, pois há Mestres encarnados e desencarnados vibrando constantemente para a difusão de ondas psíquicas de saúde, a fim de beneficiar os seres de todas as coletividades viventes, estejam onde estiverem no Universo criado por Deus.

Essas vibrações podem ser absorvidas por qualquer um que se disponha a isso, com isso lucrando para a sustentação da própria saúde e, igualmente, difundindo-a pelo Universo afora.

São energias que não se esgotam, porque Deus é inesgotável e é Ele quem sustenta tudo e todos.

Aprendamos sobre isso.

1.2– ESTADO MENTAL DE FELICIDADE

Felicidade não estar livre dos testes que Deus coloca no nosso caminho a fim de evoluirmos intelectual e espiritualmente: felicidade é submetermo-nos alegremente a esses testes.

Se conseguimos ser vitoriosos, podemos ter certeza de que outros virão para continuarmos a trabalhar e aprender. Se, em diversas ocasiões, perdemos, saímos vencidos, por conta das nossas deficiências morais ou intelectuais, cada teste será repetido até que o tenhamos vencido: Deus não fecha as portas da oportunidade.

O tempo não existe, pois somos seres que receberam a bênção da eternidade para evoluírem.

Podemos ter certeza de que sempre haverá quem está à nossa frente na trajetória evolutiva e gente que é menos evoluído: não nos preocupemos, porém, em nos compararmos com ninguém, pois o caminho de cada um é individual, intransferível. Aliás, quanto a esse ponto Jesus afirmou: *“O maior no Reino dos Céus é o que mais serve a todos.”*

O estado interior de euforia se pode chamar *“felicidade”*, que nada tem a ver com o nível de instrução escolar, quantidade de riquezas e poder material, número de amigos, família harmonizada, bom funcionamento dos órgãos corporais e outras circunstâncias que não são ínsitas ao Espírito.

Há cegos, mudos, surdos, tetraplégicos, misérrimos, analfabetos, abandonados etc. felizes, enquanto que há pessoas fisicamente fortes, bilionárias, poderosíssimas na sociedade terrena, cercadas de bons amigos, mas muito infelizes: se cada um enxergasse dentro do coração alheio, oraria ao invés de julgar.

Encaremos tudo isto como uma realidade e pensemos nos objetivos da nossa vida, ou seja, o que temos feito de nós mesmos na reencarnação: se estamos correndo atrás das

coisas e interesses materiais podemos saber que somos infelizes, apesar das aparências, mas, se focamos nossa atenção no “*Reino de Deus e Sua Justiça*”, como disse Jesus, somos felizes.

Assim, o mais cedo possível, despertemos para a conscientização de que devemos caminhar para a felicidade, que é toda espiritual.

Não se trata de ilusão, mas da pura realidade, mas cada um deve se dar conta disso, individualmente, dentro da sua própria intimidade mental: não há como vivermos a vida dos outros nem os outros viverem a nossa. Por isso, ao invés de julgarmos nossos semelhantes, busquemos nossa própria evolução.

No Ocidente em geral tem-se a “*mania das obras*”, baseados numa interpretação equivocada do que Jesus afirmou: “*A cada um será dado segundo suas obras*”, quando, na verdade, Jesus quis dizer: “*A cada um será dado de acordo com sua sintonia mental*”, pois as obras mais importantes são invisíveis, realizadas pela força mental, como a mentalização, a oração, as visualizações terapêuticas etc.

A conquista da felicidade é individual, resultado do esforço de cada um, que pode ajudar e ser ajudado, mas não substituído nem substituir outrem no cumprimento da sua trajetória evolutiva.

1.3– APRENDENDO COM OS ÍNDIOS

Uma parcela dos capelinos direcionou-se para a atual Europa, em tempos remotos da humanidade, tendo ali fundado núcleos civilizatórios voltados para o progresso material, que, em última instância, geraram os estereótipos que, nós, países colonizados por eles, seguimos até hoje: é essa a realidade atual da Europa e América, dominadas pelo desconhecimento das verdades espirituais mais profundas, onde predomina um Cristianismo desfigurado pela descrença da maioria dos próprios sacerdotes e estudiosos.

Se não fossem movimentos espiritualizantes como o Espiritismo, a Antroposofia, a Teosofia, o Xamanismo e outros, estaríamos, nesses dois continentes, dominados economicamente pelos homens e mulheres brancos, vivendo a cultura materializada dos capelinos mais primitivos, que continuam, até hoje, na Terra, sem condições espirituais de retornarem ao seu mundo de origem, pois que deverão ser desterrados para o planeta inferior que absorverá os incapacitados de aqui permanecer.

Devemos notar, todavia, que Jesus, o Divino Governador da Terra, não administra como os governantes terrenos, ou seja, mecanicamente, muitas vezes desinteressados de tudo que não seja “*o poder pelo poder*”, mas sim com o Amor Universal que caracteriza Seu Espírito Puro como o lírio e Amoroso como a centelha mais perfeita que conhecemos do Pai Celestial.

Assim é que, no meio de tanta materialidade, descrença e sintonia negativa, vemos povos indígenas incontaminados pelo materialismo branco, vivendo em contato direto e permanente com a Natureza e experienciando as crenças mais puras de espiritualidade, como é o caso dos hopis, nos Estados Unidos, que, até hoje, seguem nessa linha de pensamento, sentimento e ação.

Não basta considerar a Natureza como Mãe, no sentido simbólico, mas é preciso mergulhar nela de corpo e alma,

convivendo com todas as “*forças naturais*”, que emanam das florestas, dos cursos d’água incontaminados pela poluição, dos ventos que sopram nas campinas e nas montanhas, na convivência com os animais e tudo que represente a Espiritualidade Superior e bem assim a Espiritualidade primitiva dos seres que se iniciam na trajetória evolutiva.

Sócrates, quando encarnado, ensinava que não há referencial mais perfeito para a vida do que a Natureza, mas não foi compreendido até hoje, pois suas palavras foram desvirtuadas pelos próprios discípulos. Jesus também ensinou os mesmos parâmetros e ainda hoje as pessoas oram dentro de templos suntuosos, ao invés de se reunirem em contato com os seres pulsantes da “*Mãe Natureza*”.

Os indígenas trazem no próprio perispírito a impregnação das “*forças da Natureza*” e muito podem ensinar em termos de poder mental, o qual não se coaduna com as tecnologias do concreto, do aço e da poluição das civilizações europeias e do mundo moderno de muito conforto material e quase nenhuma percepção das energias espirituais.

Aprendamos que saber ler e escrever não significa inteligência, espiritualidade nada tem a ver com leituras dos livros chamados “*sagrados*” e que a mediunidade é a mais avançada técnica de aprendizado sobre a essência do ser humano, que é puramente espiritual.

Observemos a cultura dos índios e aprendamos com eles, sobretudo, aqueles que trazem a tradição da espiritualidade: desvistamo-nos do orgulho de europeus e descendentes de europeus e coloquemos os pés na terra, mergulhemos nos rios e banhemo-nos nas cachoeiras, sintamos o perfume das flores e plantas silvestres e durmamos baloiçando numa rede, no alto de uma colina, entre duas árvores frutíferas e, acima de tudo, estejamos em contato com os Espíritos bons, pelo pensamento e pelas atitudes no Bem, os quais sempre preferem os ambientes puros, sem contaminação dos

pensamentos doentios, egoístas, poluídos pela ambição material e pelos vícios da “civilização” mercantilista.

Lembremo-nos de que Jesus falava nos montes e na beira do lago de Genesaré e poucas vezes adentrava o burburinho do templo, poluído mentalmente pela hipocrisia e a maldade mal disfarçada.

1.3.1 – CONTATO PERMANENTE COM A NATUREZA

O Espírito é apenas energia, como tudo que existe é energia, variando apenas de frequência.

Quando se diz que no Universo há Espírito, matéria e o fluido cósmico universal, essa linguagem foi utilizada apenas para fins didáticos, pois Deus não criaria “coisas” (inanimadas) e “seres” (animados), uma vez que estaria condenando as primeiras ao Inferno eterno do “não-ser” e privilegiando os segundos com a felicidade de se aperfeiçoarem até o infinito: assim, tudo que existe são “seres”.

O que há é apenas a gradação da singeleza rumo à perfeição.

O contato com a chamada Natureza não é nada mais nada menos que a interação energética com todos os demais “seres”, que a Ciência terrena classifica em minerais, vegetais, animais e humanos.

A troca energética é permanente, constante, inevitável, pois todos irradiam e recebem energia. Todavia, o que se pode e se deve fazer, conscientemente, planejadamente, é selecionar o que se emite e o que se recebe, com vista ao aperfeiçoamento nosso e dos outros, uma vez que não faz sentido viver sem rumo, sofrivelmente, vítima das circunstâncias, como um barco à deriva.

O contato permanente com a Natureza se faz não só presencialmente, ou seja, fisicamente, como também e principalmente, pelo pensamento: assim, alguém pode se desdobrar espiritualmente e entrar em contato com os seres da Natureza, retornando ao corpo físico reabastecido e tendo auxiliado os outros.

O poder mental é a grande força do ser humano e não o corpo físico: desenvolvamos o poder mental e teremos realizado o principal objetivo da reencarnação.

Trata-se de um exercício diário, como dissemos linhas atrás.

1.3.2 – ATIVIDADES FÍSICAS

Quando foi dito pelos Espíritos Superiores a Allan Kardec que as reencarnações visam “intelectualizar a matéria” quiseram afirmar que os “*seres*” em primário estágio evolutivo (seres unicelulares) precisam da energia fecundante dos Espíritos humanos, sendo certo que o contrário também acontece, pois, somente reencarnando periodicamente, os últimos desenvolvem o poder mental.

A interdependência entre todos os seres é um dos itens da Lei de Deus.

As atividades físicas estimulam a máquina orgânica, que reage sobre o Espírito, e, por isso, ninguém deve viver sem atividades físicas, tanto quanto qualquer equipamento se condena a emperrar se não é acionado: Lamarck já dizia, há séculos, que o órgão inutilizado atrofia.

O próprio Espírito necessita da atividade do corpo enquanto está encarnado: o bem que propicia aos “*seres*” que compõem sua vestimenta material revertem em felicidade para ele. Isso é a lógica do Amor ao próximo.

2- MENTALIZAÇÕES EM FAVOR DA SAÚDE

É preciso entendermos que a “*matéria*” é “*energia condensada*”, ou seja, compactada, comprimida na sua estrutura interna, o que lhe dá a aparência e as propriedades dos compostos perceptíveis pelos cinco sentidos terrenos. Todavia, seja perceptível ou não pelos cinco sentidos, sempre será “*energia*”: assim, o corpo físico é “*energia*”, tanto quanto o Espírito que o anima é “*energia*”.

Procurando fixar, o máximo possível, essa informação, e raciocinando sempre em função dela, cada um pode compreender que o Espírito doente adocece o corpo, tanto quanto o Espírito sadio tende a curar o corpo, caso seja o problema físico passível de solução.

Mentalizar em favor da saúde significa emitir pensamentos (“*energia*”) de saúde em prol do corpo ou do Espírito doentes.

Essa “*energia*” tende a beneficiar o doente, a não ser que ele apresente uma blindagem perispiritual negativa, que impeça a penetração da “*energia*” saudável no seu campo energético ou a desintegre posteriormente com suas más sintonias.

Irmão José, no seu livro “*A Cura pela Fé*”, divulgado na Internet em luizguilhermemarques.com.br e na Biblioteca Virtual Espírita, comenta sobre o assunto, baseado na Lição de Jesus: “*A tua fé te curou*”.

Esse referencial vale para a auto cura e a cura de outrem, contanto que se entenda a “*fé*” como uma série de fatores julgados favoráveis pela Justiça Divina, que, automaticamente, analisa da conveniência ou não da cura: assim, uma pessoa boa pode não sarar e alguém inclinado para o Mal pode sarar e vice-versa, pois somente os Espíritos Superiores, pela sintonia que têm com Deus e Seus Prepostos, têm condições de decidir a esse respeito, levando em conta os

benefícios que advirão, principalmente em termos de evolução espiritual para o doente.

2.1– A PRÓPRIA SAÚDE

Mentalizar em favor da própria saúde passa pelo mesmo critério da utilidade para a evolução espiritual, sendo, por isso, conveniente que o doente procure avaliar se o problema de saúde o beneficia espiritualmente ou não.

Sarar simplesmente para continuar vivendo egoisticamente não deve ser meta para ninguém, mas sim quando se quer continuar a viver para o Bem é que se pode pedir a cura, que será concedida ou não pelos Espíritos Superiores, em Nome de Jesus e de Deus.

Joanna de Ângelis ensina que se deve mentalizar amorosamente o órgão doente ou o problema espiritual, fazendo com que se sintonize com os Espíritos Superiores, que, no mínimo, darão consolo ao doente, se não puderem fazer mais.

A mentalização é um exercício que poucos ocidentais praticam, porque, em primeiro lugar, vivem muito mais em função dos interesses e bens materiais, e, em segundo lugar, pouca fé depositam no poder mental, acreditando muito mais nos medicamentos da Medicina ocidental.

Mentalizar em favor da própria saúde física é muito válido, mas deve-se mentalizar muito mais em favor da própria reforma moral, porque aí está a raiz de todos os males físicos e morais.

A auto cura moral se processa lentamente, gradativamente, porque “*a Natureza não dá saltos*”, mas “*água mole em pedra dura tanto bate até que fura*”, ou seja, a continuidade no Bem neutraliza e supera o Mal que se sedimentou no passado.

A saúde, como dissemos linhas atrás, é resultado da sintonia mental no Bem, não importando que o corpo físico esteja doente. Chico Xavier era portador, quando em idade mais avançada, de numerosos males físicos, mas sempre foi um Espírito saudável: entendamos essa regra.

2.2 – A SAÚDE DOS OUTROS

Preocupar-se com a saúde dos nossos irmãos e irmãs é um dos mais importantes atos de caridade, sendo que todos devemos aprender a agir dessa forma.

Quem não pensa e faz alguma coisa em favor dos doentes ainda está vivenciando a fase do egoísmo mais rude, mesmo que procure inventar pretextos para agir assim.

O mínimo que se pode fazer e, de acordo com o caso, o máximo, é orar em favor dos doentes, mentalizar em seu favor, porque, como dito, o pensamento é “*energia*” atuante.

Não se deve, todavia, pretender a cura a qualquer preço, pois a Espiritualidade Superior, em Nome de Deus e de Jesus, irá sempre analisar o que será melhor, sobretudo, para a evolução espiritual do doente.

Não importa como se ore ou mentalize, pois o importante é a qualidade energética que é direcionada ao doente, ou seja, cheia de Amor Universal ou não.

Esse exercício, praticado diariamente, desenvolve o poder mental de quem ora ou mentaliza, como acontece com todos os demais exercícios, que proporcionam mais qualificação a quem os pratica.

Mentalizar ou orar em favor dos outros é imprescindível para a evolução espiritual por dois aspectos: 1) o hábito da caridade e 2) o próprio desenvolvimento da força do pensamento.

Felizes os que oram ou mentalizam diariamente em favor da saúde física e da evolução espiritual dos seus semelhantes!

**SEGUNDA PARTE:
OS ORIENTADORES
ESPIRITUAIS**

3- “VIGIAI E ORAI”

“*Vigiar*” significa auto analisar-se continuamente e verificar se estamos no Bem ou no Mal. É importante o constante exame de consciência, sem os extremos, de um lado, da hipocrisia ou, do lado contrário, da auto flagelação.

O nível consciencial de cada um irá mostrar se houve acerto ou erro.

“*Orar*” é, sobretudo, sintonizar o pensamento, o sentimento e as atitudes no Bem, pois há orações sem palavras como também há palavras sem oração.

Jesus aconselhou: “*Vigiai e orai para não cairdes em tentação.*”

“*Tentação*” são as nossas imperfeições morais e são elas, e não as outras pessoas ou as circunstâncias, que nos inclinam à repetição dos erros passados.

Com esse exercício constante, vamos fortalecendo nossa essência espiritual e, portanto, nosso poder mental.

Verifica-se, portanto, que este é mais um dos requisitos para o desenvolvimento do poder mental, não bastando simplesmente emitir pensamentos, mas verificar sua qualidade ética e procurar o apoio de Deus e dos Espíritos Superiores

3.1- BLINDAGEM PSÍQUICA

O que significa “*blindagem psíquica*” senão a sintonia permanente no Bem, de forma natural, como fruto do aperfeiçoamento espiritual e não artificialmente, pois não há como alguém conseguir essa sintonia sem merecimento espiritual.

Com a continuidade na prática do Bem, cada Espírito, encarnado ou desencarnado, fica imune às más influências que tentem atingi-lo.

Divaldo Pereira Franco conta sobre um Espírito que o perseguiu por décadas até que chegou um momento em que afirmou que não conseguia mais aproximar-se do médium, o qual, segundo a Justiça Divina, tinha passado a merecer um tipo de “*blindagem psíquica*”. No final, esse Espírito rendeu-se à exemplificação de Amor Universal do dedicado discípulo de Jesus da atualidade.

Não há nenhuma forma artificial de proceder-se a essa blindagem, a não ser que a Espiritualidade Superior assim o determine, visando algum objetivo nobilitante, tudo em Nome de Deus e de Jesus.

3.2 – SINTONIA COM OS “*MESTRES DA SAÚDE*”

Quando nos referimos a “*Mestres da Saúde*” queremos falar nos Espíritos Superiores, que, através de orações e mentalizações, contribuem para o bem estar e a evolução de um número vultoso de Espíritos, como, por exemplo, os dirigentes da cidade espiritual “*Nosso Lar*”, que, diariamente, se reúnem e oram e mentalizam em favor não só dos habitantes daquela urbe espiritual como também de muitas outras coletividades.

Quando emitimos pensamentos e sentimentos no Bem ou agimos movidos pelo Amor Universal, entramos em sintonia, automaticamente, com esses Espíritos Superiores.

O nome aqui escolhido: “*Mestres da Saúde*” pode ser substituído por qualquer outro que se refira aos Trabalhadores Graduados de Jesus.

Quem sintoniza com esses Espíritos vê suas forças multiplicadas e muitos fatos tidos como inusitados podem acontecer, muitas vezes causando assombro nos que deles tomam conhecimento, mas a verdade é que “*há muito mais mistérios entre o céu e a terra do que sonha nossa Filosofia*”.

Os recursos do mundo espiritual são muito mais amplos que qualquer encarnado possa imaginar e mesmo os desencarnados se surpreendem com os feitos dos Espíritos que lhes são superiores.

A sintonia com esses Espíritos Superiores pode trazer também o benefício da “*enxertia espiritual*”, ou seja, a conexão entre um e outro a fim de realizarem-se obras no Bem muito acima da capacidade do menos evoluído: quem é médium entende talvez melhor o que estamos querendo dizer.

A guru indiana Amma sempre diz que o discípulo somente evolui quando encontra e segue seu mestre e Yvonne do Amaral Pereira dizia que é imprescindível o médium identificar-se com seu Guia Espiritual: por aí se pode compreender o que pretendemos dizer.

TERCEIRA PARTE:
ESTUDO DOS
“CHAKRAS”

4– OS “CHAKRAS” [2]

Alertamos os prezados leitores de que nem tudo que dizemos aqui coincide com o que já ouviram ou leram, mas trata-se do nosso ponto de vista.

A Ciência terrena não conseguiu, até hoje, entender, de verdade, o que é o corpo físico, apesar de estudá-lo há vários milênios, a começar com a Medicina Tradicional Chinesa. Essa é a realidade, sem nenhuma intenção de nossa parte em menosprezar a dedicação de milhões de médicos e demais terapeutas, que labutam no mundo inteiro.

Como se sabe, os “*chakras*” não são detectados pelos aparelhos de raios x, tomografia computadorizada, ressonância magnética etc., e, por isso, são considerados pelos terapeutas materialistas como fantasia de místicos sonhadores.

O que os encarnados sabem sobre eles se baseia em relatos de desencarnados, através de médiuns, ou informações colhidas pela vidência de quem a tem.

As informações variam bastante, principalmente porque o vocabulário terreno é precário para retratar uma realidade totalmente espiritual.

Todavia, pode-se considerar os “*chakras*” como pontos de ligação entre os vários corpos espirituais e o corpo físico. Comparemos para facilitar a compreensão: são canais de contato direto entre as várias “*casca da cebola*”.

São redutores da energia que promana do Espírito, digamos, a milhares de volts, e que vai passando, sucessivamente, pelos vários corpos, até chegar ao corpo físico, onde chega com uma carga de 110 volts. Podemos dizer que os “*chakras*” abastecem as células de energia, proveniente do Espírito. Atentemos bem para este detalhe: os “*chakras*” abastecem as células de energia, proveniente do Espírito.

Apesar de haver um número incalculável de “*chakras*”, ou seja, pontos de contato entre os corpos, destacam-se 7, os quais são dotados de funções mais conhecidas.

Eles agem automaticamente, como turbinas, que giram em velocidade incalculável, mas sofrem alterações com a boa ou a má sintonia espiritual.

O conhecimento mais aprofundado fica restrito a um número muito pequeno de estudiosos e temos a dizer que, para os leigos, é suficiente uma noção básica, a fim de entenderem que os “*chakras*” funcionam adequadamente somente quando a sintonia espiritual é direcionada para o Bem e vice-versa.

Deve-se sintonizar no Bem para se ter saúde espiritual e, se possível, física.

4.1 – “CHAKRA” CORONÁRIO

Localiza-se no alto da cabeça e pode-se dizer que, em linhas gerais, responsabiliza-se pela captação da energia que vem de Deus, tanto que Divaldo Pereira Franco, no seu cd intitulado “*Visualizações Terapêuticas*”, induz os ouvintes a idealizar a Luz de Deus descendo do alto e penetrando por esse “*chakra*”, mas, na verdade, o contato das criaturas com o Pai Criador se dá “*por todos os poros*”.

Afirmam muitos ser esse “*chakra*” o mais importante, porque energiza o cérebro, mas não é bem assim, porque o cérebro não é o foco principal do ser humano, tanto quanto o leão não é o rei dos animais e o coração não vale mais do que os pés.

A glândula pineal, tão destacada pela palavra autorizada de André Luiz, no seu livro “*Evolução em Dois Mundos*”, psicografado por Francisco Cândido Xavier, é sustentada principalmente pela energia psíquica que vem do “*chakra*” coronário.

4.2 – “CHAKRA” FRONTAL

Considerando que André Luiz afirmou que o cérebro, para fins didáticos, pode ser dividido em três partes, sendo a frontal dotada das células apropriadas às tarefas mais ligadas à espiritualidade, pode-se entender que o “*chakra*” frontal tem grande importância para o ser espiritual, sendo que os Espíritos mais evoluídos utilizam maior quantidade dessas células. Aliás, não há dois cérebros iguais, pois cada um corresponde ao nível qualitativo da química psíquica do respectivo Espírito.

O “*chakra*” frontal terá a ver com a mediunidade em geral e, sobretudo, a de vidência? A resposta é sim, mas não exclusivamente, porque a mediunidade não está limitada ao trabalho do cérebro físico ou espiritual.

Devemos sublimar nossos pensamentos, irradiando Amor Universal, e, assim, estaremos aprimorando nosso cérebro, na região frontal, bem como o “*chakra*” correspondente.

4.3 – “CHAKRA” LARÍNGEO

A voz de cada pessoa é seu retrato verbal, causando agradável ou desagradável impressão, tanto quanto os pensamentos, sentimentos e atitudes individuais assim o fazem.

O que é a voz senão o Espírito fazendo vibrar o ar e, por esse meio de comunicação, transmitindo suas ideias etc.?

A suavidade, a bondade, a rispidez, o autoritarismo e tudo o mais se irradia através da voz.

Por isso é importante educarmos nossa voz, a fim de realizarmos no Bem por meio dela.

4.4 – “CHAKRA” CARDÍACO

O coração é o órgão ligado realmente ao sentimento? – A resposta que Divaldo Pereira Franco dá é: não! Trata-se aquela afirmação do fruto da desinformação das gerações passadas.

Todavia, não há como negar-se a importância do coração para a vida física. Entretanto qual o valor do coração para um desencarnado muito evoluído?

4.5 – “CHAKRA” DO PLEXO SOLAR

Afirma a maioria dos estudiosos que esse “*chakra*” é responsável pelo metabolismo, ou seja, a transformação em alimentos dos produtos ingeridos através da boca.

Verdadeira usina é o aparelho digestivo, todavia, não mais importante que o aparelho respiratório.

Toda emoção afeta o aparelho digestivo, como o faz em relação à totalidade dos órgãos e partes do organismo. Todavia, a digestão, se mal realizada, produz verdadeiros venenos para o corpo.

São observações práticas que pretendemos fazer, todavia, sem nenhuma pretensão de aprofundarmos essa ciência pouco conhecida pelos encarnados.

4.6 – “CHAKRA” ESPLÊNICO

Os órgãos da reprodução, tanto masculinos quanto femininos, são semelhantes, apesar de complementares quanto à atuação e o “*chakra*” esplênico fornece energia para eles.

As tarefas de produzir espermatozoides, bem como a de ter constituído os óvulos, sustentam-se pela energia psíquica canalizada através do “*chakra*” esplênico.

Reproduzir corpos, a fim de possibilitar a reencarnação de Espíritos, é uma das grandes colaborações que os seres humanos podem dar uns para com os outros: se somos filhos ou filhas, devemos nos propor a ser igualmente pais ou mães.

4.7 – “CHAKRA” RAIZ

A base da coluna vertebral é o ponto a partir do qual se localizam os órgãos mais necessários à vida no mundo material, indo até o alto do crânio. Realmente, braços e pernas são importantes, mas é possível a vida sem eles.

A energia que provém do solo passa por esse “*chakra*” e faz o movimento inverso, igualmente energizando toda a máquina orgânica.

CONCLUSÃO

Conclui-se, portanto, que:

- 1) o Espírito é energizado de cima para baixo e de baixo para cima, sendo, em termos materiais, importante o contato com a luz solar, o pisar descalço na terra etc., mas, em termos espirituais, sobretudo, necessário pensar, sentir e agir no Bem, pois, em caso contrário, qualquer energização - através da Terapia Holística, Passe Espírita, Reiki, Acupuntura etc. - produz efeito paliativo, pois o Espírito estará prejudicando o trabalho realizado em seu favor;**
- 2) o Espírito consegue, normalmente, se sintonizado no Bem, energizar-se e viver com saúde espiritual.**

NOTAS

[1]https://pt.wikipedia.org/wiki/Proje%C3%A7%C3%A3o_da_consci%C3%Aancia

Projeção da consciência, experiência fora-do-corpo (EFC), experiência extra corporal, desdobramento espiritual, emancipação da alma, projeção astral ou viagem astral são termos usados alternativamente para designar as experiências fora-do-corpo (do inglês, out-of-body experience – OBE ou OOB) ou estados alterados de consciência, que podem ser supostamente realizadas por qualquer pessoa, por meio do sono, via meditação profunda, técnicas de relaxamento, ou involuntariamente, durante episódios de paralisia do sono, trauma, variações abruptas da atividade emocional e estresse, Experiência de quase-morte, privação sensorial, estimulação elétrica do giro angular direito do cérebro, estimulação eletromagnética, experiências de ilusão de óptica controladas, e através de efeitos neurofisiológicos por indução química de substâncias comumente descritas como drogas. Exemplos de tais substâncias correlacionadas com a fenomenologia das experiências extracorpóreas são o Cloridrato de cetamina, a Galantamina, a Metanfetamina, o Dextrometorfano, a Fenilciclidina e a Dimetiltryptamina (presente na bebida ritualística Ayahuasca)

A Projeciologia, fundamentada nos experimentos pessoais de projetores conscientes e sistematizações destas auto pesquisas, inicialmente proposta por Sylvan Muldoon e sistematizada por Waldo Vieira, relata que, durante a projeção, quando lúcida, o indivíduo está ciente de que se encontra fora do próprio corpo físico projetado por meio do (corpo astral, perispírito, psicossoma), que são entidades imateriais. Por intermédio da projeção da consciência é possível conhecer supostas dimensões extrafísicas.

Há projetores pesquisadores brasileiros que diferenciam a Projeciologia como grupo da Projeciologia como ideia (a projeção), como coisas diferentes. A projeciologia é apenas um termo (semântica) sobre estudos, pesquisas, experiências sobre projeção astral, porém, a Projeciologia como grupo, diretamente relacionado ao Pesquisador Waldo Vieira, são consideradas por pesquisadores independentes, coisas diferentes, devido as posturas, teorias, hipóteses e semântica diferentes. Existem inúmeros trabalhos independentes, inclusive muito antigos e outros atuais, com semelhanças e discordâncias, onde, somente o pesquisador isento fará suas escolhas e interpretações pessoais, não apenas a partir de sua intelectualidade, mas em analogia direta e íntima com suas projeções e vivências pessoais.

Existem diversos relatos de projeções conscientes, inclusive publicados em forma de diário. Um deles é intitulado "Viagens Fora do Corpo" (1971) do autor Robert Monroe, um empresário estadunidense.

A projeção da consciência é uma experiência tipicamente subjetiva, descrita muitas vezes como próxima a sensação corporal de estar flutuando como um balão, e, em alguns casos, conforme relatos, havendo a possibilidade de estar vendo o próprio corpo físico, olhando-o sob o ponto de vista de um observador, fora do seu próprio corpo (autoscopia). Estatisticamente, uma em cada dez pessoas afirma ter tido algum tipo de experiência fora do corpo em suas vidas.

A Projeciologia propõe a Hipótese do Corpo Objetivo, ou seja, que o psicossoma é um corpo real porém não físico. Tal hipótese contrapõe as teorias psicológicas ou que atribuem ao fenômeno projetivo uma experiência meramente subjetiva de caráter alucinógeno. Algumas experiências teóricas podem reforçar a hipótese da objetividade da experiência fora do corpo. O fenômeno de aparição intervivos, onde uma pessoa projetada deve ser

vista por outras testemunhas físicas, noutro ambiente, distante de onde o seu corpo físico se encontrava no momento da experiência, pode servir para determinar a objetividade do fenômeno enquanto interpretação espiritual. Por enquanto, não há nenhum estudo científico que passou por revisão por pares que confirme tal hipótese.

A projeção astral com frequência é associada ao esoterismo e o movimento da Nova Era. Paralelamente, a medicina começa a tratar do fenômeno. Com mais atenção devido aos inúmeros relatos de experiências quase-morte (EQM). Explicações científicas que seguem o princípio da parcimônia fazem previsões suficientes e pontuais acerca do fenômeno de experiências quase-morte (EQM) e outros estados alterados de consciência.

Teorias

Os cééticos veem as projeções de consciência como alucinações. Essa hipótese é apoiada em experimentos nos quais há a indução do estado quase-morte (EQM) por medicações anestésicas como a quetamina, pela indução de hipóxia cerebral, estimulação elétrica do giro angular direito do cérebro e outros cenários de alteração neurofisiológica e cognitiva, como suportados por experimentos.

A hipótese de alucinação segue a Navalha de Occam, o princípio da parcimônia, pois não há nenhum estudo que sustente a existência de um plano não-físico, não-mensurável aonde há interação de substância não-físicas com substâncias físicas (causalidade), devido, pontualmente, ao caráter não-mensurável e estritamente subjetivo, onírico e possivelmente alucinógeno das experiências.

Não há resistência por parte de pesquisadores para o estudo de fenômenos, basta que uma análise de caso faça surgir uma teoria científica. Uma teoria científica segue o

método científico para tentar descrever um fenômeno com austeridade e realizar previsões com alto grau de precisão. Uma teoria com proposições a cerca de elementos não-mensuráveis (não detectados) que são por definição não-físicos não conseguem descrever a realidade, situação em que a teoria é descartada porque se torna irrefutável (falseabilidade). Todos os centros de pesquisa científicos seguem o naturalismo biológico como posicionamento filosófico capaz de descrever o mundo com precisão e gerar conhecimento confiável. Se um fenômeno não pode ser detectado por aparatos físicos, ou seja, por aparatos científicos, então muitos fenômenos podem existir de maneira aleatória e nenhum tem relevância maior porque não podem ser detectados por mais que o pesquisador espiritual insista no caráter particular, privado e introspectivo do fenômeno. Vale lembrar que inúmeros danos cerebrais também sustentam experiências subjetivas, privadas, mas nenhuma se traduz como confiável para descrever a realidade.

Sonhos podem ter seu conteúdo cognitivo visualizado através de aparatos neurocientíficos, onde o pesquisador consegue montar quadros dos esquemas audiovisuais que o paciente está experienciando. Uma mesma aproximação de estudo já criou uma máquina capaz de ler os pensamentos de maneira rudimentar.

Segundo as pesquisas da Projeciologia, ciência proposta pelo médico e médium brasileiro Waldo Vieira, durante o sono, quando o metabolismo e as ondas cerebrais diminuem, os laços energéticos que seguram o psicossoma ao corpo físico se soltariam, então a pessoa, através do psicossoma, seria projetada para fora do corpo humano. Dependendo do estado de lucidez, são relatados posteriormente como sonhos, sonho lúcido ou uma experiência extracorpórea totalmente lúcida. Não importa o quanto estiver afastada do corpo humano, a

consciência estará sempre ligada a ele, pelo "cordão de prata", um feixe puramente energético, em geral percebido pela consciência projetada como um feixe luminoso prateado, que só se romperia quando ocorrer a primeira morte (morte biológica) e a conseqüente degradação do veículo físico. Sua grande elasticidade, parecendo infinita, impossibilitaria que se fique "preso" extra fisicamente.

Segundo a concepção espírita, o desdobramento trata-se de um processo de exteriorização do perispírito do corpo físico. O perispírito, durante este processo, sempre permanece ligado ao corpo por uma espécie de cordão umbilical fluídico. É um estado de relativa liberdade perispiritual, análogo ao sono, em que podemos agir semelhantemente a um desencarnado, podendo nos afastar a distâncias consideráveis de nosso corpo físico. O desdobramento pode ser inconsciente (caso em que ao retornar ao corpo, a pessoa não lembra da experiência), semiconsciente (caso em que ao retornar ao corpo, a pessoa lembra apenas veladamente da experiência) ou consciente (caso em que ao retornar ao corpo, a pessoa lembra claramente da experiência) e, esse último caso pode ser iniciado através de operadores encarnados ou desencarnados (benfeitores ou obsessores). Também pode ser parcial, que é quando o perispírito não deixa o corpo físico totalmente (situação na qual as faculdades psíquicas são muito ampliadas) ou total, quando o perispírito deixa o corpo físico. Essa faculdade pode ser desenvolvida através de exercícios metódicos. Também é chamado de emancipação da alma, desdobramento astral, projeção astral ou exteriorização. O Livro dos Espíritos de Allan Kardec trata bastante do assunto, em sua parte 2, "Capítulo VIII - Emancipação da Alma".

Ainda pela concepção espírita, o pesquisador Hermínio C. Miranda diz que "é nesse estado que o espírito consegue entrar na posse de algumas de suas faculdades

superiores, pelo acesso aos arquivos da sua memória integral. Daí lembrar-se de encarnações passadas e até mesmo, em situações especiais, afastar a densa cortina que encobre o futuro".

Projeções

Níveis de lucidez

- *Projeção inconsciente: ocorreria quando o projetor sairia do corpo totalmente inconsciente. Seria um "sonâmbulo extra físico". A maioria absoluta da população do planeta faria esta projeção durante o sono ou cochilo e estas seriam posteriormente relatadas como sonhos.*
- *Projeção semiconsciente: ocorreria quando o grau de consciência é intermediário, e a pessoa ficaria sonhando acordado fora do corpo, totalmente iludido por suas ideias oníricas. Conhecido também como sonho lúcido.*
- *Projeção consciente: ocorreria quando o projetor sairia do corpo e manteria a sua consciência durante todo o transcurso da experiência extracorpórea. São poucos que dominariam esta projeção.*

Tipos de projeções

- *Projeção em temporal: quando o projetor projetar-se-ia para fora do corpo físico e cairia num suposto plano mais próximo ao plano físico, vivenciando tudo ao seu redor. Quem conseguiria este tipo de projeção, poderia supostamente relatar acontecimentos do cotidiano, naturais e extra físicos. Supostamente, dependendo o nível do projetor, seria possível interagir com o plano físico.*
- *Projeção involuntária: ocorreria com a maioria das pessoas que acordariam dentro dos sonhos sem sua própria vontade.*
- *Experiência quase-morte: seria a experiência ocorrida quando, devido a uma doença grave ou acidente, a pessoa*

sofre o chamado "estado de quase morte". O coração e todos sinais vitais, inclusive as ondas cerebrais detectadas por aparelhos, parariam e a morte clínica do paciente estaria atestada pelos médicos. Nessas situações, acredita-se que o suposto 'espírito' não se desligaria do 'corpo físico' e o paciente "milagrosamente" ressuscitaria, ou seja, apenas que a experiência subjetiva se mantém porque o sistema nervoso ainda apresenta atividade ínfima, pois o processo de necrose (morte celular não-programada) não se instalou. Após o retorno de consciência, cerca de 11% dos pacientes relatam experiências detalhadas a cerca de como podem supostamente descrever com detalhes aconteceu enquanto estava "morto", pois, na interpretação dualista, manteriam a consciência ou espírito no suposto plano astral, fora do corpo físico, enquanto tinham a sensação de pairar sobre o corpo. Para o psicólogo e parapsicólogo espiritualista Titus Rivas, a EQM não pode ser completamente explicada por causas fisiológicas ou psicológicas, pois a consciência funcionaria independentemente da atividade cerebral.

- *Projeção voluntária: este tipo de experiência poderia ser induzida através de técnicas projetivas, meditação, amparo de supostas entidades extrafísicas, entre outras. Segundos os praticantes de Yoga, Teosofia, algumas correntes filosóficas e escolas de estudos do pensamento a "projeção consciente" poderia ocorrer com qualquer pessoa, esteja ela consciente do fato ou não. Isto quer dizer que uma pessoa poderia "projetar sua consciência" sem saber que está realizando esta ação, no entanto, seu subconsciente está plenamente ciente da condição existencial que está sendo vivenciada.*

Fenomenologia da experiências extracorpóreas

- *Ballonnement - sensação de abaloamento, flutuação.*

- *Catalepsia projetiva* - estado em que a consciência ou experiência subjetiva se encontra no corpo, mas sem domínio sobre este; é comum no começo e principalmente no fim da experiência extracorpórea, normalmente durando poucos instantes; estado de paralisia astral passível de ocorrer durante a projeção, normalmente com praticantes iniciantes espiritualistas.
- *Estado vibracional* - sensação de estado vibracional interior.
- *Ruídos intracranianos* - ruídos naturais que podem ocorrer no momento do deslocamento do psicossoma (ou corpo astral) para fora do corpo físico.

Toda fenomenologia está inserida na experiência, seja ela de cunho espiritualista (durante a meditação ou prática de atividade espiritual), experimentação científica controlada como as patrocinadas pela ASPR (American Society for Psychical Research) no século passado, ou durante episódios de paralisia do sono, traumas, Experiência de quase-morte, estimulação elétrica do giro angular direito do cérebro e outras experiências de ilusão de óptica controladas, além de outras descritas a seguir.

Experimentos

A projeção da consciência na sua ontologia dualista não sustenta nenhuma teoria científica, ou seja, não possui um modelo de síntese consistente de hipóteses e previsões testáveis, sendo assim classificada como pseudociência pela ciência tradicional. Uma teoria falseável (falseabilidade) faz previsões suficientemente precisas para que a teoria possa ser suficientemente refutada. Embora existam muitas interpretações sobre os chamados veículos espirituais ou astrais, nenhum apresenta hipóteses e previsões testáveis através de medições "físicas". Seu caráter subjetivo torna imprescindível a "auto experimentação".

*O cientista Charles Tart, que é um dos maiores defensores de que a consciência realmente se projeta para fora do corpo humano, fez vários experimentos, como mostra por exemplo o seu livro *Psychophysiological Study of Out of Body Experiences in a Selected Subject* (Estudos Psicofisiológicos de Experiências Fora do Corpo em Sujeito Selecionado, em tradução livre). Nos anos 60, ele se tornou o pioneiro na pesquisa da projeção da consciência em experimentos laboratoriais controlados, tendo documentado que durante os períodos relatados pelos projetores enquanto estiveram "fora do corpo humano", seus padrões de ondas cerebrais foram diferente dos padrões do sono, do sonho, da sonolência e de outros estados alterados da consciência (expressão proposta pelo próprio Tart), e diferente até mesmo da vigília física ordinária (estado acordado). É muito famoso o experimento de Charles Tart realizado com a jovem apelidada de "Miss Z", na qual a mesma, segundo Tart e outros cientistas que presenciaram o experimento, obteve sucesso ao realizar a projeção da consciência e observar um conjunto aleatório de números presentes em outra sala próxima ao laboratório em que seu corpo estava, com sua atividade cerebral monitorada.*

Alguns estudos alegam que algumas pessoas aparentaram terem sido capazes de induzir a projeção da consciência de maneira ponderada, através de visualizações enquanto dispostas em um estado meditativo, descontraído, ou em sonhos-lúcidos. Em experimento conduzido por Henrik Ehrsson em 2007 no Instituto de Neurologia na University College London, Ehrsson alegou que com o uso de óculos estereoscópicos 3D foi possível reproduzir a percepção de experiências fora do corpo nos voluntários do estudo. Os participantes alegaram que experimentaram a sensação de estarem sentados ao lado de seus corpos físicos mediante ilusão ótica. Mas na área das ciências, tal estudo não é uma evidência científica de que a fenomenologia de

experiência fora-do-corpo possa ser explicada por uma alucinação. Estudos em áreas correlatas indicam que a fenomenologia de pacientes que passaram por quase-morte são análogas às de pessoas que vivenciam experiência fora-do-corpo. Há espaço para interpretações espiritualistas e modelos teóricos que considerem a delineação de espíritos ou substâncias imateriais, embora nenhuma tenha sido apresentado aos moldes de uma teoria científica refutável.

Sinonímia da Projeção da Consciência

Durante os séculos, a projeção da consciência foi recebendo diversos nomes por cientistas, doutrinas orientais e ocidentais, pesquisadores, projetores e outros grupos:

- *Ao contrário do que pode-se pensar à primeira vista, o fenômeno é vivenciado por muitas pessoas. Uma em cerca de dez pessoas afirmam já ter sentido experiências fora do corpo.*
 - *A experiência fora do corpo (EFC) é abordada de acordo com o nível de lucidez da consciência que pode variar devido a fatores psicológicos, emocionais, somáticos (orgânicos), dentre outros.*
 - *É objeto de estudo da moderna Parapsicologia e da projeciologia, proposta por Waldo Vieira apesar de já ser citada em literaturas seculares no contexto histórico sociocultural mundial ainda que em contexto hermético e esotérico.*
- | | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • <i>AKE (Außerkörperliche Erfahrung) (alemão)</i> • <i>apopsiquia</i> • <i>autodesincorporação</i> • <i>autodiplosia*</i> • <i>aventura extracorpórea</i> | <ul style="list-style-type: none"> • <i>excursão anímica</i> • <i>excursão parapsíquica</i> • <i>experiência assomática</i> • <i>experiência astral</i> • <i>experiência de</i> | <ul style="list-style-type: none"> • <i>projeção do segundo corpo</i> • <i>projeção espiritual</i> • <i>projeção extracorpórea</i> • <i>projeção extrafísica</i> • <i>projeção fora-do-</i> |
|--|--|--|

- *centro móvel da consciência*
- *deambulação astral*
- *deambulação espiritual*
- *desancoramento da consciência*
- *descoincidência*
- *desconexão*
- *descorporificação*
- *desdobramento*
- *desdobramento astral (gnose)*
- *desdobramento da consciência*
- *desdobramento da pessoa*
- *desdobramento espiritual (espiritismo)*
- *desdobramento natural da personalidade*
- *desdobramento parapsíquico*
- *desdobramento perispiritual*
- *desdobramento provisório*
- *desdobramento vivo*
- *desdobramento voluntário*
- *desencarnação provisória*
- *desincorporação temporária*
- *desligamento do corpo*
- *deslocamento da consciência*
- *"despersonalização auto*
- *outro mundo*
- *experiência de saída do corpo*
- *experiência ecsomática*
- *experiência exterior ao corpo humano*
- *EFC: experiência fora-do-corpo (parapsicologia)*
- *experiência não-intermediada*
- *experiência parassomática*
- *experiência projetiva*
- *exteriorização*
- *exteriorização da psique*
- *exteriorização do astrossoma*
- *externalização*
- *extrusão do duplo psíquico*
- *extrusão do psicossoma*
- *homoprojeção*
- *jornada astral*
- *jornada da alma*
- *jornada extrafísica*
- *libertação da consciência*
- *libertação existencial*
- *projeção heteróloga*
- *projeção hominal*
- *projeção humana*
- *projeção interdimensional*
- *projeção psíquica*
- *relocação da sede consciencial*
- *saída astral*
- *saída da consciência fora da coincidência*
- *saída consciente da matéria (TFCA)*
- *saída da matéria (TFCA)*
- *saída consciente do corpo físico (TFCA)*
- *saída sideral*
- *separação astral*
- *sonho astral*
- *sonho flutuante*
- *sonho lúcido*
- *sono desperto*
- *telemetria astral*
- *teste extracorpóreo*
- *trailer da morte*
- *transe onírico*
- *transporte pelo espírito*
- *transvazamento de*

- induzida"*
- *desprendimento de pessoa viva*
 - *desprendimento espiritual (espiritismo)*
 - *desprendimento voluntário*
 - *disjunção*
 - *dissociação*
 - *duplicação astral*
 - *EEC (experiência extracorporal)*
 - *EFDC (experiência fora do corpo)*
 - *ecsomação*
 - *"elevação ao céu"*
 - *emancipação da alma (kardecismo)*
 - *ensaio da morte*
 - *episódio fora do corpo*
 - *ESC (experiência de saída do corpo humano)*
 - *escapada para o astral*
 - *escapada perispirítica*
 - *estado ecsomático*
 - *estado de emancipação consciencial*
 - *excarnação temporária*
 - *meia-morte*
 - *migração anímica*
 - *migração astral*
 - *miniférias extrafísicas*
 - *minimorte*
 - *morte prévia*
 - *morte provisória*
 - *morte temporária*
 - *Oobe ou OBE (Out-of-Body Experience) (inglês)*
 - *OBP ou OOBP (out-of-body projection) (inglês)*
 - *passeio no Além*
 - *pequena morte*
 - *peregrinação astral*
 - *prapti*
 - *pré-experiência da morte*
 - *pré-desencarnação*
 - *projeção astral (teosofia)*
 - *projeção da alma*
 - *projeção consciente do eu*
 - *projeção da consciência (projeciologia, conscienciologia)*
 - *projeção do corpo psíquico ou*
 - *consciência*
 - *via de acesso extrafísico*
 - *viagem anímica*
 - *viagem astral (esoterismo, ocultismo)*
 - *viagem clarividente*
 - *viagem da alma (eckankar)*
 - *viagem da consciência*
 - *viagem espiritual*
 - *viagem extracorpórea*
 - *viagem extrafísica*
 - *viagem extrassensorial*
 - *viagem mística*
 - *viagem no corpo de sonho*
 - *viagem pela eternidade*
 - *viagem perispirítica*
 - *videha (Índia)*
 - *voo anímico*
 - *voo astral*
 - *voo sideral*
 - *voo xamânico.*

emocional (rosa-cruz)

- *projeção do eu*

Sinonímia da Experiência Fora do Corpo

As experiências fora do corpo receberam diversas denominações ao longo das últimas décadas:

- *Keshara: Termo sânscrito empregado pelos hindus;*
- *Delog: Termo empregado pelos tibetanos;*
- *Desdobramento: Termo oriundo do espiritismo;*
- *Viagem astral: Termo criado pelo pesquisador americano Robert Crookal;*
- *Arrebatamento: Termo empregado em igrejas protestantes;*
- *Projeção da Consciência: Termo técnico usado por pesquisadores e*
- *OBE: Out-of-Body Experience, termo da língua inglesa.*

Ao longo da história, pessoas individualmente ou em grupos, de uma forma ou de outra, vivenciaram estados alterados de consciência. No antigo Egito, por exemplo, acreditava-se que, após a morte do corpo físico, o espírito, livre do corpo, continuava a existir. O espírito livre (ba) era representado na forma de uma ave Jaburu sobrevoando o corpo que morreu (veja a figura apresentada a seguir).

Relatos bíblicos

Na Bíblia, é possível encontrar passagens que poderiam ser interpretadas como saídas do corpo:

- *Eclesiastes, Capítulo 12 versículo 6 a 7.*
- *I Coríntios, Capítulo 15 versículo 35 a 44.*

- *II Coríntios, Capítulo 12 versículo 2 a 4.*
- *Ezequiel Capítulo 3 versículo 12 a 14.*
- *Apocalipse de João, Capítulo 1 versículo 10.*
- *Reis 2, capítulo 6 versículo 8 a 12.*

[2] <http://pt.wikipedia.org/wiki/Chacra>

Chacras ou xacras, também conhecidos pela grafia chakras segundo a filosofia iogue, centros energéticos dentro do corpo humano, que distribuem a energia (prana) através de canais (nadis) que nutre órgãos e sistemas.

Na Doutrina Espírita os chacras são chamados de Centro de Força.

Energia vital

A palavra chakra vem do sânscrito e significa "roda", "disco", "centro" ou "plexo". Nesta forma eles são percebidos por videntes como vórtices (redemoinhos) de energia vital, espirais girando em alta velocidade, vibrando em pontos vitais de nosso corpo. Os chakras são pontos de interseção entre vários planos e através deles nosso corpo etérico se manifesta mais intensamente no corpo físico.

Os Vedas (5.000 a.C.) contêm os mais antigos registros sobre chakras de que se tem notícia. Quando foram escritos, o Yoga já sistematizava o conhecimento e o trabalho energético dos chakras.

São sete os principais chakras, dispostos desde a base da coluna vertebral até o alto da cabeça e cada um corresponde à uma das sete principais glândulas do corpo humano. Cada um destes chakras está em estreita correspondência com certas funções físicas, mentais, vitais ou espirituais. Num corpo saudável, todos esses

vórtices giram a uma grande velocidade, permitindo que a "prana", flua para cima por intermédio do sistema endócrino. Mas se um desses centros começa a diminuir a velocidade de rotação, o fluxo de energia fica inibido ou bloqueado - e disso resulta o envelhecimento ou a doença.

Os chakras são conectados entre si por uma espécie de tubo etérico (Nadi) principal chamado "Sushumna", ao longo do eixo central do corpo humano, por onde dois outros canais alternados "Ida" que sai da base da espinha dorsal à esquerda de Sushumna e "Pingala" à direita (na mulher estão invertidas estas posições).

Os Nadis conduzem e regulam o "Prana" (energias yin e yang) em espirais concêntricas. Estes Nadis são os principais, entre milhares, que percorrem todo o corpo em todas as direções, linhas meridianos e pontos. Para os hindus os Nadis são sagrados, é por meio da "Sushumna" que o yogi deixa o seu corpo físico, entra em contato com os planos superiores e traz para o seu cérebro físico a memória de suas experiências.

O corpo físico e cada um dos chacras

Nosso corpo físico tem uma ligação sutil com o mundo astral. É através do desequilíbrio desta energia vital que as pessoas adoecem e acabam obstruindo esta ligação com o Divino. Daí, a relação entre as doenças e as crises emocionais. É muito comum ver pessoas que acabam somatizando e transformando energias negativas, depressão, raiva, solidão, em doenças físicas, como cânceres e outras mais graves. Nosso corpo físico tem pontos, que quando ativados, fazem fluir a energia vital, nos trazendo alegria e, principalmente, saúde. É através dos nadis (meridianos) - caminhos invisíveis dentro do nosso organismo - que a energia vital caminha por todo o nosso corpo e chega aos chacras, em pontos que

concentram vibrações mais específicas, conforme veremos à seguir:

Muladhara

(Chakra Raiz)

Nome em sânscrito: MULADHARA ("Base e fundamento"; "Suporte")

Mantra: Lam.

Pétalas: 4.

Localização: Base da Espinha.

Cor: Vermelho.

Elemento: Terra.

Funções: Traz vitalidade para o corpo físico.

Qualidades Positivas: Coragem, Estabilidade. Individualidade, Paciência, Saúde, Sucesso e Segurança.

Qualidades Negativas: Insegurança, Raiva, Tensão e Violência.

O primeiro chacra (conhecido como Chakra Base ou Raiz), situado na base da espinha dorsal, é responsável pela energização geral do organismo, e por ele penetram as energias cósmicas mais sutis, que a seguir são distribuídas pelo corpo. Quando esse chacra é estimulado, propicia uma boa captação energética.

Svadhithana

(Chakra órgão genital e base da barriga)

Nome em sânscrito: SWADHISTANA ("Morada do Prazer")

Pétalas: 6.

Mantra: Vam.

Localização: *Abaixo do umbigo.*

Cor: *Laranja.*

Elemento: *Água.*

Funções: *Força e vitalidade física.*

Qualidades Positivas: *Assimilação de novas ideias, Dar e Receber, Desejo, Emoções, Mudanças, Prazer, Saúde e Tolerância.*

Qualidades Negativas: *Confusão, Ciúme, Impotência, Problemas da bexiga e Problemas Sexuais.*

O segundo chacra (conhecido como Chacra esplênico, sacro ou do baço), relaciona-se com o poder criador da energia sexual. Quando esse chacra está enfraquecido indica distúrbios da sexualidade ou disfunções endócrinas. Quando excessivamente energizado, indica excesso de hormônios e sexualidade exacerbada.

Manipura

(Chacra do umbigo)

Nome em sânscrito: *MANIPURA ("Cidade das Joias")*

Mantra: *Ram.*

Pétalas: *10.*

Localização: *Zona da barriga.*

Cor: *Amarelo.*

Elemento: *Fogo.*

Funções: *Digestão, emoções e metabolismo.*

Cristais: *Âmbar, Olho de Tigre e Ouro.*

Qualidades Positivas:

Auto controle, Autoridade, Energia, Humor, Imortalidade, Poder pessoal e Transformação.

Qualidades Negativas: Medo, Ódio, Problemas digestivos e Raiva.

O terceiro chacra (conhecido como Chakra do Plexo Solar) localiza-se na região do umbigo ou do plexo solar, e está relacionado com as emoções. Quando muito energizado, indica que a pessoa é voltada para as emoções e prazeres imediatos. Quando fraco sugere carência energética, baixo magnetismo, suscetibilidade emocional e a possibilidade de doenças crônicas.

Anahata

(Chakra cardíaco)

Nome em sânscrito: ANAHATA ("Invicto"; "Inviolado")

Mantra: Yam.

Pétalas: 12.

Localização: Coração.

Cor: Verde (cura e energia vital); Rosa (Amor).

Elemento: Ar.

Funções: Energiza o sangue e o corpo físico.

Qualidades Positivas: Amor incondicional, Compaixão, Equilíbrio, Harmonia e Paz.

Qualidades Negativas: Desequilíbrio, Instabilidade emocional, Problemas de coração e circulação.

O quarto chacra situa-se na direção do coração. Relaciona-se principalmente com o timo e o coração. Sua energia corresponde ao amor e à devoção, como formas sutis e elevadas de emoção. Quando ativado desenvolve todo o potencial para o amor altruísta. Quando enfraquecido indica a necessidade de se libertar do egoísmo e de cultivar maior dedicação ao próximo. No aspecto físico, também pode indicar doenças cardíacas.

Vishuddha***(Chakra Laríngeo)******Nome em sânscrito: VISHUDDA ("O purificador")******Mantra: Ham.******Pétalas: 16.******Localização: Na garganta.******Cor: Azul claro.******Elemento: Éter.******Funções: Som, vibração, comunicação.******Qualidades Positivas: Comunicação, Criatividade, Conhecimento, Honestidade, Integração, Lealdade e Paz.******Qualidades Negativas: Depressão, Ignorância e Problemas na comunicação.******O quinto chacra fica na frente da garganta e está ligado à tireoide. Relaciona-se com a capacidade de percepção mais sutil, com o entendimento e com a voz. Quando desenvolvido, de forma geral, indica força de caráter, grande capacidade mental e discernimento. Em caso contrário, pode indicar doenças tireoidianas e fraquezas de diversas funções físicas, psíquicas ou mentais.******Ajña******(Chakra Frontal)******Nome em sânscrito: AJÑA ("O Centro de comando")******Mantra: Om.******Pétalas: 2.******Localização: Na testa, entre as sobrancelhas.******Cor: Branco.***

Elemento: Todos os elementos.

Funções: Revitaliza sistema nervoso e a visão.

Qualidades Positivas: Concentração, Devoção, Intuição, Imaginação, Realização da alma e Sabedoria.

Qualidades Negativas: Dores de cabeça, Medo, Problema nos olhos, Pesadelos e Tensão

O sexto chacra situa-se no ponto entre as sobrancelhas. Conhecido como "terceiro olho" na tradição hinduísta, está ligado à capacidade intuitiva e à percepção sutil. Quando bem desenvolvido, pode indicar um sensitivo de alto grau. Enfraquecido aponta para um certo primitivismo psico-mental ou, no aspecto físico, para tumoração craniana.

Sahasrara

(Chacra Coroa)

Nome em sânscrito: SAHASRARA ("O Lótus das mil pétalas")

Mantra: Aum.

Pétalas: 1000.

Localização: No topo da cabeça, bem no centro.

Cor: Violeta e Branco.

Elemento: Todos os elementos.

Funções: Revitaliza o cérebro.

Qualidades Positivas: Percepção além do tempo e do espaço. Abre a consciência para o infinito.

Qualidades Negativas: Alienação, Confusão, Depressão e Falta de Inspiração.

O sétimo é o mais importante dos chakras, situa-se no alto da cabeça e relaciona-se com o padrão energético

global da pessoa. Conhecido como chakra da coroa, é representado na tradição indiana por uma flor-de-lótus de mil pétalas na cor violeta. Através dele recebemos a luz divina. A tradição de coroar os reis fundamenta-se no princípio da estimulação deste chakra, de modo a dinamizar a capacidade espiritual e a consciência superior do ser humano.

Como energizar os chacras

Várias terapias, como o Reiki, cromoterapia e terapia prânica se utilizam dos chacras como base para diagnóstico e tratamento de males que atingem desde o corpo físico até o espiritual. Através de gestos, que podem ser incorporados no dia-a-dia é possível ativar estes pontos de energia, buscando a harmonização do corpo e da alma.

"Concentrar-se no que está fazendo, pensando na região do chakra já é uma forma de reativá-lo. Procure ficar em um lugar tranquilo, para que nenhum barulho possa tirar sua concentração. " Coloque uma de suas mãos aberta em frente ao chakra, sem tocar no corpo, e faça movimentos circulares no sentido horário, como se estivesse massageando o local, mas à distância. "Sentar-se na posição de lótus - pernas cruzadas - tronco ereto - e fixar o olhar na ponta do nariz estimula o chakra frontal ou do terceiro olho.

"As cores e os cristais são formas visuais de estimulação do chacras. Utilize a pedra com a cor correspondente a do chakra e direcione suas vibrações.

Origem

A palavra chakra significa literalmente roda. Os chacras são os pontos onde se encontram e fundem as Nadis, ou meridianos, canais condutores da energia no organismo. Estas Nadis unem-se em vários pontos que rodam no sentido dextrógiro (que provoca rotação para a direita -

no sentido dos ponteiros do relógio. Antônimo de levógiro ou sinistrógiro).

A noção de chakra faz parte do tantra ou tantrismo, para o qual a kundaliní reside no Muladhara. O objetivo das práticas tântricas, que são essencialmente sensoriais, é o despertar e a subida da kundalini através dos chakras, ativando-os, a fim de se unir no Sahasrara com Shiva, aqui representado como essência espiritual. Uma das fontes de inspiração do Hatha Yoga é o tantrismo, pois o "combustível" das práticas das posturas psicofísicas é justamente a energia Kundaliní.

Os chakras, descritos em textos tântricos tradicionais, despertaram também a atenção do movimento esotérico europeu, por exemplo, do Rev. Leadbeater, teosofista.

Os chakras estão registrados em culturas antigas e referenciados como pontos energéticos utilizados para cura e progresso energético e Espiritual. O Qi Gong da China ou Acupuntura, O Yoga da Índia e outras culturas antigas tinham conhecimento destes pontos e de como trabalhar com eles era benéfico à saúde.

Prana, ki e chi

Atualmente, com a universalização do conhecimento, existe a tendência a considerar a convergência dos conceitos das culturas indiana e chinesa sobre estes centros de energia (chakras), e os nadis. Os nadis seriam correspondentes aos meridianos chineses, assim como prana, ki e chi seriam nomes diferentes para a mesma energia vital.

As pesquisas de Hiroshi Motoyama, em Osaka, com o campo eletromagnético humano, mostram a relação entre os meridianos e os nadis, bem como as alterações nas ondas cerebrais durante a ativação dos centros ou chakras superiores.

Kundalini

O primeiro chakra, denominado no ocidente como Chakra Base ou Chakra Raiz é o responsável por manter o fluxo de energia ascendente da terra para o corpo. Emocionalmente ele conecta a pessoa ao mundo presente sendo o responsável pelo bom ânimo. Esse chakra também exerce forte influência sobre os demais 'bombeando' energia da terra (telúrica) para cima em direção aos demais centros de energia.

Nos pés há chakras secundários, Plantares, que se relacionam diretamente ao Chakra Raiz sendo os responsáveis pela perfeita troca de energia entre o corpo e a terra.

A energia telúrica absorvida por esses três chakras, ao ser modificada pelo Chakras Raiz, em seu caminho ascendente aos demais chakras recebe o nome de Kundalini.

Técnicas orientais e descrições herméticas relatam o fluxo dessa energia, usando-se a expressão "fogo serpentino", que descreve sua ascensão através dos nadis.

Definição da Doutrina Espírita

*Para a Doutrina Espírita os chacras, ali chamados de Centros de força, intermediadores da energia que flui do Perispírito para o duplo etérico, sob o influxo coordenador do pensamento, podendo trazer saúde ou doença ao corpo físico, são órgãos do mencionado duplo etérico, que, como descrito no livro *Evolução em Dois Mundos*, regulam as atividades corporais, por meio da influência que exercem sobre as glândulas, ao influxo do pensamento, maestro regente de toda esta arquitetura. Neste sentido, a natureza boa ou má dos pensamentos traz grande influência ao funcionamento dos chacras. A sensualidade exacerbada, por exemplo, tende a causar distúrbios na região do centro de força localizado na base da espinha dorsal, o que implica uma série de anomalia nas gônadas, próstata, etc. (glândulas localizadas na*

região), podendo provocar, desde a infertilidade ao câncer.

Estes existem apenas enquanto estamos encarnados, desfazendo-se quando da desencarnação, pois estão jungidos ao duplo etérico e não ao perispírito como erroneamente se entendem em alguns centros espíritas, muitos, por não aceitarem a existência do duplo etérico (elo entre o perispírito e o corpo físico, que se desfaz quando do desencarne). São responsáveis, também, pela coordenação do processo de reencarnação durante o processo denominado de "miniaturização" em que se perde massa perispiritual gradualmente até atingir-se o tamanho do feto, promovendo a estabilização energética entre o corpo físico e o perispírito.

*Também é através do chacra localizado no ombro que a psicografia é possível. Na obra *Evolução em Dois Mundos*, o espírito André Luiz narra sua evolução nos seres vivos.*

Cada chacra, no corpo físico, está diretamente ligado, além de um plexo nervoso, a uma glândula específica. Os sete principais seguem o elenco apontado pela teosofia, mas dezenas de outros existem. Em alguns livros são também nominados de "centros psíquicos" e em Kardec aparecem como "poros perispiríticos". Embora claramente definidos pelas obras psicografadas desde a década de 1940, a aceitação no meio espírita ainda não é total, havendo grande resistência a este estudo, sob alegação de "influência oriental".

*Nos anos 60, foi estudado pelo ex-padre e grande espírita, Carlos Torres Pastorino, na obra *"A técnica da mediunidade"*.*

Cada um dos chacras está associado a determinadas emoções e sentimentos. Isto explica a somatização das emoções em nossos corpos e o funcionamento de técnicas ocidentais modernas como o passe espírita.

[3] <http://pt.wikipedia.org/wiki/Reiki>

Reiki (靈氣² /'reiki:/) é uma prática espiritual, enquadrada no vitalismo. O reiki foi criado em 1922 pelo monge budista japonês Mikao Usui e tem por base a crença de que existe uma hipotética energia vital universal "Ki", a versão japonesa do Qi (ou "c'hi"), manipulável através da imposição das mãos. Através desta técnica, os praticantes acreditam ser possível canalizar a energia universal (i.e., reiki) em forma de Ki (japonês: ki) a fim de restabelecer um suposto equilíbrio natural, não só espiritual, mas também emocional e físico.

O conceito do Ki no qual se baseia o reiki é especulativo, não existem quaisquer evidências científicas da sua existência. É uma prática que não é reconhecida pela comunidade científica com ensaios clínicos aleatórios e controlados a confirmar a sua ineficácia no tratamento de quaisquer doenças. Tal e qual como outras terapias placebo, o reiki traz bem-estar aos doentes mas pode privá-los de terapias realmente efetivas. Em 2011 foi publicado o resultado de um ensaio clínico controlado, com dupla ocultação e aleatoriedade, envolvendo 189 pessoas a receber tratamento num centro de quimioterapia, concluiu-se que o Reiki não era melhor que a terapia placebo. Em 2008 um ensaio clínico aleatório controlado concluiu que “a evidência é insuficiente para sugerir que o reiki é um tratamento efetivo para qualquer problema de saúde. Portanto o reiki continua por provar.” A Sociedade de Cancro Americana e o Centro para a Medicina Complementar e Alternativa¹¹ dos Estados Unidos também descobriram que não existe nenhuma evidência científica que sustentem a ideia de que o reiki é efetivo como tratamento para quaisquer doenças.

História

Derivação do nome

O palavra reiki é um estrangeirismo do japonês reiki (靈氣, que significa "atmosfera misteriosa"), que deriva do chinês 'línqì (靈氣, "influencia sobrenatural"), a primeira utilização de que há registo na língua inglesa data de 1975. Em vez da normal transliteração, alguns autores de língua inglesa pseudo-traduziram reiki como "energia vital universal".

Reiki escreve-se normalmente como 靈氣 em shinjitai kanji ou como レイキ no silabário katakana. É composto pelas palavras rei (靈: "espírito, milagroso, divino") e 'ki (氣; qi: "gás, energia vital, sopro de vida, consciência"). O ki (mais conhecido por qi ou ch'i chinês) no reiki é entendido pelo significado "energia espiritual; energia vital; força vital". Algumas traduções equivalentes dos dicionários de Japonês-Inglês são: "sensação de mistério", e "uma atmosfera etérea (que prevalece nos recintos sagrados de um santuário); (sentido, sentimento) uma presença espiritual (divina)."¹⁷ Para além da pronúncia sino-japonesa habitual do reiki, os caracteres kanji 靈氣 têm uma leitura japonesa alternativa, nomeadamente ryōge, significando "demónio; fantasma" (especificamente possessão espiritual).

Origens

O sistema do Reiki foi desenvolvido por Mikao Usui(臼井甕男) em 1922 enquanto praticava Isyu Guo, um treino budista de 21 dias organizado no Monte Kurama Não se sabe quais eram as atividades exigidas a Usui durante o treino, contudo envolviam muito provavelmente meditação, jejum, cânticos e orações. Alega-se que através de uma revelação mística, Usui ganhou conhecimento e poder espiritual que podia aplicar a outros e que ele apelidou de Reiki e que dizia

entrar pelo seu corpo através do seu Chakra Coroa.²⁰ Em abril de 1922, Usui mudou-se para Tokio onde fundou o Usui Reiki Ryōhō Gakkai ("臼井靈氣療法學會" em old style characters, que significa "Sociedade do Método de Energia Espiritual Terapêutica de Usui") para assim continuar alegadamente a tratar pessoas com o Reiki.

De acordo com as inscrições no seu túmulo, Usui ensinou o seu sistema de Reiki a mais de 2000 pessoas durante a sua vida e dezesseis dos seus alunos continuaram o seu treino para chegar ao terceiro nível.

Enquanto ensinava Reiki em Fukuyama (福山市, Fukuyama-shi), Usui sofreu um enfarte e morreu a 9 de março de 1926.

Os cinco princípios do Reiki

Usui era um admirador dos trabalhos literários do Imperador Meiji (明治天皇 Meiji tennō). Enquanto desenvolvia o sistema do Reiki, Usui condensou alguns dos trabalhos do imperador num conjunto de princípios éticos (chamados de "Conceitos" 概念 Gainen), que mais tarde se tornaram os Cinco Preceitos do Reiki (五戒 Gokai, significa "Os Cinco Mandamentos", dos ensinamentos do Budismo contra o assassinato, roubo, má conduta sexual, mentira e intemperança). Para muitos praticantes e professores do Reiki é habitual obedecerem estes cinco preceitos ou princípios.

Ensinamentos

Os ensinamentos do Reiki alegam que este é inesgotável e pode ser usado para produzir um efeito de cura. Os praticantes alegam que qualquer pessoa pode aceder a esta "energia" por intermédio de um processo de "sintonização" realizado por um mestre de Reiki. O Reiki é descrito pelos seus seguidores como uma terapia

holística que traz não só cura espiritual, mas também física, mental e emocional. A crença é que a "energia" flui através das mãos do emissor para qualquer sítio que estas sejam colocadas. Para além desta noção acredita-se que esta "energia" é "inteligente", o que significa que o Reiki sabe para onde deve dirigir-se para a efetuar a cura, mesmo que as mãos não estejam colocadas no local exato.

Formação

O ensino do Reiki fora do Japão está dividido normalmente em três níveis ou graus. O Reiki tradicional japonês foi ensinado intensamente sob a orientação de Usui, com reuniões semanais de meditação onde o Reiki era aplicado e usado para monitorizar o corpo para obter diagnósticos energéticos, esta prática é conhecida no Japão como Byosen-hō. O Reiki japonês é um tratamento intuitivo e focado, em comparação, por seu lado, o tratamento do Reiki Ocidental pretende tratar geralmente todo o corpo em vez de áreas específicas.

Método

alegada cura através do método Usui Reiki Ryōhō, em vez medicamentos, usa o olhar, o sopro, o toque e batidas ligeiras. Segundo Frank Arjava Petter, Usui tocava nas partes doentes do corpo, massajava-as e dava-lhes batidas ligeiras, acariciava-as, soprava-lhes, fixava-lhes o olhar durante dois ou três minutos e fornecia-lhes "energia"³⁷ e usava uma técnica de cura através da imposição das mãos. É através desta técnica que o utilizadores do reiki acreditam que estão a transferir a energia universal (reiki)ki, através das palmas da mão, e desta pensam estar a colocar em funcionamento um hipotético sistema auto curativo.

Eficácia, ciência e a OMS

Apesar de variados relatos pessoais sobre sua eficácia, a reiki não é reconhecida pela medicina e pela ciência. Os estudos sérios realizados para investigar seus efeitos em grandes números de pacientes e com grupos controle, concluíram que as evidências são insuficientes para sugerir que reiki é eficiente para o tratamento de qualquer condição ou doença em humanos. Contudo, O professor Ricardo Monezi, da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, possui estudo bastante criticado sobre o assunto, em que afirma ter comprovado a eficácia do Reiki em camundongos.

Em Abril de 2008 foi publicada uma carta de Edzard Ernst (primeiro professor de Medicina Alternativa no mundo) pedindo que a Fundação do Príncipe do País de Gales para a Saúde Integrada retirasse de circulação dois guias que promoviam "medicina alternativa", visto que continham afirmações imprecisas, inclusive a de que reiki poderia ser usado para tratar doenças físicas, mentais e emocionais, visto que não existem evidências para isso.

Há uma divulgação errada em sites e blogs de que a reiki é reconhecida como terapia alternativa complementar pela OMS (Organização Mundial de Saúde). A OMS nunca reconheceu reiki oficialmente, como relatado pelo próprio mestre de reiki que divulgou o suposto reconhecimento.

[4] Terapia Holística (texto de uma anônima):

A Terapia Holística é hoje a alternativa de tratamento de saúde que mais cresce no mundo.

O aumento significativo dessa procura é motivado principalmente pela forma como enfoca o ser humano e seus problemas.

No trabalho holístico o ser humano não se resume apenas ao corpo físico, mas, sim, é visto como um complexo composto basicamente por uma individualidade

inteligente (chamada de corpo emocional ou astral, alma ou espírito), um corpo energético, e um corpo físico, não podendo, assim, serem tratados individualmente.

No enfoque holístico a doença do corpo físico é apenas, e tão somente, o reflexo ou a somatização das desarmonias já existentes no corpo energético e ou emocional. Assim sendo, o tratamento holístico visa tratar não apenas as dores ou desajustes do corpo físico, ou seja, não somente o efeito, mas, sim, busca detectar a origem do mal e tratá-lo, para que, assim, deixe de existir não só o mal, mas também a causa que o provoca.

Fazendo uso das mais variadas técnicas de trabalhos naturais, a terapia holística busca despertar na pessoa o auto equilíbrio corpóreo/psico/social através da correção e harmonização dos seus próprios recursos físicos, emocionais e energéticos, transformando, assim, a desarmonia em saúde e autoconhecimento.

Com essas técnicas, a terapia pode ajudar pessoas com estresse físico e/ou emocional, dores nas costas, ombros, membros superiores e inferiores, ciático; ajuda, ainda, no combate e prevenção de problemas como ansiedade, insônia, depressão, TPM.

Fazendo uso de vários métodos diferentes, a terapia holística pode detectar no corpo energético da pessoa alterações que estejam comprometendo o seu estado físico e/ou emocional, podendo aí auxiliá-lo e orientá-lo nas correções necessárias para o seu reequilíbrio.

É possível também, através do emprego das mãos, com exames de apalpação dinâmica ou estática, identificar desalinhamentos, restrições de movimentos e sinais de alterações estruturais no corpo físico.

Costuma-se dizer na terapia holística que o corpo fala mais do que a boca quando se trata de expor sobre dores e emoções.

É importante esclarecer que, dentro do paradigma holístico e até mesmo legal, o terapeuta holístico não é doutor, por isso ele não “receita”, mas sim “recomenda”, ele nunca “diagnostica”: “avalia”, “analisa”, e nunca se fala em “doenças”, e sim “disfunções”, “desequilíbrios energéticos”, “predisposições”.

Da mesma forma, jamais usa “medicamentos” (que pressupõem, pela própria gênese da palavra, a existência de um médico): recomenda, isto sim, “remédios naturais”, “essências”, “extratos”.

Um bom terapeuta nessa área não se forma com a simples leitura de um ou outro livro, adota esta ou daquela técnica de trabalho, ou ainda com a frequência a qualquer curso da matéria.

Para se formar um bom terapeuta é necessário fazer cursos nas áreas específicas, muita leitura, muita pesquisa, muita prática, e, acima de tudo, uma formação e uma conduta moral muito sólida. Somente assim o terapeuta saberá compreender o valor de servir e respeitar o próximo, e ajudar a evolução da humanidade, que é o verdadeiro espírito do holismo.

Terapeuta é "aquele que cuida do Ser".

Isso implica na responsabilidade de tornar conscientes todos os atos da nossa vida. É uma escola de "desenvolvimento" da consciência humana. Seu enfoque é “transpessoal”, isto é, seu caminho busca o Ser Essencial, o que se tenta descrever desde o início da civilização, de várias formas, mas que não pode ser descrito: "O Tao que pode ser descrito não é o verdadeiro Tao".

Mestre Nisargadatta Maharaj nos ensina que:

“O homem não é um corpo, com cujo nome e forma se identifica, nem uma mente, que é essencialmente uma composição de várias imagens, às quais a memória dá continuidade. O que ele é, seu Ser, não pode ser definido em termos positivos... É melhor definido em termos negativos: não é isso, não é aquilo, não é uma coisa. Pode ser vivenciado quando se vai além das palavras 'Eu sou' e se sustenta no sentimento 'Eu sou'... Embora tenhamos sido condicionados a acreditar que existimos no mundo, a verdade é justamente o oposto: o mundo existe no SER.”

Fred A. Wolf nos lembra uma citação do grande alquimista Eliphas Levi: "A Grande Obra é, acima de todas as coisas, a criação do homem por ele mesmo, isto é, a plena e total conquista das suas faculdades e do seu futuro; é especialmente a perfeita emancipação da sua vontade”.

Oração Mãe Terra

(Xamã Alba Maria):

Mãe Nossa, que estais no céu,

na terra e em toda a parte,

Bendita seja a Tua beleza e a Tua abundância,

Traz aos nossos corações a chave que abre o portal do amor,

Que cada um de nós possa respeitar os caminhos de todos os seres

E o exercício do perdão faça parte de nossa existência.

Que possamos acolher em nossa mesa aqueles que querem partilhar conosco

O alimento sagrado.

*Mãe Nossa, que estais no céu, na terra e em toda a parte,
Que o Propósito maior guie os nossos passos,
E que a batida dos nossos corações possa se unir ao
toque do coração da terra
E assim possamos pulsar em um só ritmo.
Que as estrelas nos guiem nas noites escuras
E que o sol brilhe intensamente em nossos corpos,
Hey Grande Espírito,
Hey Grande Mãe,
Hey Xamã.*

[5] <http://pt.wikipedia.org/wiki/Cromoterapia>

Cromoterapia é a prática da utilização das cores na cura de doenças. Vem sendo utilizada pelo homem desde as antigas civilizações — como Egito antigo, Índia, Grécia e China — com o objetivo de harmonizar o corpo, atuando do nível físico aos mais sutis. Para Hipócrates, saúde e doença dependem da harmonia entre meio ambiente, corpo e mente.

Os adeptos da cromoterapia entendem que cada cor possui uma vibração específica e uma capacidade terapêutica. Isaac Newton no século XVII conseguiu descobrir as cores do arco-íris friccionando um prisma. O cientista alemão Johann Wolfgang von Goethe, no século XVIII, pesquisou durante cerca de 40 anos as cores e descobriu que o vermelho tem propriedade estimulante no organismo, o azul acalma, o amarelo provoca sensações de alegria, e o verde é repousante. Esses efeitos são mais ou menos intensos, dependendo da tonalidade usada.

Atualmente

A cromoterapia consta da relação das principais terapias alternativas ou complementares reconhecidas pela OMS desde 1976, de acordo com a Conferência Internacional de Atendimentos Primários em Saúde de 1962, em Alma-Ata, no Cazaquistão.

Não é reconhecida pela comunidade científica. Entretanto já existem alguns estudos sérios apontando a influência das cores na saúde humana, nomeadamente na área de biomidiologia. Um deles foi desenvolvido pelo Prof. Flávio Mario de Alcântara Calazans, baseado no episódio exibido em 1997 do Desenho Pókemon, em que uma alternância luminosa de cores de espectro oposto no círculo cromático na face de um dos personagens (Pikachu) causou episódios coletivos de epilepsia em crianças japonesas. As cores foram o azul, reconhecido por relaxar o ritmo cardíaco, e o vermelho, cor quente e estimulante.

Ainda, de acordo com o professor:

"1) Vermelho-610 a 760 nanômetros, ondas longas, de grande intensidade, tempo fisiológico de percepção = 0,02 de segundo; acelera o batimento cardíaco, eleva a pressão sanguínea, provoca tensão e agressividade. 2) Branco-sobreposição de todos os comprimentos de onda, sobrecarrega o nervo óptico e o córtex visual primário e secundário (na parte posterior do crânio, acima da vértebra Atlas, sob o osso occipital) saturando e cansando em curto intervalo de tempo e provocando ofuscamento e fadiga-stress. 3) Azul-450 a 500 nanômetros, ondas curtas de intensidade fraca, tempo fisiológico de percepção = 0,06 de segundo; equilibra o ritmo cardíaco, reduz a pressão sistólica, relaxa e acalma. "

Por este episódio, fica relatado o efeito maléfico das variações luminosas intermitentes, numa doença conhecida como Epilepsia Sensitiva Cromática. Entretanto, estudos de duplo-cego refutando ou

confirmando os efeitos benéficos da cromoterapia na saúde humana ainda são ausentes na Ciência médica. O efeito da cromoterapia segue sendo uma hipótese não falseável

Ainda, na área de Teoria das Cores, Goethe, no século XIX, descobriu aspectos fisiológicos das cores posteriormente estudados por Paul Klee e Kandinsky, em seus tratados sobre a Gestalt.

A Cromoterapia também é muito usada no Japão e é praticada pelo japonês desde 1999.

[6] http://pt.wikipedia.org/wiki/Passe_esp%C3%ADrita

O passe é uma prática amplamente difundida entre os espíritas, que consiste, grosso modo, na imposição das mãos feita por um indivíduo, que recebe o nome de passista, sobre outro, que se acha geralmente sentado à sua frente, num ambiente à meia-luz. Segundo diversos teóricos e praticantes do espiritismo, o ato teria o poder de canalizar “fluidos” ou “energias” benéficos, oriundos do próprio passista, de bons espíritos, ou ainda de ambas as fontes somadas. A prática integra habitualmente o chamado tratamento espiritual.

Conceituações

Para os dicionários passes (no plural), é: Ato de passar as mãos repetidamente ante os olhos de uma pessoa para magnetizá-la, ou sobre parte doente de uma pessoa para curá-la..

Jacob Luiz Melo (op. citada abaixo) traz outras definições sobre a cura ou tratamento espiritual pela imposição de mãos, em especial por outras correntes religiosas.

De um pastor colige a seguinte passagem: "(...)começo a cura repousando minhas mãos suavemente sobre a

cabeça das pessoas(...)"¹ e, de um frei católico, esta: "(passes...)...são gestos rápidos e enérgicos que são feitos pela pessoa-que-cura ao lado e ao longo do corpo da pessoa-que-está-sendo-curada".

Tipificação

A classificação dos passes varia de acordo com a ótica pela qual este está sendo analisado.

Recebedor

O passe pode ser classificado, consoante seu recebedor, em individual ou coletivo.

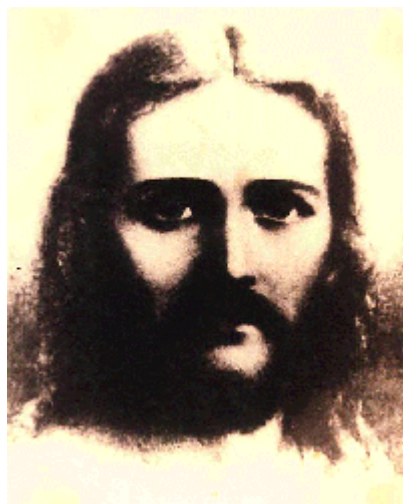
- *O passe individual é aquele onde um ou mais passistas realizam o trabalho de imposição de mãos em cada paciente, a cada vez.*
- *Será coletivo o passe quando o seu objeto for um grupo de indivíduos;*

Existem centros espíritas que dividem o passe individual em passe corrente (mais simples e rápido) e isolado (um pouco mais demorado e complexo).

Passista

Ainda segundo a Doutrina Espírita, aquele que aplica o passe pode atuar com seus fluidos apenas - chamado anímico; ou receber auxílio espiritual, no passe mediúnico³

- *Anímico - será o passe em que há apenas a ação do passista na doação fluídica e magnética.*
- *Mediúnico - onde o passista é mero instrumento na ação do Espírito, sendo que este seria o único a atuar fluídica e magneticamente;*
- *Misto - onde o processo envolveria tanto encarnado como desencarnado.*



(verdadeiro retrato de Jesus, materializado por Sathya Sai Baba e divulgado por Divaldo Pereira Franco em palestra sobre esse missionário indiano)

FIM

<http://www.gazetteering.com/europe/romania/665622-tagu.html>