



HUNA

Boletim nº 137 Edição de abril, maio e junho de 2020



HO' ALAHIA

“DESPERTAR”

EDITORIAL

Nós somos os senhores dos nossos destinos, são os nossos pensamentos e sentimentos que criam a realidade (IKE – princípio primeiro da psicofilosofia Huna). Então, se você não está manifestando a realidade que gostaria em alguma frente da sua vida, é preciso olhar para o seu sistema de crenças, é preciso compreender o que você pensa e sente a respeito – é preciso se auto observar. É por isso que a auto realização, a verdadeira felicidade, só é possível através do autoconhecimento” eu diria: “auto reconhecimento”, pois, em nós tudo está, o que precisamos é “**despertar**”.

Nós não podemos mudar o próximo, a verdadeira transformação só pode ocorrer através do livre arbítrio. E isso corresponde a dizer que nós só podemos mudar a nós mesmos, nós só podemos mudar o nosso interior. E quando você muda, quando desperta para o caminho do amor, para o seu ‘caminho’, mesmo que o externo continue o mesmo, aos seus olhos ele ganha novas cores.

Em outras palavras, mude você, e mudará o mundo, PONO – a eficácia é a medida da verdade!

Movidos por esta energia, desperta no encontro realizado em Torres/RGS o grupo de estudos da AEH – Associação de Estudos Huna traz nesta edição a intenção de relembrar conceitos da filosofia polinésia, conhecida por nós como sistema HUNA.

Boa leitura

Equipe cultural AEH

Neri e Heloisa

Abril / Maio / Junho 2020

PRINCIPIOS DO HUNA
E O EMPREENDER-SE

IKE
*O mundo é o que você
pensa que é*



VISÃO



KALA
Não existem limites

CLAREZA



ALOHA
Amar é estar feliz com

BENÇÃO

MAKIA
*A energia flui para
onde a atenção vai*



ENFOQUE

MANA
*Todo poder vem do
interior*



EMPODERAMENTO



MANAWA
*Agora é o momento de
poder*

PRESENÇA



PONO
*A eficácia é a medida
da verdade*

PARTICIPAÇÃO



PRINCIPIOS DA HUNA
E O EMPREENDER-SE



HUNA

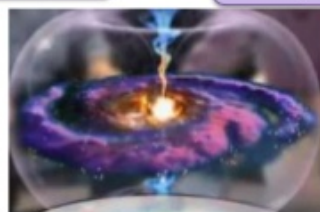
Segredo
*Aquilo que é difícil de
se ver*

HU

movimento

NA

quietude



Os 7 princípios da filosofia Huna

Somos absolutamente livres quando somos absolutamente responsáveis.

O que é a filosofia Huna: Na verdade, é um modo de vida praticado pelos povos nativos dos Kahunas no Havaí. O conhecimento psicofilosófico foi restaurado pelo psicólogo americano Max Freedom Long. Hoje é uma técnica de realização que pode ser aplicada por cada um em seu campo pessoal, social e profissional. A palavra HUNA é sempre traduzida como "secreta", mas realmente significa aquilo que é difícil de ver. Se dividirmos a palavra HU e NA, teremos os dois aspectos fundamentais do universo. É muito semelhante ao Yin e Yang. HU significa basicamente "movimento" e NA significa "calma, quietude". Todo mundo manifestado é uma combinação desses dois aspectos.

Exigências: O único requisito é não usá-lo para ferir, prejudicar alguém ou a si mesmo e estar disposto a trabalhar para alcançar os resultados.

Sistema: É um sistema simples e completamente lógico; não requer faculdades ou talentos mediúnicos ou sensíveis. Não se destina a ser o único ou o melhor sistema ou método. Huna é tolerante ao reconhecer que todo sistema é arbitrário, respeita o adepto e é crítico; não reconhece dogmas. Ao contrário de muitos sistemas místicos de pensamento que exigem fé inquestionável sem o conhecimento de como eles funcionam, em Huna é encorajado a questionar, porque é um sistema aberto, sem dogmas e sem a pretensão de terminar. Não é necessário acreditar em Huna, você só precisa experimentá-lo.

Elementos: Segundo os Kahunas, nossa psique, funcionamento e estrutura são formados por três elementos: Unihipili, o Eu Básico ou Subconsciente onipresente, que produz e armazena energia vital (mana), mantém as funções vitais do corpo humano, sede da memória e das emoções sem raciocínio lógico, mas dedutivo e suscetível a sugestões. Uthane, o Eu Médio, a Mente Consciente, racional, o intelecto, a pessoa responsável pela programação e orientação da vida nesta dimensão. Cada pensamento funciona como uma semente plantada no solo fértil do Eu Básico. Aumakua, o Eu Superior ou

Superconsciente, habita outro plano dimensional, mas está ligado ao Básico e ao Médio através de uma substância invisível (aka). Cada um está no seu nível de aprendizado e um depende da evolução do outro para obter a Luz.

A FILOSOFIA HUNA

1. IKE: O mundo é o que se pensa.
2. KALA: Não há limites.
3. MAKIA: A energia flui para onde a atenção vai.
4. MANAWA: O momento do poder é agora.
5. ALOHA: Amar é ser feliz sem motivo.
6. MANA: Todo poder vem de dentro de si.
7. PONO: O efetivo é a medida do verdadeiro.

Representação dos 7 PRINCÍPIOS

1) IKE - Percepção. O mundo é o que você pensa que é. Você cria sua própria experiência da realidade através de suas crenças, expectativas, atitudes, desejos, medos, julgamentos, sentimentos, pensamentos e ações.

- A. Ike Papakahi - Torne-se consciente dos objetos no ambiente.
- B. Ike Papalua - Fale com os objetos no ambiente.
- C. Ike Papakolu - Experimente o meio ambiente como um sonho.
- D. Ike Papaha (Papakahuna) - Experimente o ambiente como se você fosse você mesmo.

Apelo à ação: a partir do Princípio Sagrado do IKE, que a sabedoria seja aberta ao amanhecer sobre nós, para que possamos ver as coisas com a clareza de ikepapalua, vivendo e operando em ikepapakahi.

2) KALA - Não há limites. Não há limites reais entre você e seu corpo, entre você e as pessoas, entre você e o mundo, entre você e Deus. A separação é uma ilusão.

- A. Relaxe seu corpo.
- B. Mova sua energia.
- C. Com licença.

D. Faça conexão com o mundo.

Apelo à ação: A partir do Princípio Sagrado de KALA, que a sabedoria esclareça e mantenha consciente, todas as partes do universo, para mostrar outros aspectos de nós mesmos ao mundo.

3) MAKIA - Foco. A energia flui para onde sua atenção vai. Os pensamentos e sentimentos que você hospeda, conscientemente ou não, formam um esquema, um projeto, um desenho ou plano para que a experiência mais próxima e equivalente a esses pensamentos e sentimentos chegue até você. A atenção direcionada é o canal para o fluxo de energia biológica e energia cósmica.

A. Estabeleça objetivos pessoais.

B. Estabeleça objetivos sociais.

C. Estabeleça metas vocacionais.

D. Estabeleça metas espirituais.

Invocação: Do Princípio Sagrado da MAKIA, que o foco seja feito no sentido de fazer a energia fluir em direção aos nossos objetivos, metas e propostas, fazendo com que elas aconteçam.

4) MANAWA - Persistência. Agora é a hora de poder. Você não está preso por nenhuma experiência do passado ou qualquer expectativa do futuro. No momento, você tem o poder de mudar as crenças limitantes e plantar conscientemente as sementes para um futuro de sua escolha. Ao mudar seus pensamentos, você muda sua experiência. Não existe poder real fora de você, pois Deus está dentro.

A. Sinta-se presente em contato.

B. Sinta-se presente no som.

C. Sinta-se presente na visão.

D. Sinta-se presente como um ser espiritual.

Invocação: A partir do Princípio Sagrado da MANAWA, que nossa presença seja constante no aqui-agora, para que haja influência e eficácia em nossas vidas.

5) ALOHA - Amor Amar é ser feliz com... O universo e os seres humanos existem devido ao amor. Em Huna, o amor implica a criação da felicidade. Tudo funciona melhor quando esse princípio é seguido em um nível consciente, pois a felicidade deixa de ser apenas um efeito colateral.

- A. Viva a alegria.
- B. Viva a felicidade.
- C. Viva a bênção.
- D. Viva a beleza.

Invocação: A partir do Princípio Sagrado de ALOHA, que abençoe a todos e a tudo seja bonito e verdadeiro, para que possamos compartilhar os frutos do amor.

6) MANA - Fé. Todo poder vem de dentro. Não existe poder fora de você, porque o poder da Vida do Universo trabalha através de você em sua vida. Você é o canal para esse poder; suas escolhas e decisões o direcionam. Nenhuma outra pessoa tem poder sobre você e seu destino, a menos que você permita.

- A. Amplifique a força física, a flexibilidade.
- B. Evocar sentimentos de fé.
- C. Faça afirmações de fé.
- D. Confie no poder interior.

Apelo à ação: a partir do Princípio Sagrado da MANA, que a sabedoria seja deixada dentro de nós, para que possamos criar nossa própria experiência com permissão consciente e colher os frutos desejados.

7) PONO - Flexibilidade. Eficiência é a medida da verdade. Em outras palavras, como todos os sistemas são arbitrários, somos absolutamente livres para usar o que nem sempre é eficaz.

- A. Pratique a postura positiva.
- B. Pratique sentimentos positivos.
- C. Pratique os propósitos positivos.
- D. Pratique a expectativa positiva.

Invocação: A partir do Princípio Sagrado de PONO, que possamos ter sonhos com a eficácia da verdade, para que a cura seja estabelecida e outras formas de sonhar sejam sempre percebidas.

EXERCÍCIOS

Exercício de Concentração 1 - Retenção de imagem: relaxe, acalme sua mente e observe uma vela ou abajur. Coloque essa luz à sua frente, a uma certa distância e olhe para ela por um minuto ou dois. Feche os olhos e concentre-se na posição da imagem que isso gerará atrás das pálpebras fechadas. Tente manter a visão nele o maior tempo possível. Use a percepção e a respiração para manter a mente limpa nesse processo. Tente aumentar a imagem até que desapareça.

Exercício de Concentração 2 - Corrigir um ponto: escolha um ponto na parede e olhe para ele. Não se concentre, apenas olhe para ele um pouco. Limpe sua mente de todos os pensamentos e tente mantê-la vazia por todos os meios. Concentre-se muito na percepção da respiração enquanto faz isso. Quando você sentir um pensamento surgir, livre-se dele, não o deixe terminar! Mantenha isso pelo maior tempo possível. Faça isso várias vezes ao dia, o máximo que puder.

Exercício de Concentração 3 - Respiração energética: Sente-se e relaxe. Feche os olhos e limpe sua mente. Faça o exercício de percepção da respiração e imagine que o ar que você está inspirando é energia brilhante, com o tom da sua cor favorita. Imagine que o ar que você está exalando é cinza escura, cheia de lixo tóxico. Este é um exercício de purificação. Ele estimula seus chakras a absorver energia durante a inspiração e a se livrar da energia negativa na expiração.

PRÁTICAS PIKOPIKO

É uma técnica de respiração que permite aumentar o poder pessoal e exercer maior eficácia na arte da bênção. Concentre sua atenção na sua respiração. Sinta o ar entrando e saindo pelo nariz. Coloque a palma de uma mão no umbigo e a palma da outra no topo da cabeça. Inspire, concentrando sua atenção no topo da cabeça e expire, concentrando sua atenção no umbigo. Permaneça neste exercício pelo tempo que desejar. Quando você se sentir relaxado e energizado, visualize uma névoa luminosa penetrando em seu nariz. Abençoe a si mesmo, as pessoas com quem vive, o planeta Terra e todos os seres vivos, animais e plantas. Abençoe a beleza, a riqueza, a saúde, o sucesso, o conforto e o trabalho. Tente fazer esse exercício todos os dias ao amanhecer. Transforme o ato de abençoar em um hábito constante e sinta os resultados.

EU Médio → EU Básico

Lembre-se, com imagens e sons, como você tinha 20 anos. Neste momento, você pode olhar para o álbum de fotos. Olhe para aquele jovem com calma, lembre-se do momento em que alguém o fotografou. Onde eu estava, o que estava fazendo. Olhe para as roupas, os cabelos, a expressão daquele rosto incorporado na foto. Tente se lembrar profundamente de como você encarou sua vida, como imaginou seu futuro. Feche os olhos e volte um pouco mais no passado. Seus 15 anos, se houve uma festa, ou não, assim como seus cabelos, que tipo de roupa ele costumava usar, jargão, seus melhores amigos, seus nomes. Lembre-se da rua onde eu morava. Como era a casa dele, eu vaguei pelos quartos de sua casa adolescente. Vá para a cozinha, tente se lembrar de sua mãe, lembre-se de alguma imagem que foi vista através da janela do seu quarto. Aprofunde-se nessas lembranças, tente se lembrar de sua mãe ligando para você, ande mentalmente pela casa quando sua mente tentar remover sua imagem do momento. Aqui também permito que você veja as fotografias. Mantenha contato consigo mesmo, lembrando suas emoções, seus desejos, seus sentimentos. Como você era e o que queria aos 15 anos. Continue nesta viagem ao passado, lembrando como você estava com

aproximadamente 10 anos. Revise mentalmente seus caminhos naquele tempo, sua casa, seu prédio, a rua onde ele morava, assim como seus amigos, quais piadas ele mais gostava, tente lembrar como seus cabelos eram curtos, grossos, ele usava trança, rabo de cavalo? E suas roupas, como ele costumava se vestir? Shorts, frente única e no inverno, tentam lembrar em detalhes algum episódio dessa época que deixou emoções profundas. Se uma memória triste o assalta, a aceita, sente a emoção, você pode fazer isso porque, afinal, acabou, para que você não precise odiá-la ou se sentir perturbada por ela agora. Lembre-se de seus amigos, pais, irmãos, avós, vizinhos, tios, todos que você puder se lembrar. Tente se lembrar mentalmente de cada um dos detalhes. Sempre e especialmente você deve estar no palco. Ficando totalmente relaxado, respire fundo e mergulhe ainda mais no passado, lembre-se da sua escola de primeiro grau. Caminhe pelo pátio da escola. Reviva a criança correndo pelos corredores e entre na sala de aula, aqui você terá cerca de 8 anos de idade. Refaça mentalmente o caminho que você estava seguindo de volta para sua casa. Reconheça mentalmente as ruas, casas, estabelecimentos comerciais, vizinhos, entre em sua casa de quando tinha 8 anos, como eu geralmente entrava na porta? Pela principal? Ou pela parte traseira? Você vai direto para o almoço, quem cozinhou? Como foram esses encontros familiares? Qual é a sua comida favorita na época? Você era uma criança alegre ou calma. Ele era curioso ou passivo. Seus pais prestaram atenção nele? Onde ele brincou e com quem? Reviva aquela criança que é você e que agora está aqui, tão viva e cheia de sonhos no quadro de sua memória. Veja como ele / ela está vivo, como ele / ela se sente, como ele / ela ri, como ele chora, veja-o vivo, pois é assim que ele / ela está agora escondido dentro de você. Olhe atentamente para aquela criança, segure-a com força, abraçando-a com um abraço amoroso da alma. Agora, chame-o pelo sobrenome e convide-o para conversar com você. Fique aqui com ele no colo, aninhado no coração, cheio de coisas agradáveis a seu respeito. Ele / ela está aqui com você agora. Respire fundo e permaneça imóvel, consciente, alerta, porque você acabou de ter a reunião mais importante de toda a sua vida. Deixe as emoções fluírem, não tente exercer controle, abra as portas do seu coração,

deixe as ondas de emoções passarem silenciosamente. O importante é que o contato foi feito.

Agradecimentos à jornalista Beatriz Fagundes



Por que se autoconhecer?

“DESPERTAR”!

Você É Deus se manifestando de forma individualizada, você É o Todo se manifestando na terceira dimensão.

E Deus, o Todo, é o amor incondicional. Então se você se sente alguém diferente de Deus, se você se sente separado do Todo, quer dizer que você se sente separado do amor incondicional.

E eis aí a fonte de todos os seus problemas: a ilusão de que você está separado de Deus. Todo sofrimento, todo medo, todo sentimento de baixa vibração que você possa vir a experimentar, deriva do fato de você ter caído no esquecimento sobre quem você realmente É, vem da falsa sensação de separação que você está experienciando há milênios.

E por mais que o meu propósito, a minha missão, seja te ajudar a se recordar a sua verdadeira essência, nem eu nem ninguém tem o poder de se sentir Deus por você, ou seja, somente você é capaz de despertar do sonho, somente você é capaz de acordar da ilusão.

E o caminho do despertar é o caminho do autoconhecimento, pois, o que te impede de manifestar o seu verdadeiro Eu, são as crenças limitantes que você aceitou para si, que você tomou como verdade.

Então enquanto você não enxergar essas crenças, enquanto não tiver clareza das suas ilusões, do seu inconsciente, você continuará seguindo um caminho que, por mais que te dê algum prazer, nem de longe te levará à auto realização, nem de longe te levará a alegria de estar consciente da sua divindade.

E é por isso que a resposta à pergunta “Por que se autoconhecer?” é muito simples: porque o autoconhecimento é o único caminho para a verdadeira felicidade.

Como disse anteriormente, eu não posso me sentir Deus por você, essa tarefa é exclusivamente sua. Mas eu posso te ajudar a acelerar o processo, te ajudando a compreender Deus de forma intelectual e, quando eu digo de forma intelectual, eu quero dizer compreender a lógica de Deus, a sua estrutura técnica.

É muito mais fácil você sentir algo que você já tem uma compreensão mental desse algo, em outras palavras, é muito mais fácil você se sentir Deus se você compreender mentalmente Deus.

Eu respeito a opinião de cada um, eu honro o estado de consciência de cada irmão, mas na minha visão de mundo, Deus não é um mistério, Ele é o amor incondicional que, intelectualmente falando, pode ser facilmente compreendido através da mecânica quântica.

Então neste momento eu peço, por amor, que você entre em estado meditativo. E entenda entrar em estado meditativo como entrar em um estado de observação, de não julgamento.

Sendo assim, apenas observe as informações que eu irei te passar, não julgue se está certo ou errado, não concorde e nem discorde, apenas observe, deixe a informação passar por você.

Considerações feita, vamos aos trabalhos!

Nós somos feitos de órgãos, que são feitos por células, que são feitos por moléculas, que são feitas por átomos, que são feitos por prótons, nêutrons e elétrons. Os prótons, por sua vez, são feitos de quarks e, os quarks, são feitos por bósons de Higgs. “Abaixo” do bóson de Higgs está o que foi nomeado pela ciência como vácuo quântico, esse é o caminho que iremos encontrar se formos dando um zoom em qualquer parte do nosso corpo.

A questão é que o nome vácuo quântico não ajuda em nada na sua compreensão, a palavra vácuo dá ideia de vazio, dá uma sensação de nada. E isso está longe de ser a realidade, vácuo quântico, é o nome técnico dado a Deus, o Todo, ou seja, o vácuo quântico é onipresente, onisciente e onipotente. O que eu quero dizer é que o vácuo quântico, de vácuo, não tem nada, na verdade, ele É infinitas possibilidades.

Esse nome foi dado porque é exatamente essa a visão da ciência materialista, para ela, o bóson de Higgs aparece “do nada”, aparece do vácuo.

E o vácuo quântico se manifesta na forma de uma onda que vibra em uma frequência, literalmente, inimaginavelmente rápida. Quando Ele reduz a frequência de uma parte Dele mesmo, surge o bóson de Higgs.

Os bósons de Higgs se reúnem, reduzem a frequência e dão origem aos quarks; os quarks se reúnem, reduzem a frequência e dão origem aos prótons; os prótons se reúnem com os nêutrons e elétrons, reduzem a frequência e dão origem aos átomos; os átomos se reúnem, reduzem a frequência e dão origem as moléculas; as moléculas se reúnem, reduzem a frequência e dão origem as células; as células se reúnem, reduzem a frequência e dão origem aos órgãos; os órgãos se reúnem e dão origem a você.

Na realidade não existe nada material, tudo é uma onda vibrando em uma certa frequência. Acontece que as frequências que constituem a faixa de vibração da terceira dimensão, ao serem captadas pelos sentidos físicos, dão a falsa sensação de materialidade, de massa.

E é essa a mesma lógica para tudo no universo, é tudo uma questão de redução de frequência e organização. Reduzindo a frequência e se organizando da forma “X” dará origem a um órgão humano; reduzindo a frequência e se organizando da maneira “Y” dará origem a uma cadeira; reduzindo a frequência e se organizando da forma “Z” dará origem a lua, etc.

O que eu quero que todos compreendam é que o vácuo quântico É tudo que existe, Ele É a fonte de tudo, Ele É a substância de tudo, Ele É a causa raiz de tudo.

O que quero dizer é que o vácuo quântico não deixa de ser o vácuo quântico simplesmente porque reduziu sua frequência e se transformou no que convencionamos chamar de bóson de Higgs. Na verdade, o bóson de Higgs é o vácuo quântico atuando como bóson de Higgs. E é a mesma lógica para os quarks, prótons, nêutrons, elétrons, átomos, moléculas, células, órgãos, seres humanos, carros, celulares, planetas, galáxias, etc.

O que precisa ficar claro é que um elétron não é um elétron, ele está um elétron. O que eu quero dizer é que essa “partezinha” do vácuo quântico que reduziu sua frequência até virar um elétron, na verdade, tem a potencialidade para ser qualquer coisa – infinitas possibilidades – mas nesse caso em específico, Ele está se manifestando como um elétron.

O que eu quero dizer é que o vácuo quântico, ou seja, Deus, está em todos os átomos do seu corpo. E quando eu digo que Ele está em cada átomo do seu corpo, eu quero dizer que Ele TODO está em cada átomo do seu corpo. Toda onipotência e toda onisciência estão em todos os átomos, em todas as subpartículas do seu corpo, somente assim Ele poderia ser onipresente.

É essa lógica que todos precisam compreender: o Todo, para ser o Todo, precisa estar TODO em todos os lugares ao mesmo tempo. Não existe um átomo mais Deus que outro; não é porque uma célula é uma organização do vácuo quântico mais complexa que uma molécula que ela seja mais Deus que a molécula.

Uma célula é Deus se manifestando na forma de célula, uma molécula é Deus se manifestando na forma de molécula. Um ser humano é Deus se manifestando na forma de um ser humano, uma vaca é Deus se manifestando na forma de uma vaca. Tudo que existiu, existe e existirá é Deus se manifestando em algum formato específico, em algum arquétipo específico.

É por isso que eu peço tanto para que todos estudem mecânica quântica, se você se dedicar aos estudos e não cair na não aceitação da realidade última, você irá compreender o vácuo quântico. E aqui pouco importa como você irá chamá-lo: vácuo quântico, Deus, Todo, Jah, Alá, Jeová, não importa. Seja o nome que você quiser dar, você É esse nome que está dando.

Então quando eu digo que você é Deus não se trata de uma questão mística, religiosa. Se trata de você ser uma organização da redução da frequência da única Fonte que existe – é uma questão técnica, é uma questão de lógica.

O que eu estou tentando fazer através do Despertando, querido irmão, é que você se torne consciente de que qualquer sentimento de inferioridade que você sinta em relação a Deus é puramente mental, se trata de uma crença limitante. A inferioridade, a separação em si, não possuem embasamento lógico nenhum.

As pessoas se sentem mais confortáveis quando expressões como: “Parte do Todo” ou quando a relação “cria/Criador” são utilizadas. E em ambos os casos o conforto advém da falsa sensação de inferioridade, na mente da pessoa, a parte é menor que o Todo, é inferior ao Todo; assim como a cria é menor que o Criador, é inferior ao Criador.

E é exatamente aí que mora a ilusão. A parte não existe, o que existe, é o Todo se manifestando como parte. A parte não é inferior ao Todo, a parte não é menor que o Todo, ela é uma manifestação do Todo em forma de parte, ou seja, tudo que o Todo É, ela É.

Assim como não existe a cria, o que existe, é o Criador se manifestando como cria. A cria não é menor que o Criador, a cria não é inferior ao Criador, a cria É o Criador se manifestando em formato de cria.

E a ilusão da inferioridade, como toda dualidade, vem da falsa sensação de separação da Fonte. Uma coisa só pode ser superior ou inferior a outra se elas estiverem separadas, caso sejam uma coisa só, a comparação simplesmente não tem cabimento.

E é exatamente aí que está o “X” da questão, através dos dogmas religiosos, das crenças limitantes, você realmente passou a acreditar que está separado do vácuo quântico, que está separado de Deus. E é a partir desse estado de consciência que você vem criando a sua realidade há milhares de anos.

E para sair dessa situação você precisa expandir sua consciência, você precisa compreender os mecanismos do ego. Na visão do ego, você dizer que é Deus é uma das afirmações mais arrogantes e prepotentes que um ser pode fazer

quando, na verdade, somente através da arrogância e da prepotência é que você pode se julgar alguém diferente de Deus.

Ao se julgar diferente, separado de Deus, você está querendo dizer que não é somente Deus que existe e que, na verdade, existe você e existe Ele – separados – e nada pode ser mais arrogante e prepotente que isso.

Então enquanto você se acha um bom filho de Deus reconhecendo a sua inferioridade perante o Senhor, na verdade, você está dizendo para Deus: “Deus, eu não acredito que somente você existe, eu não acredito na sua onipresença, eu estou separado de você”.

E o desafio é grande pois é preciso que exista uma inversão na forma de pensar. Enquanto você achar que agir a partir do ego é se achar Deus, você estará caindo feito um patinho na conversa do ego. É exatamente ao contrário, somente através da identificação com o ego é que você pode acreditar na separação, na inferioridade.

É o ego quem se acha separado, é o ego quem cria a superioridade e inferioridade, é o ego quem te deixa cego para a realidade.

Então a questão é simples: ou você está acordado, reconhece que é Deus e, a partir dessa consciência, compreende que só existe saúde, alegria, prosperidade, bem-aventurança, crescimento, evolução, ou está dormindo, está preso a falsa sensação de separação, de inferioridade, e irá criar uma realidade onde exista dor, sofrimento, medo, doença e todo tipo de sentimento de baixa vibração.

O destino de todo ser será o mesmo: o retorno à consciência da sua divindade. E esse caminho de volta pode ser trilhado de duas formas: através do amor ou através da dor.

Eu trabalho para que você possa, assim como eu, seguir pelo caminho do amor. E o caminho do amor é o caminho do autoconhecimento, é o caminho para dentro de si mesmo.

Busque conhecimento, emita amor, seja Luz!

Autor: Raoni Duarte



MANA - 6º princípio da psicofilosofia polinésia (código Huna)

Estamos num desses períodos especiais, embora saibamos que todos são. Tempos de reprogramar, de se reciclar, vendo a polaridade como possibilidade de "criação".

Basta de classificar as coisas, como boas ou más, certas ou erradas, mas usando as duas polaridades para co-criar.

Mas já sabemos que isso tem que ser a partir de dentro, porque sempre é. Pensamentos, sentimentos com consciência.

Tudo começa e termina com respiração, nossa vida começa e termina com uma respiração.

Quando o ar entra, você recebe, quando o ar sai você dá de si.

Começemos com a respiração alternada mental:

É muito interessante fazer o ar entrar somente por uma narina, direita e sair pela outra, só com o comando mental.

Perceba, torne nítido, depois alterne.

Agora, enquanto você respira dessa forma, pense: "qual é a química para eu criar o que desejo"?

Sim, porque você não atrai, VOCÊ CRIA. Você cria e traz as coisas de dentro para fora. Tudo o que você encontra lá fora foi concebido por você, companheiro, casa, trabalho, etc...

Tudo começa dentro e depois manifesta-se fora. Então tudo o que você precisa, é acessar o cérebro do meio, nem o lado esquerdo, nem o lado direito, mas o meio, onde não existe dentro e fora.

A mente Divina não tem nenhuma dificuldade de manifestação.

Os humanos estão sempre orientados para o lado de fora: a profissão, o ganho, a sobrevivência.

Mas o molde do que manifestamos está DENTRO.

Por isso é tão significativa a MEDITAÇÃO, pois meditar é ir para dentro.

Medite no seu objetivo e você será capaz de criá-lo.

Não se preocupe com o lado de fora, este é da manifestação.

Cuide com os pensamentos que se expressam em palavras. São sons mânticos que carregam uma frequência. Palavras são blocos de construção do universo. As vibrações dos filamentos, os fios da teia AKA, que hoje se chama "entrelaçamento quântico".

" NO INÍCIO ERA O VERBO", som, e o verbo se fez matéria.

Então vamos sugerir um exercício do QUADRADO AZUL: escreva nele a palavra ou palavras, que melhor expressam o que você deseja.

Você desenha, lá no céu azul, escreve e fala para você ouvir o som mântico.

Você geometriza, você enquadra na energia primordial, MANA.

Assuma-se na sua totalidade, do seu jeito, olhe com um novo olhar para si mesmo.

7 Reflexões

- 1 - Faça as pazes com o seu passado, para que nada estrague o seu **presente**.
- 2 - O que **os outros** pensam de você, não tem a menor importância.
- 3 - O tempo cura quase tudo, dê **tempo** ao tempo.
- 4 - Ninguém é a razão de sua **felicidade**. Algumas pessoas contribuem, mas **você é a razão**.
- 5 - **Evite** a comparação com os outros. Você nem imagina os contornos da vida deles.
- 6 - **Evite** o exagero de **preocupações**. Ninguém possui todas as respostas.
- 7 - **Sorria**. Alegre-se! Você não têm todos os problemas do mundo.

"VOCÊ ESTÁ AQUI PARA SER VOCÊ E, NÃO SER PARA O OUTRO"
VOCÊ NUNCA CABE NA EXPECTATIVA DO OUTRO

Compreenda: você é que se coloca na posição do outro te desvalorizar.

Seja agradável para você em seu corpo. Seja agradável em suas emoções, seja agradável com tudo e com todos.

E se todos a sua volta forem desagradáveis, é mais uma razão para você o SER. É como se todos estivessem doentes e você saudável.

Tudo é energia, tudo é MANA e tudo que atente contra a lei cósmica, adocece, entristece, desarmoniza e emburrece.

Quando poluímos, seja com pensamentos, palavras ou ações, temos que imediatamente recorrer às reservas espirituais que temos, que produzimos e que vem do INTERIOR.

- Construa agora a sua "NAVE de MANA", que é a CONSCIÊNCIA da sintonia física, etérea, emocional e mental, com o núcleo mais elevado, o AUMAKUA, que é incorruptível.

Viver nessa CONSCIÊNCIA é estar protegido, independente do que ocorre no mundo exterior.

Portanto, assim como a energia nuclear, o corona vírus, etc... representam perigo. A energia MANA, MANA-MANA e MANA-LOA, sustenta e cura o planeta. No livro " Espaço, Tempo e Além", o autor declara que embora os físicos saibam muito sobre energia, eles não sabem o que ela é realmente.

Tudo afeta tudo, o etérico, o astral, nunca é considerado para a visão e interesse puramente econômico, só voltada para o exterior.

Mediante tudo o que acontece em decorrência disso, só podemos contar com as reservas espirituais que temos em nosso interior.

Então, a nossa "NAVE CONSCIÊNCIA", em sintonia com o EU MAIOR e ENERGIA MANA que a tudo sustenta, é com que podemos contar.

De nada adianta ficar com medo das mudanças que estão ocorrendo. Se ancore no seu EU DIVINO e recorde o seu propósito de estar aqui e agora- MANAWA, e conceba as mudanças para melhor.

MANA: seja forte e seja curado a partir de você. RESPIRE, e, EXALE.

Tudo está acontecendo para a LIMPEZA, o planeta está se elevando.

Receba as ondas de apoio da respiração. VOCÊ CRIA A SUA REALIDADE- IKE.

A ajuda vem do que você cria.

Quando INSPIRAR, receba. Quando você exalar você dá o melhor de si.

IKE LA'A KEA - Heloisa Emer

Buscando encontrar e desenvolver essa energia por nós conhecida como MANA, contamos com a colaboração da associada Catherine Michelon Emer com o exercício que segue:



Técnica – criação do ponto da não funcionalidade para depósito da sua lixeira interior

Coloque-se numa postura de meditação, faça algumas respirações lentas e profundas, feche os olhos. Busque na sua memória todas as situações ruins da sua vida que te despertaram sentimentos ruins como medo, inveja, raiva, culpa, rejeição, egoísmo... tente se lembrar dos momentos em sua vida que você se deparou com esses sentimentos, até o dia hoje. Todos os momentos que você conseguir lembrar. Esperar 1 minuto. Respiração lenta e profunda /solta o ar **RLP + SA.**

Os sentimentos negativos são devastadores e te desconectam imediatamente da fonte divina. Alguns deles, o medo, a culpa, a raiva, a inveja, a rejeição, o egoísmo, são causados por traumas, crenças hereditárias, tradições de família. Esses sentimentos estão todos impedindo você de viver uma vida extraordinária. Esses pensamentos bloqueiam sua vida. Hoje vamos eliminar essas lembranças da nossa memória fazendo com que **IKE** se manifeste plenamente de forma positiva na sua vida.

Agora, analise os momentos que você conseguiu lembrar no início da prática, seu lixo interior, sua bagagem mental, seus registros **akáshicos** e escolha um deles, um episódio da sua vida que você identificou 1 ou mais daqueles sentimentos negativos, escolha aquele em que você consiga identificar a maior quantidade de sentimentos negativos e identifique qual/quais desses sentimentos continuam presentes no momento atual. (**MAKIA**)

Agora, você vai dar notas para cada sentimento ruim que você identificou no momento que você escolheu. Você vai quantificar de 0 a 10. Pode ser que alguns desses sentimentos estejam muito latentes para você agora. Então, quantifique: quanto você está sentindo de raiva hoje? De 0 a 10, o quanto você está sentindo de inveja hoje? De 0 a 10, o quanto você está sentindo de rejeição hoje? Culpa? Medo? Respiração Lenta e Profunda. RLP

Essa clareza, advinda dessa quantificação, nesse momento é muito importante, porque ela nos possibilita criar os momentos futuros conscientemente. Tem um ditado que diz que “a luz de um evento passado cria um evento futuro”. Em outras palavras, essa clareza de uma situação que passou e que te incomodou é essa luz do evento passado e você, clareando essa luz, iluminando essa questão, você vai criar um novo e harmonioso evento futuro. Esse é o seu momento de poder (**MANAWA**). RLP + SA

Agora, imagine uma esfera branca, ao lado esquerdo da sua cabeça. Utilize seu terceiro olho, sua pineal para criar um canal entre você e sua esfera. Através desse canal, envie para sua esfera branca todo seu lixo interior, toda memória de situações ruins que você conseguiu identificar agora, tudo que veio a sua lembrança, você vai guiando através do seu terceiro olho, cada uma dessas informações, para sua esfera branca. Coloque todos os sentimentos negativos que você percebeu nessa esfera. Todas as memórias de raiva, frustrações, dor, medo, rejeição, você vai colocando nessa esfera branca. RLP

Assim que você tiver colocado todos esses sentimentos, esses traumas, essas lembranças, tudo o que você conseguir identificar como “lixo”, que você não quer mais, tudo o que você conseguir, você vai começar uma leve e pausada diminuição da sua esfera branca. Você imagina sua esfera sendo encolhida por uma força do universo, lentamente, aos poucos, essa esfera vai diminuindo, vai

diminuindo, até chegar ao tamanho de um grão de areia. Um grão de areia que está flutuando a esquerda da sua cabeça.

Agora, você cria a sua direita, um ponto preto, um ponto da não funcionalidade, um buraco negro, onde, a parti de hoje, você vai poder colocar tudo o que você não deseja mais. Não há limites (**KALA**) Então, você começa a guiar, mentalmente, sua esfera branca, que agora tem o tamanho de um grão de areia, que está com todas as informações frustradas da sua vida, até chegar no ponto da não funcionalidade, um ponto preto, que tem a mesma função de um buraco negro, e você insere o grão de areia no buraco negro, e você vê que o buraco vai se fechando aos poucos, e ao inserir a esfera branca no ponto da não funcionalidade, você apaga a luz desses eventos traumáticos.

E você sente a energia do seu corpo agora purificada, sente o calor do seu corpo agora amplificado, sente agora a presença predominante de boas memórias de bons sentimentos. O seu poder vem de dentro (**MANA**). E você sabe que seu ponto preto, seu buraco negro pode ser solicitado, sempre que você desejar.

Agora, você repte comigo:

“Eu, e diga seu nome, apago a luz desses eventos negativos, que foram acesas no passado, jogando no ponto da não funcionalidade, me libero de traumas, crenças limitantes e bloqueios”. RLP. E agora, com toda intenção da sua alma, você repete de novo comigo: “Apaguei a luz desses eventos”.

E agora que você conhece sabe que existe e sabe como e para que funciona esse ponto da não funcionalidade, sempre que você se deparar com uma situação ruim, você envia direto esse pensamento, esse sentimento para esse ponto. E assim, a sua vida vai ficar mais alegre, mais leve, mais equilibrada, mais harmonizada, mais feliz (**ALOHA**).

E aos poucos, você vai retornando ao aqui e agora (**MANAWA**), sentindo o calor e a energia do seu corpo agora revigorados, tranquilizados.

Adaptado de: Técnica do ponto da não funcionalidade, retirado de maratona de Grabovoi na Prática de Diego Araújo, realizado em janeiro de 2020.

MUDANDO A REALIDADE de Serge Kahili King

Publicação: ano 2010, Huna, Xamanismo, Havaí

Tradução: Luciene Lima, para estudos com o Grupo Metafisico Jardim Sagrado e AEH
páginas 97 a 122



ESTRUTURAS MENTAIS PARA A RECEPÇÃO TELEPÁTICA

Entre as muitas técnicas para aprender a recepção telepática, muitas vezes você vai se deparar com a prática de imaginar uma tela de cinema em branco e deixar que a informação telepática apareça nela.

Isso é o que eu chamo de “estrutura peser”, um dispositivo mental para facilitar o processo. Eu digo, se ajudar, use.

Mas uma tela não funciona para todos, então não limite sua criatividade. Pessoalmente, acho que uma tela realmente prejudica meu estilo.

Hoje em dia, eu raramente uso qualquer tipo de estrutura, mas isso não é necessariamente um método melhor. É só o meu jeito.

Para aqueles de vocês que podem achar isso útil, abaixo uma lista de ideias para estruturas peser que você pode adaptar ou mudar para qualquer modo que lhe agrade.

Lembre-se, você usa sua imaginação para criar as estruturas:

1. Um ajudante humano ou humanoide que faz um movimento rápido e traz a informação em palavras e imagens (elfos e fadas são os favoritos);
2. Animais que fazem a mesma coisa (um amigo usa um unicórnio). Isso é muito popular entre os xamãs;
3. Um videofone (mais sofisticado que uma tela de cinema); um aparelho de comunicação no estilo satélite; uma imagem de um simples círculo no qual a informação aparece, como texto ou imagens.



ESTRUTURAS FÍSICAS PARA A RECEPÇÃO TELEPÁTICA

Todas as culturas do mundo desenvolveram algum tipo de ferramenta física para receber informações telepáticas. O processo é geralmente chamado de “adivinhação”, infelizmente definido como “buscar informações sobre o futuro ou o desconhecido por meios sobrenaturais”. Tudo o que nos diz é que as pessoas que escreveram o dicionário não sabem nada sobre isso. Pelo menos um bom dicionário define isso como "ter percepção por intuição ou insight".

Estou prestes a lhe contar um enorme segredo, então preste atenção: o único benefício de qualquer uma das milhares de ferramentas de adivinhação que as pessoas desenvolveram através das eras é ajudá-lo a se adaptar melhor a algo. Tudo o mais dito sobre eles é exagero. Por outro lado, ajudá-lo a sintonizar alguém ou algo pode ser um benefício realmente bom. E assim como usamos diferentes ferramentas para ganhar conhecimento no mundo objetivo, de acordo com o que queremos saber (livros, revistas, jornais, websites, etc.), também podemos usar diferentes ferramentas no mundo subjetivo a fim de obter o tipo de conhecimento que queremos também.



Como eu disse, existem milhares de tipos de ferramentas de adivinhação, mas as mais conhecidas hoje são as cartas de tarô (e suas muitas variações modernas) e o chinês I Ching.

Eu falo sobre outras ferramentas menos conhecidas em meus livros Urban Shaman [Xamã Urbano] e “Earth Energies” (Energias da Terra).

Você pode encontrar uma boa variedade dessas ferramentas na maioria das livrarias comuns e em qualquer loja metafísica, portanto não vou me incomodar em descrever esses sistemas aqui. Recomendo, no entanto, que você considere usá-las como ferramentas para treinar sua própria capacidade de sintonia.



Outra ferramenta bem conhecida para se sintonizar, mas muito incompreendida, é uma bola de cristal.

Na minha pesquisa inicial, eu corri atrás de uma descrição do metafísico inglês do século XVII, John Donne, em busca de informações sobre uma bola de cristal.

Grande ênfase foi colocada sobre a necessidade de um cristal perfeito e o uso de um jovem virgem para realizar a leitura da bola de cristal, bem como sobre a necessidade de uma certa quantidade de ritual. A crença na época, que ainda persiste, é que uma imagem aparecerá dentro do cristal. Depois de anos de profunda pesquisa e prática, descobri que, depois de olhar para o cristal por um tempo, sua mente cria uma espécie de tela sobre o cristal em que imagens, vindas de sua mente, podem aparecer.

Isso explica por que tantas variações dessa prática foram desenvolvidas por culturas ao redor do mundo.

No antigo Egito, os videntes usavam uma piscina de água clara. Na Mongólia, os xamãs usam um disco polido de latão. Na minha coleção havaiana de ferramentas de adivinhação, eu tenho um "espelho mágico" feito de basalto polido que foi colocado em uma tigela de pedra e coberto com água para produzir o mesmo efeito.

E foi durante minha pesquisa que me lembrei de uma experiência quase esquecida com minha avó italiana, que me ensinou a adivinhar usando um ponto de luz solar em uma mesa de fórmica em sua cozinha.

Nos dias de hoje, para os estudantes interessados, eu recomendo um círculo desenhado ou em uma folha branca de papel, ou um aro de qualquer material daqueles usados em bordados ou tecelagem).

Um tamanho de quatro a seis polegadas (dez a quinze centímetros) parece funcionar melhor.

Comece relaxando e respirando profundamente ou usando o exercício de energia dado anteriormente.

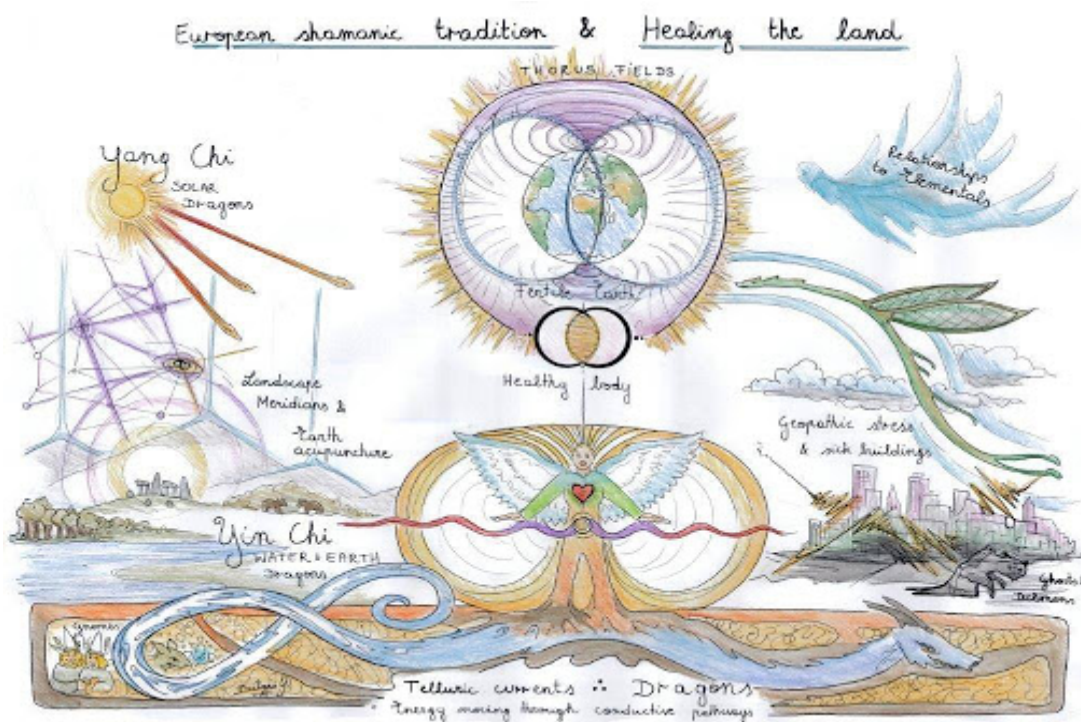
Então apenas olhe para o espaço dentro do círculo com um foco suave, com ou sem intenção.

Os resultados típicos podem ser uma sensação de aumento de energia e talvez até uma sensação visual de movimento dentro do círculo, um efeito como uma tigela se formando no círculo, ou um efeito como uma tigela de cabeça para baixo se formando acima dela.

Com a prática, também haverá imagens, como curtos devaneios.

Lembre-se de que algumas pessoas trabalham melhor com uma estrutura física e, outras, preferem trabalhar sem ela.

Uma versão simplificada de uma estrutura física mais incomum usada para recebimento telepático geralmente atende pelo nome de um dispositivo “radiônico” ou “psicotrônico”.



Neste livro, eu chamo de Dispositivo Telepático Receptor (DTR).

Em meu livro 'Earth Energies', eu descrevo esses dispositivos em detalhes e dou os planos para um simples.

Aqui está uma versão mais simplificada:

Primeiro, um pouco de histórico essencial:

Um DTR ajuda você a ajustar seu foco (ou focar bem sua sintonia, o que você preferir).

A forma fundamental de tal dispositivo consiste num componente de entrada, que é apenas uma forma física de expressar a informação que você está recebendo; um amplificador de algum tipo para aumentando o efeito; e um componente de saída para envio telepático.

Nesta seção, nos preocuparemos apenas com a entrada. Se você sentir necessidade de um amplificador, use o exercício de respiração dado anteriormente.

Na maioria dos DTR's, o componente de entrada é um pêndulo ou um bloco de algum tipo no qual você esfrega seus dedos.

Aqui está uma breve descrição de como cada uma dessas obras funciona (e não se incomode com o fato de que muitas pessoas não concordam com isso). Um pêndulo - qualquer objeto pendurado em uma corda ou corrente que seja capaz de balançar-se livremente - funciona respondendo aos movimentos micro musculares de seus dedos, que respondem a uma pergunta focada que você faz sobre algo. A área onde você esfrega é semelhante, exceto pelo fato de que ele não está respondendo. Neste caso, toda a resposta está vindo de seus dedos enquanto eles esfregam.

Em resposta à sua pergunta, eles ou deslizam suavemente ou parecem "grudar" em algum grau. Este último é causado por micro mudanças na pressão e/ou alterações no atrito da pele.

Para melhores resultados, você deve dar instruções ao seu corpo (telepaticamente ou em voz alta) sobre como responder às suas perguntas (telepáticas ou em voz alta).



O pêndulo tem o maior leque de respostas, porque você pode escolher o significado para dar aos seguintes tipos de respostas: círculo no sentido horário, círculo no sentido anti-horário, balanço para frente e para trás, balanço lado a lado. Você pode refinar isso dando significados adicionais à amplitude das oscilações.

A fricção dos dedos limita-se a escorregar e colar, mas, com a prática e a atenção, você pode desenvolver a consciência das diferenças no grau de escorregamento e apoio que podem lhe dar informações adicionais.

Os tipos de perguntas são limitados apenas pela sua imaginação e criatividade.

Os tipos de respostas podem parecer limitados a sim e não, ou escolhas simples entre duas ou mais coisas; mas, usados da maneira certa, eles se tornam uma fonte ilimitada de informações.

Abaixo está uma lista de algumas das possibilidades usando apenas respostas sim/positivas e não/negativas, com uma resposta de quietude para o pêndulo e um semicírculo para esfregar a fim de indicar incerteza. Algumas categorias funcionam melhor com uma lista de opções.

Seleção

- Escolher os melhores alimentos, vitaminas, minerais, medicamentos
- Escolher um emprego, carreira, funcionário, escola, curso, professor ou área para viver ou tirar férias

- Fazer escolhas entre dois ou mais itens

Análise

- Analisar o conteúdo de alimentos ou amostras minerais
- Analisar a condição do corpo físico ou qualquer objeto
- Analisar a estrutura de complexos e sistemas de crenças

Avaliação

- Determinar compatibilidade física, emocional, mental e espiritual para pessoas, lugares, animais, plantas e coisas
- Avaliando qualidades ou características de pessoas, lugares e coisas

Medição

- Medir qualquer coisa que possa ser medida, como tempo, espaço, volume, distância, pressão, profundidade, alcance, densidade, intensidade e frequências

Indicação

- Indicar direção, localização e limites

Comunicação

- Comunicar-se com o subconsciente ou telepaticamente com alguém ou qualquer coisa

O material ou a forma do pêndulo realmente não importa, contanto que você goste. Algumas pessoas gostam deles longos e alguns gostam deles curtos, alguns como materiais naturais e alguns como os fabricados.

Eu tenho cerca de uma dúzia de pêndulos que eu gosto, mas o meu favorito é um medalhão de prata no estilo chaveiro/canivete/faca/cortador de unha no formato de sereia que ganhei de presente quando estive na África.



Já a base, portátil é a mais prática e a suavidade é o segredo. Eu gosto de usar um pedaço de labradorite liso e polido que mantenho na minha mesa, mas um cartão de crédito ou cartão de plástico antigo funcionará muito bem. Quando não tenho nada adequado comigo, apenas esfrego o polegar nos dois primeiros dedos.

Como a principal suposição da realidade do segundo nível é que tudo está conectado, é lógico que o que você deseja verificar com o pêndulo não precisa estar bem na sua frente.

Correndo o risco de repetir algumas das minhas experiências registradas em 'Earth Energies', quero mencionar a possibilidade da radiestesia remota (a radiestesia é um modo subjetivo de obter informação sobre alguém ou algo com a ajuda de uma ferramenta como uma haste ou pendulo, e é usada com mais frequência como uma forma secundária de procurar água.

A radiestesia remota é a mesma coisa feita à distância usando um símbolo ou representação de uma pessoa, lugar ou coisa eu você deseja localizar).

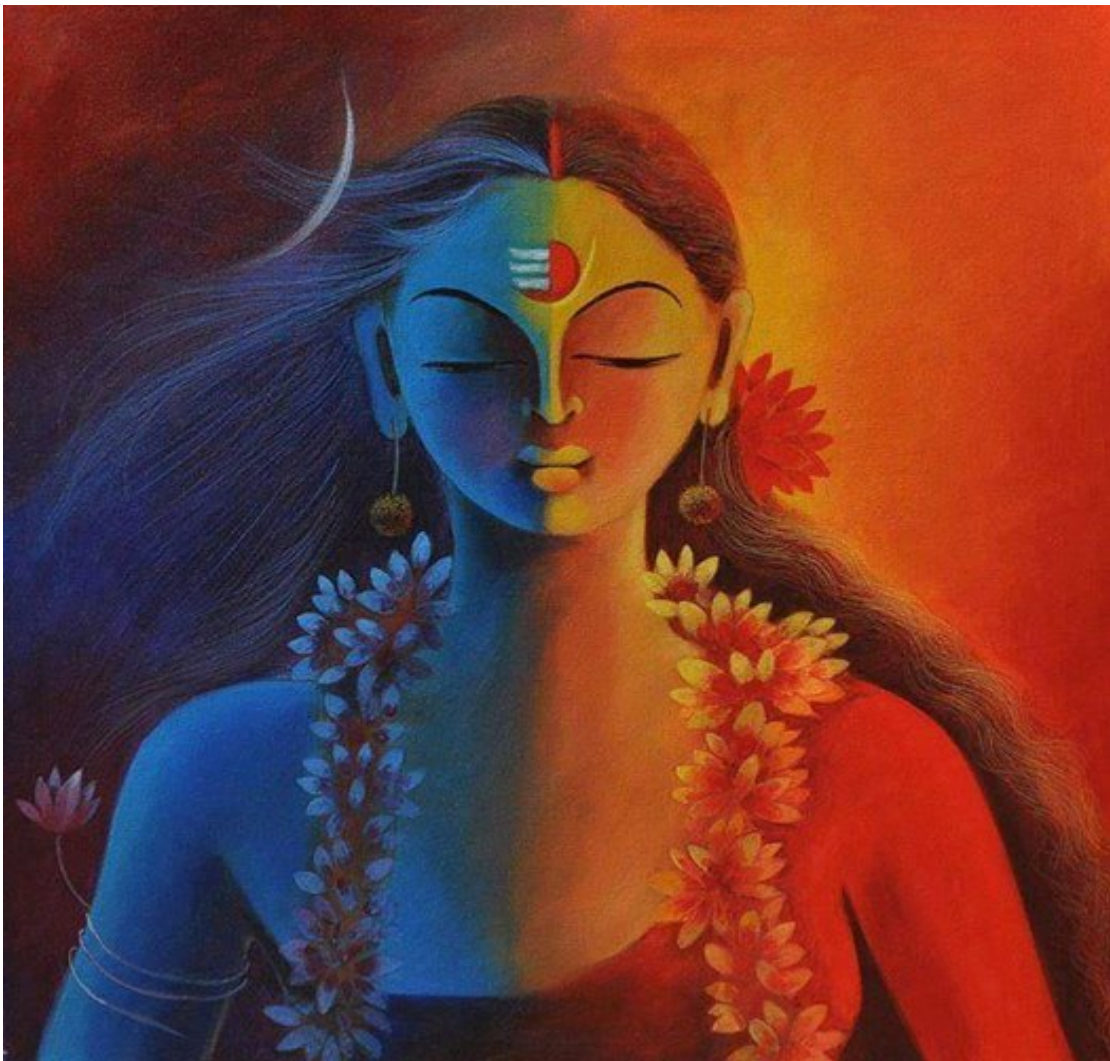


Eu aprendi a fazer radiestesia remotamente pela primeira vez com um senhor francês em Paris, quando eu estava de férias do meu trabalho na África. Ele me ensinou como determinar a condição física da pessoa a partir de uma fotografia usando um pêndulo. Logo depois, usei-o para saber se um amigo ia usar gravata para uma festa e se outro amigo na Inglaterra ia ter um menino ou uma menina. Minha experiência mais dramática foi quando meu filho do meio se afastou de

casa aos sete anos de idade e eu o encontrei através do uso de um pêndulo no mapa de Los Angeles.

Uma advertência final para esta seção: Por favor, não esqueça que as respostas que você recebe através destas estruturas de adivinhação estão chegando através do filtro de sua própria mente corporal, e lembre-se que as respostas nem sempre são precisas, por qualquer número de razões (tensão excessiva, mudança de circunstâncias, quadro de referência enviesado, etc.).

Sempre use formas adicionais de verificar a validade se o problema for importante. É apenas informação, afinal.



ALGUMAS PALAVRAS SOBRE O TERCEIRO OLHO

Uma tremenda quantidade de bobagens foi escrita sobre o “terceiro olho”, uma espécie de centro espiritual localizado na testa que deve ser “aberto” antes que os talentos possam ser ativados.

E de todas as coisas bobas que foram escritas, o mais tolo foi em um livro que saiu na década de 1970, sobre um monge tibetano que supostamente fez uma cirurgia para abrir ruma fenda na testa, que era aberta por alfinetes de algum tipo para que a luz pudesse entrar e ligar seu terceiro olho.

Outros escreveram que a glândula pineal está localizada no cérebro atrás da testa e que as habilidades de peser serão ativadas concentrando-se nessa área durante a meditação.

Isso é tolo porque a localização física da glândula pineal é profunda no centro do cérebro, quase diretamente atrás das sobrancelhas.

A primeira coisa a saber sobre o terceiro olho é que ele não tem um local físico. Por trás de todo engodo está o simples fato de que o terceiro olho é o “olho” de sua imaginação, e a imaginação é um aspecto vital de todas as habilidades peser.

A segunda coisa a saber é que o olho é apenas uma metáfora para todos os talentos sensoriais da sua imaginação. Sim, muitas vezes queremos dizer o aspecto visual quando falamos de imaginação, mas os outros aspectos sensoriais também são importantes.

A terceira coisa a saber é que existe também alguma informação válida dentro da tolice sobre o terceiro olho.

Por um lado, logo atrás da sua testa estão os lóbulos frontais do seu cérebro. Esses dois lobos estão diretamente envolvidos na sua capacidade de imaginar, e a imaginação está diretamente envolvida na sua capacidade de sentir emoções. Por essa razão, de 1890 até a década de 1980, um procedimento psicocirúrgico chamado de lobotomia foi realizada em dezenas de milhares de pessoas, principalmente nos Estados Unidos, como um tratamento para

transtornos mentais e emocionais que variam de mau humor simples a comportamento violento e antissocial.

Num caso famoso, uma jovem foi lobotomizada apenas porque seu pai não gostava de seu interesse por garotos e, como resultado, a menina sofreu um grave retardo mental pelo resto de sua vida.

A lobotomia consiste em penetrar o cérebro com um instrumento cirúrgico e remover seções dos lobos frontais ou cortá-las para cortar as conexões com o restante do cérebro. Isso reduz ou destrói a capacidade imaginativa, reduzindo ou destruindo reações emocionais.

Como a imaginação também está relacionada à nossa criatividade e capacidade de aprendizagem, a função mental em geral pode ser reduzida ou destruída.

Na África Ocidental, o mesmo efeito é alcançado com ervas para produzir zumbis, mas no mundo moderno, mais civilizado, é feito com o uso de drogas.

Por outro lado, concentrar sua atenção em sua testa realmente estimula seus lobos frontais e aumenta suas faculdades imaginativas, incluindo sua faculdade de visão interior.

Então, focar em seu terceiro olho, onde o terceiro olho estaria se você tivesse um terceiro olho físico, pode melhorar suas habilidades de peser.

O processo é simples:

1. Encontre um lugar calmo. Numa posição física confortável, feche os olhos e coloque sua atenção em sua testa.
2. Como forma de manter sua atenção e aumentar o efeito, conscientemente inspire e expire gentilmente enquanto mantém sua atenção focada. Cinco minutos é bom o suficiente para começar.
3. Note que você pode experimentar sensações estranhas ou nenhuma. Entre as sensações estranhas pode haver uma sensação de aperto na testa, formigamento que pode, ou não, irradiar-se, tensão liberada em outras partes de seu corpo, ou visões de cores ou cenas. Se as sensações

se tornarem muito desconfortáveis, esfregue seus dedos por sua testa para aliviá-las, ou simplesmente pare o exercício.

REPARANDO PROBLEMAS NA RECEPÇÃO TELEPÁTICA

A telepatia é um tipo sutil de percepção que está sujeita a muita interferência de vários tipos. A falta de compreensão do que essas interferências são tem feito com que muitos testes laboratoriais falhem e muitos céticos se convençam de que a telepatia é um disparate.

Nessa seção listarei as principais razões para o recebimento de falhas, algumas das quais acredito serem minha própria descoberta porque nunca as ouvi ou as vi mencionadas em nenhum outro lugar.

Contra Programas

O termo contra programas se refere à crença de que a telepatia não existe, ou que, se existe, você não tem essa habilidade. Desnecessário dizer que eles funcionam como bloqueios eficazes para a recepção consciente.

Recepção Simbólica

Às vezes você recebe “diretamente”, isto é, com sensações que duplicam o mundo físico, mas outras vezes você pode receber “simbolicamente”. Esse último modo seria como receber uma imagem de um elástico esticado para simbolizar que alguém estava sob tensão. Os problemas aqui são de dois tipos:

- Não interpretação. Isso significa simplesmente que você não sabe o que o símbolo significa. Você não consegue fazer uma associação; o símbolo não faz sentido.

- Interpretação incorreta. Aqui você tem apenas uma interpretação simbólica diferente daquela pretendida. Por exemplo, um símbolo de um carro fora de controle, significando que uma pessoa não se sente no controle de sua própria vida pode ser mal interpretado como uma pessoa que está fisicamente em um carro desse tipo.

Estático

Sempre que outros sentimentos ou pensamentos interferem na recepção, nós os chamamos estáticos, como estática de rádio. As categorias são:

- Estática emocional. Se você estiver sofrendo com dificuldades emocionais não poderá receber claramente, se é que recebe.
- Estática intelectual. Isso ocorre quando você está se concentrando tão fortemente em algo que nenhuma entrada telepática pode penetrar em sua consciência.

Quando eu tinha quinze anos, meu pai e eu cultivávamos milho em um campo. Pensando que minha mente estaria clara, meu pai tentou transmitir telepaticamente algo para mim. Quando eu não respondi, ele questionou a minha abertura para a recepção.

Mas o que ele não sabia era que, longe de estar clara, minha mente estava intensamente ocupada com uma aventura fantasiosa que efetivamente bloqueava qualquer outra coisa.

Distorção

No caso de distorção, a recepção ocorreu, mas o conteúdo da mensagem foi distorcido além do reconhecimento. Podemos distinguir dois tipos:

- Distorção Emocional.

Uma mulher com boas notícias empolgadamente fez contato telepático com a mãe para fazer com que a mãe telefonasse para ela. A mãe entendeu a mensagem, mas distorceu o sentimento de excitação como perigo para a filha e ficou muito esgotada quando ligou.

Emoções podem ser transmitidas, mas é um negócio complicado.

- Distorção Simbólica.

Um exemplo de distorção simbólica seria alguém enviar uma imagem de uma faixa de pedestres na Rua Delaware, em Washington, D.C., com a mensagem

para encontrá-lo lá, e você receber uma imagem de Washington cruzando a Delaware.

Outro exemplo seria o seu cônjuge enviar-lhe uma mensagem para pegar um pé de alface e você chegar em casa com repolho.

Parcialidade e Exagero

Descobri que parcialidade e exagero é bem comum quando se transmite uma imagem a um grupo de pessoas. Há a tendência de a mente do corpo se focar apenas numa parte da imagem que está sendo enviada e/ou exagerar a proporção com o restante da imagem.

Ao receber uma imagem da cena campestre com alguns patos no canto de uma lagoa, uma pessoa pode simplesmente receber uma grande imagem de um pato. E outra pessoa pode receber apenas uma das árvores e nada mais. Outras pessoas ainda podem ter uma sensação de paz sem imagens.

A parcialidade e o exagero ocorrem em certa medida em toda a recepção telepática por causa da preferência inconsciente, baseada na experiência e na memória.

Essas preferências agem como telas ou filtros pelos quais a mensagem deve passar. De fato, muitas das dificuldades encontradas no recebimento telepático são devidas a preferências pessoais que bloqueiam muito material recebido.

Ao praticar e manter registros de suas experiências, você pode descobrir quais são as suas preferências inconscientes e, quando e se quiser, pode remover as barreiras consequentes através da autossugestão.

Vazamento

Descobri uma coisa curiosa em minhas aulas sempre que eu transmitia uma foto de um livro. Muitas vezes as pessoas obtinham uma imagem clara que não tinha nada a ver com a imagem que eu estava enviando.

Por um tempo, pensei que isso fosse evitação (veja abaixo), mas, uma vez, eu dei uma olhada nas costas de uma foto que eu estava mostrando e percebi que várias pessoas da classe tinham captado aquela imagem.

Desde aquela época, a mesma coisa aconteceu tantas vezes que agora sei que é uma parte regular da telepatia. Não só as pessoas vão pegar a foto ao contrário, mas algumas estarão sintonizadas com fotos a três páginas da que eu estava enviando.

A pergunta não respondida é se meus sentidos estão penetrando no livro do qual estou mostrando as fotos e transmitindo mais do que eu imagino ou se seus sentidos estão se projetando para fora para penetrar o livro por conta própria.

Eu suspeito que o primeiro é o caso, mas é bom fazer uma pesquisa interessada.

Outro efeito que pode ser chamado de "vazamento" é quando várias fotos estão numa página. Embora o remetente possa estar se concentrando em apenas uma, os receptores geralmente percebem o que está na visão periférica do remetente.

Encruzilhada

A encruzilhada acontece quando você está tentando sintonizar uma pessoa e a mente do seu corpo lhe fornece informações de outra pessoa presente. Isso está relacionado às preferências pessoais sobre as quais falei.

É como se a mente de seu corpo achasse mais interessante os pensamentos da outra pessoa. Isso ocorre frequentemente em situações de sala de aula e alguns de vocês que visitaram um leitor peser com um amigo pode ter encontrado o peser lendo para seu companheiro, ao invés de para você.

Recepção atrasada

Por várias razões possíveis (Preocupação, tensão, chateação emocional, etc.), você pode não receber a informação telepática conscientemente quando é enviada, mas, mais tarde naquele dia, você a recebe, ou talvez até em seus sonhos.

É como se a mente do seu corpo deixasse a mensagem em espera até que sua mente esteja livre o suficiente para recebê-la.

Evitação (síndrome de evitar)

Esta é uma síndrome do medo. Mesmo que uma pessoa possa acreditar em telepatia e conscientemente desejar desenvolvê-la, pode haver um medo subjacente dela. Isso geralmente resulta em uma das três coisas em que a recepção está envolvida: substituição de uma imagem não relacionada pela mente do corpo; nenhuma sensação; ou uma tendência a cair no sono enquanto se tenta receber.

Quanto mais a pessoa continua a trabalhar com a telepatia e percebe que é uma característica humana natural, mais cedo esses medos serão dissipados.

Se tens a capacidade de se
comunicar e divulgar seus
pensamentos e opiniões lembre-se,
tens uma grande chance e uma
responsabilidade maior ainda.
Podes mudar a vida e o mundo de
muitas pessoas, ajudando ou não.

 PENSADOR

Eduardo Costa Silva



EXPERIÊNCIAS TÍPICAS DA TELEPATIA

Para lhe dar uma ideia do que pode acontecer numa sessão de treinamento telepático, descreverei os resultados de três experiências de sala de aula.

Os estudantes eram todos adultos, com idade entre dezoito e mais de sessenta anos. Havia quatorze pessoas, mas nem todo mundo recebeu algo em cada

experimento, então eu não vou listar as de espaços em branco. Nenhuma das pessoas do grupo já havia conscientemente tentado receber antes.

Experiência um

Enviei uma imagem mental forte de um vulcão em erupção por um minuto. O que se segue é uma lista do que a classe recebeu:

- Uma câmera (aparentemente não relacionada, mas a imagem poderia ter desencadeado uma associação com o turismo ou com a forma da lente)
- Um círculo (um caso de distorção simbólica relacionada com a forma da cratera)
- Duas pessoas viram uma montanha (parcialidade)
- Um quadro-negro (eu suspeito que seja evitação)
- Uma pirâmide com um arco-íris sobre ele (distorção simbólica interessante)
- Algo mecânico (pode ser evitação ou cruzamento)
- Uma laranja vermelha brilhante e uma maçã (recepção simbólica)
- Uma lâmpada (recepção simbólica)
- Um pelicano (provavelmente evitação)
- Uma lua laranja (uma combinação de parcialidade, exagero e simbolismo)

Experiência dois

Transmiti uma imagem mental de uma cena tropical com palmeiras, um riacho, montanhas, e assim por diante.

Durante essa aula, eu usava um pingente que simbolizava esse conhecimento havaiano, bem como um colar de flores havaianas de kukui-nut.

Três pessoas receberam meu pingente (recepção simbólica); quatro pessoas me viram (curiosa recepção simbólica).

Outros viram:

- O colar que eu estava usando (recepção simbólica)
- Um pássaro (parcialidade)
- Fios telefônicos (possivelmente algo captado distorcidamente no fluxo, ou no próprio ato da telepatia)
- Montanhas e Havaí (boa captação direta)
- Uma pressão na cabeça (provavelmente evitação)
- Um animal, uma árvore e água (parcialidade)

Experiência Três

Desta vez, eu transmiti uma foto de um livro. A imagem era de uma estrutura celular simples e branca. Na mesma página havia uma cena subaquática e um padrão de linhas em camadas.

Note como algumas mentes de corpo adicionaram mais detalhes para tornar o material mais interessante. Aqui está o que foi recebido:

- Uma cidade (possível distorção simbólica devido ao arranjo de blocos das células)
- Neve ondulada e neve numa montanha (distorção simbólica)
- Preto e branco (parcialidade)
- Céu claro (parcialidade e distorção simbólica)
- Litoral com um pequeno barco (vazamento e distorção)
- Camadas de rocha (distorção simbólica e vazamento)
- Uma coral viva dando o “bote” (vazamento e simbolismo)
- Sob a água (vazamento direto)
- Sol com linhas diagonais e sombras (distorção e possível vazamento)
- Um oceano tropical (distorção simbólica e vazamento)

A alta taxa de vazamento dessa cena foi, sem dúvida, por causa da natureza bastante desinteressante da imagem que foi enviada. Nenhum desses estudantes teve qualquer treinamento além de uma hora de explicação antes de começarem.

A TÉCNICA NEUTRALIZANTE

Não, eu não esqueci. Há mais de uma maneira de neutralizar a influência telepática de outras pessoas, intencionalmente ou não, e todas elas envolvem alguma forma de concentrar sua mente de foco para enfraquecer a influência.

No entanto, o método a seguir é o meu favorito porque é muito simples e eficaz. É chamado de "Crença de Uma Polegada" - inspirado pelo artista marcial Bruce Lee, que desenvolveu uma técnica de luta chamada "Soco de Uma Polegada".

Terei mais a dizer sobre isso num capítulo posterior.

Não muito tempo atrás, eu estava procurando uma maneira de ajudar as pessoas a centrarem-se rapidamente quando estavam emocionalmente perturbadas ou mentalmente confusas. Depois de experimentar um pouco, descobri que a solução mais eficiente era concentrar-se numa afirmação muito breve de algo que a pessoa acreditava ser verdade, sem qualquer dúvida.

Os resultados foram dramáticos. Com apenas algumas repetições da crença, transtornos emocionais e confusão mental cederam a momentos de clareza e relaxamento.

Foi a brevidade da declaração que me levou a chamá-la de "Crença de Uma Polegada".

"Estou aqui", "Deus me ama", "A água está molhada" - todos forneceram excelentes resultados para pessoas diferentes.

Embora originalmente concebida para terapia, esta técnica mais tarde provou-se funcionar igualmente bem para centralizar e neutralizar a telepatia indesejada.

Com os usos da telepatia descritos acima - para receber informações - a realidade pode mudar porque você muda suas atitudes e/ou comportamentos devido às novas informações recebidas.

No próximo capítulo, você descobrirá métodos de mudanças mais diretamente influenciáveis.

Capítulo 6, Projeção Telepática



Não pode haver nenhum recebimento telepático a menos que haja projeção telepática.

Todo mundo está projetando telepaticamente o tempo todo, mas nem todo mundo está necessariamente ouvindo.

Para usar uma analogia moderna, algumas pessoas estão projetando por satélite,

algumas por cabo e outras pela TV comum. Há alguns canais comuns, mas outros são exclusivos do sistema.

Por exemplo, a editora sem fins lucrativos que eu gerencio, chamada Hunaworks, produz vídeos que são apresentados num canal público local a cabo. No entanto, não posso assisti-los porque em casa eu tenho um sistema de satélite que não acessa esse canal a cabo. Por outro lado, recebo canais de música que nem o sistema a cabo nem o sistema de TV comum podem acessar, por isso as pessoas que usam esses sistemas não conseguem ouvir essa música.

O ponto é que, da mesma forma, o envio telepático não será recebido por todos que você queira alcançar. É por isso que os eventos massivos de oração ou meditação em todo o mundo para a paz têm pouco efeito. Eles têm algum efeito, é claro, mas você não vê um número significativo de pessoas lutando depondo suas armas e abraçando umas às outras logo após esses eventos.

Se você não está usando o canal certo e o sistema certo, não está passando nele.

Em geral, continuando a metáfora, estranhos totais, que não estão em seu ambiente imediato, se comportam como se estivessem num sistema diferente. As pessoas que você conhece se comportam como se estivessem usando o mesmo sistema, independentemente de onde estejam, embora possam não estar sintonizadas no mesmo canal quando você está enviando, e estranhos em seu ambiente imediato agem como se estivessem no mesmo sistema, mas não necessariamente no mesmo canal.

Existem exceções por vários motivos - isso é apenas uma metáfora, afinal. No entanto, é válido com frequência suficiente para que seja uma boa regra geral.

O MITO DO CONTROLE DE MENTE

Uma das maiores barreiras para a aprendizagem das habilidades de um peser é a ideia totalmente falsa de que alguém possa controlar a mente de outra pessoa.

Tenho estudado e praticado as habilidades e técnicas peser desde os quatorze anos de idade; tenho explorado os métodos peser utilizados em muitos países e culturas, incluindo o fato de ter experiência direta com os mestres vodu da África Ocidental; tenho exercido a Hipnoterapia profissionalmente durante dez anos; e posso lhe dizer isso inequivocamente: ninguém, em nenhum lugar, não importa o que eles reivindiquem, tem o poder de controlar a mente de outra pessoa.

Na verdade, a comunicação peser não é diferente da comunicação face a face.

Se você for antieticamente inclinado e souber como sê-lo, é possível influenciar telepaticamente outra pessoa a fazer o que você quiser por intimidação, ameaça ou chantagem, mas em nenhum caso é possível controlar a mente da outra pessoa para fazer com ela faça o que você quer só porque você quer.

Por outro lado, as habilidades persuasivas são tão éticas quanto eficazes na comunicação peser, como são na comunicação comum, o que será abordado na próxima seção.

COMO GANHAR AMIGOS E INFLUENCIAR AS PESSOAS COMO UM PESER

É um fato bem conhecido nos círculos de negócios que a melhor maneira de levar as pessoas a comprar o seu produto é vender-lhes seus benefícios. Isso é muito mais eficaz do que tentar convencê-los a comprar seu produto porque você é uma pessoa ou uma empresa tão maravilhosa, ou listar todos os recursos maravilhosos de seu produto. Algumas pessoas vão traduzir os recursos em benefícios, é claro, mas muitas não o farão se você não se esforçar para traduzir a si mesmo.

Por exemplo, enquanto escrevo isso, estou no mercado para ver uma motosserra para cortar goiabeiras na minha floresta. Uma loja anunciou uma motosserra movida a gasolina com um recurso que dizia "motor de 33 centímetros cúbicos".

Bem, isso é bom, mas o que isso significa?

Eu sei o suficiente sobre motores para perceber que tem algo a ver com o deslocamento, mas e daí? Onde está o benefício para mim? Eu poderia fazer a pesquisa para descobrir, mas, como a maioria dos compradores, não vou me incomodar. Vou comprar uma serra diferente que torne os benefícios mais claros.

O que isso significa em termos de transmissão peser é que, quanto mais claramente sua transmissão incluir um benefício para o receptor, mais provavelmente ele responderá à transmissão de um modo positivo.

Por exemplo, se você quiser usar PES para atrair um amigo ou companheiro, inclua informações sobre o que o torna tão atraente. Nos termos mais simples, a motivação é o que move as pessoas.

(Continua próxima edição boletim HUNA)

"E o que ficam são as
lembranças...
Portanto faça valer a pena
cada momento da sua vida,
seja um colecionador das boas
lembranças, isso pega, vicia
e vira rotina..."





HUNA



Toda quarta-feira:

20 h 45 min / 21 h

**GRUPO DE CURA MÚTUA
TELEPÁTICA!**

ASSOCIAÇÃO DE ESTUDOS HUNA EXPEDIENTE:

Este boletim é editado pela ASSOCIAÇÃO DE ESTUDOS HUNA. Os artigos aqui publicados não representam, necessariamente, os ensinamentos oficiais da A.E.H. Alguns artigos e ou cartas expressam opiniões individuais dos autores e são aqui apresentados para sua informação e avaliação. Sobre estes temas, gostaríamos de receber observações e sugestões de forma a estabelecermos o diálogo entre os associados, que é função precípua deste veículo. A Huna não é uma religião. É sim um sistema psicofilosófico que se apresenta como uma excelente ferramenta de suporte para o autoconhecimento e aprimoramento pessoal. Este sistema não estimula ou sugere que se descartem religiões ou crenças que possam fazer parte da experiência pessoal de cada um.

NOTA: É permitida a reprodução dos artigos, desde que citada a fonte.

Correção ortográfica: Prof. Ingo Oscar Seitz. Departamento Cultural: Heloisa Emer