

A SEMENTE
Boletim de Estudos Científicos e Espirituais
Haja Luz



BOLETIM III

Editorial

Ao Pai

Pai, edificamos a Vossa morada, no profundo silêncio do nosso coração, desabrochando as pétalas do lótus que serve de Catedral para a Vossa Luz. Aceita este cântico de Amor porque a melodia que nosso coração entoou foi tecida na Luz, Amor e Vontade, com permanente entrega e sacrifício, pela glória do Vosso Nome.

Sua nota chave procede do acorde triunfal dos rios de energias e correntes de vida que palpitam no coração de Deus. E que Vos entoamos, nostalgicamente, como um canto de rouxinol!

*“Oh! Eu bem quis, irmão profano
que você pudesse perscrutar minha alma,
quando eu invoco os Poderes Vivos do Universo,
quando eu entro, como agora, em plena comunhão com Deus
e com o Mundo invisível! É que eu lhe desejo a mesma Graça;
almejo-lhe sim, um tão idêntico e inefável bem.” (Loster)*

A palavra chave desse novo tempo não deve estar ligada apenas à aquisição de nossos elementos essenciais para viver. Não imaginemos que o mundo novo tenha necessidade de novos elementos, mas que são necessárias novas combinações.

Não é do despertar de novos sentidos e percepções que o homem precisa, mas sim, de um novo estado de consciência sobre principalmente o que fala, numa visão alargada ao observar, junto com os seus problemas, os problemas mundiais.

O homem comum tem apreciado os problemas a partir de sua própria personalidade, tendo dado grandes frutos e permitindo um desenvolvimento muito grande; esse desenvolvimento, entretanto, necessita de retificação. Esta devendo ser caracterizada pela transformação interior, um novo estado de consciência, o de que somos seres espirituais vivendo uma experiência terrena.

O que a humanidade vem enfrentando consiste numa transformação interna, pela qual as velhas concepções terão que dar lugar a uma nova idéia de vida despertando assim uma relação clara entre cada um e o próximo.

É necessário que cada um transmute seus sentimentos e concepções de vida, através de suas afirmações advindas dos pensamentos edificantes e conseqüentes atos fraternalmente justificáveis.

Falamos de transformações, transmutações e em conseqüência, vemos desintegração, destruição. No entanto, a lição da Sabedoria Infinita nos diz que “se um arquiteto vê uma base firme, com certeza fará uso da mesma para uma construção sólida”.

Vamos meditar sobre a grande lição de que podemos fazer uma base sólida se nos propusermos a isso.

Para transformação de uma sociedade, o primeiro ponto a ser trabalhado somos nós mesmos. Em função disso vamos nos perguntar:

- Como estão minhas ações?
- Como andam meus pensamentos e, sobretudo minhas palavras?
- Que modelo de comportamento ofereço para ser seguido?
- Que tipo de atitude egoísta não consigo eliminar?

Sabemos e precisamos estar sempre conscientes de que o mundo melhor começa em nós e que a partir de nossos atos, tudo o mais começa. Como arquitetos de formas, precisamos povoar o mundo de criações que possam servir de modelo para as gerações futuras. Sendo esse o futuro da raça humana.

Ao dizermos “Namastê”, colocando as mãos postas e curvando um pouco a cabeça, dizemos para o outro através desses simples gestos: “*Deus que habita em mim, saúda Deus que habita em você*”. “*Eu centelha divina, saúdo você centelha divina*”.

Se saudamos alguém com o mantra Namastê, imaginando o seu significado, toda desarmonia desaparece de todas as pessoas, de todas as coisas, porque entre duas centelhas divinas não há desajustes nem desarmonias. Todas as centelhas divinas são originárias da Fonte Única. “O Reino dos Céus”, onde todos acreditam que Deus habite, está dentro de nós (Luc. 17.21).

O valor das palavras varia de acordo com as circunstâncias, podemos perceber. Durante a Era de Peixes, próxima passada, ser espiritual significava ser contemplativo, estar em recolhimento voltado para si mesmo. A Era de Aquarius, a atual, impõe uma atitude nova. O místico se tornará pesquisador, científico e o devocional será prático e ativo. O que estava apenas no interno virá à tona. Tudo será consciente, onde o real predomina sobre as aparências. “Cabeça na floresta, mãos na sociedade” (Sathya Sai Baba).

Por que tudo isso? Perguntas como esta chegarão à nossa mente. As respostas estarão na percepção de que estamos no período de transição, onde a humanidade se ocupa em trabalhar a manifestação do reino espiritual, o qual para acontecer, é necessária uma reorganização, uma reordenação das “veredas”, sem o que não poderá surgir o novo plano consciencial.

Na Era que estamos iniciando, veremos a condução de várias coisas, como:

- √ Término do desperdício (o homem se tornará mais econômico);
- √ A boa vontade será uma tônica muito utilizada (voluntariado);
- √ O homem em harmonia com a natureza;
- √ A união da humanidade em torno do Plano Divino que é o seu plano também.

Oração

Sol Espiritual, invisível Verbo Divino, que se acha dentro e fora de nós!
Nós Vos agradecemos e recobramos a nossa consciência.
Oh! Poderosa Presença Divina em nós, assumimos o domínio absoluto
Da nossa mente, de nosso corpo, de nosso mundo.
Fazei que todas as dificuldades internas e externas, se desvançam para
sempre"! OM OM OM AMÉM!

O PODER MÁGICO DA PALAVRA

Você é o que Pensa e Fala

Pitágoras disse: Deus geometriza. Podemos acrescentar que este efeito ocorre através do Som. De acordo com esta afirmação podemos deduzir que os sons estão determinados pelos princípios absolutos da matemática e geometria sagrada.

Sábios da antiguidade utilizaram a música e seus princípios geométricos para expressar suas concepções a respeito do cosmos, estabelecendo a relação existente entre as distâncias harmônicas dos astros.

Diz-se que as notas Dó-Ré correspondem à distância entre a Terra e a Lua. Ré-Mi, à distância entre a Lua e Vênus. Mi-Fá, à distância entre Vênus e Mercúrio, e assim as demais notas tem uma relação direta com distâncias dos planetas.

O movimento de cada planeta produz uma nota correspondente à sua posição no firmamento. A este som, o filósofo Pitágoras chamou de "música das Esferas". Sendo a combinação de notas-chaves emanadas de toda vida aperfeiçoada, uma corrente harmoniosa de belos sons além da nossa concepção de beleza, radiação natural que pode ser atraída das oitavas mais altas liberando Paz, Cura, Beleza, esta música e seus diversos sons regulam e animam as manifestações da vida em cada mundo.

O homem se expressa através da palavra vinda do seu pensamento. Ele pensa, depois fala. Se o homem é o que pensa, ao falar irá também dizer o que é.

Portanto, se os pensamentos forem bem direcionados, bons, a fala que o representa será sempre bem intencionada, modificando a ação daquela pessoa.

Este homem também esqueceu que ao falar está expressando sua energia mais intensa devendo ser a mais pura, porque está representando a força divina em ação. Deus está sendo expresso por aquilo que ele diz.

Existe uma frase bíblica que diz: "**...e o Verbo se fez carne e habitou entre nós**". Isto é a palavra, o que dizemos que toma esta formação.

Jamais poderemos dizer após as expressões EU TENHO, EU SOU ou EU QUERO,

qualquer coisa negativa porque estaremos fazendo formar-se uma ação sobre o que dissemos.

Todo corpo tem a propriedade de gerar e reproduzir frequências que se harmonizam com o seu próprio sistema vibratório. Todo som atua com suas vibrações sobre os demais corpos.

Assim, O som afeta: ***o ordenamento molecular; os processos físico-químicos; as formas geométricas; a atração e a repulsão, etc.***

Forma-se desta forma, a magia da palavra e assim a magia da oração. O objetivo desse trabalho é orientar a forma de falarmos para que não tornemos nossa vida um desastre formulado por nós mesmos.

O Poder Místico do EU SOU:

EU SOU é a atividade da vida. Quando dizemos EU SOU, com sentimento, estamos abrindo a fonte da vida eterna para que ela corra sem obstáculos ao longo do seu curso.

EU SOU é a plena atividade de Deus. Significa muito mais do que eu existo, tendo um enorme poder classificador, determinando e ordenando a forma que a atuação da energia divina deve agir.

Ao citar esta expressão, quer dizer que já sabemos que somos deuses em ação e que Deus está se expressando na nossa vida.

EU SOU é uma das formas mais poderosas de liberar o Poder de Deus – Amor, Sabedoria e Vontade, colocando-o em ação em nossa experiência de vida, em toda e qualquer coisa que desejemos.

Quando reconhecemos e aceitamos plenamente o EU SOU como a Magna Presença de Deus em nós, teremos dado um dos maiores passos para a libertação.

Na ocasião em que chegarmos a compreender plenamente essa afirmação, perceberemos a grandeza do seu alcance.

A Prece e a Cura:

Rezar pela recuperação de uma pessoa tem alguma utilidade? Podemos nos perguntar. Segundo pesquisas feitas na metade do século passado nos E.U.A e na Europa, a resposta é afirmativa. Esta afirmativa acarreta reviravoltas na ciência e principalmente na medicina.

Nessas pesquisas podemos ressaltar o trabalho feito pelo Dr. Randy Byrd onde vários voluntários rezavam por seus pacientes com problemas cardíacos, e apresentada numa reunião da American Heart Association, mostrando os seguintes resultados. Vale acrescentar que foram convidadas pessoas de várias religiões.

Eram católicos, protestantes, judeus, e outras seitas que praticavam a cura pela prece. Esses voluntários não tinham contato com os pacientes, os quais não sabiam que estavam sendo submetidos à pesquisa. Cada voluntário rezava para vários pacientes e cada

paciente tinha entre cinco a sete voluntários para rezar por ele.

1)- Constatou-se que os pacientes para quem se rezava sofreram menos complicações em algumas áreas;

2)- O grupo de paciente que não tinha ninguém que rezasse por eles, foi preciso aplicar antibióticos em 16 pacientes. No grupo de pacientes que recebiam as preces, apenas três deles exigiram este tratamento;

3)- O grupo que não recebia nenhuma reza, 18 deles tiveram edemas pulmonares, mas apenas seis do grupo das rezas sofreram deste mal.

4)- Nenhum paciente das rezas precisou de respiração artificial. Mas 12 do outro grupo necessitaram desse tratamento.

Como vemos, falar é criar. Este é o objetivo da oração, uma vez que orar significa falar. A oração é um discurso, um rogo, uma súplica.

Em gramática, define-se a oração como um conjunto de palavras que expressam um conjunto de um pensamento. Oração, portanto, é uma invocação ou uma chamada a alguém para auxiliar, feita através da palavra ou verbo, sendo a palavra um conjunto de vários sons.

Então, oração é a vocalização de uma ou mais palavras que saem do coração para produzir, por meio da ondulação do tom, um efeito em nosso organismo ou nos demais seres. As letras são nomes de entidades divinas que efetuam essas vibrações e ondulações de que precisamos, por meio da aspiração e da respiração.

A seguir, repassamos aos buscadores o Pai Nosso em Hebraico, a legítima Oração do Senhor que Jesus nos deixou como legado. Ao recitá-lo podemos obter inúmeras graças:

A ORAÇÃO DO SENHOR

PORTUGUÊS

**Pai Nosso, que estás
nos céus, santificado
Seja o Teu Nome (Mt. 6:9)**

**Venha o Teu Reino, seja
feita a Tua Vontade,
assim na Terra como
nos céus (Mt.6:10)
O Pão nosso de cada dia
nos dá hoje (Mt.6:12)**

**E perdoa-nos as nossas
dívidas, assim como nós
perdoamos aos nossos
devedores (Mt.6:12)**

TRANSLITERAÇÃO HEBRAICA

**Avinu Shebashamayim,
Yitkadash Shemechah.**

**Tavo Malkutecha Ye´aseh
R´tsonecha Ba´arets
Ka´asher Na´asah
Vashamayim.
Ten-lanu chayom lechem
Chukeinu.**

**U´selach-lanu et-ashmateinu
Ka´asher solechim anachnu
La´asher ashmu lanu.**

**E não nos induzas a
tentação; Mas livra-nos
do mal. (Mt. 6:13)**

**Ve´al-tevieinu lidei massah,
Ki im-chatsileinu min-
charah.**

**Por que Teu é o reino, e
O poder, e a glória,
Para sempre. Amem. (Mt.6:13)**

**Ki lacha hamamelachah
vechagevurah vechatiferet
L´olemei olamim. Amen.**

Obs: O Pai Nosso contido em algumas edições da Bíblia Sagrada não contém o versículo “por que teu é o reino...”. Não correspondendo ao texto literal contido na Bíblia Sagrada, em Mateus 6:9-13.

O Texto acima está contido no Salkinson-Ginsburg Hebrew New Testament (ed. 1999) e de acordo com as publicações da Holy Bible da International Bible Society (E.U.A).

O Sentido da Invocação

A Invocação é um chamamento, um pedido de proteção Divina. Esta demanda pode ser feita individualmente ou em grupo. Assim como o chamado é feito ele é respondido. Entretanto, a Grande Invocação é um ato ou uma cerimônia por meio da qual procuramos atrair a atenção de um Ser de natureza superior, para que a ação da força cósmica se faça presente.

Esta ação se manifesta como Luz, Conhecimento da Alma, Substância, os quais, são sinônimos. Nessa igualdade de idéias encontra-se a chave para se alcançar os mundos superiores.

As idéias que existem no pensamento do Divino se exprimem na Substância Cósmica como Leis da Natureza.

Sendo assim, podemos verificar a importância do papel que a mente desempenha. Uma vez que ela é o foco entre o EU e o Ego devemos descobrir o papel da mente para desvendar suas faculdades e poderes.

Entre estes, encontramos o Amor, como a causa da criação de todos os seres.

Com este sentido, vamos fazer uma introspecção através da Grande Invocação, e a Invocação Maior estas preces que foram enviadas pelos Mestres da Grande Fraternidade Branca, para toda a humanidade, independente de religião ou crença:

A Grande Invocação

*“Do ponto de Luz na Mente de Deus,
flua Luz as mentes dos homens,
que a Luz desça a Terra;*

*Do ponde de amor, do coração de Deus,
flua amor aos corações dos homens,
que o Cristo volte a Terra!*

*Do centro onde a vontade de Deus é conhecida,
guie o propósito as pequenas vontades dos homens,
o propósito que os mestres conhecem e a que servem;*

*Do centro a que chamamos raça dos homens,
cumpra-se o plano de amor e de luz,
e mure-se a porta onde mora o mal.*

*Que a Luz, o Amor e o Poder,
restabeleçam o plano divino na Terra”.*

A Invocação Maior

*Da Presença sublime em nossos corações,
Ó Cristo, Ó Redentor,
Recebe a chama ardente do nosso grande Amor!*

*Da Presença real que coroa as nossas mentes,
Ó Cristo, Ó Potentado,
Acolhe a Luz nascente e o poder despertado!*

*Do tímido embrião da nossa inteligência,
Ó Redentor, Ó Santo,
Fabrica o teu bordão, manda tecer teu manto!*

*Porque queremos fechar para sempre a porta ao mal,
Ó Cristo, Ó nosso irmão,
Mostra-nos Tua face e estende-nos a mão!*

*Que a Luz, o Amor e o Poder do Pai
Se manifeste por teu intermédio
Sobre nós, em nós e por nós,
Eternizando o Plano sobre a Terra!*

Deus ouve as preces? Sim, ouve – e as responde.

De acordo com o Dr. Byrd, suas pesquisas foram bem sucedidas e ele se convenceu de que a prece funciona e faz bem.

A prece é o momento de contato com planos elevados de existência. É uma característica básica das religiões do mundo. A eficácia da prece está ligada a fé e a religiosidade.

Esta religiosidade é um fator de intervenção comprovada na cura das doenças, mas o modo como ela consegue agir ainda é uma incógnita. De qualquer modo, surgem cada vez mais provas de que as preces em prol dos doentes exercem um efeito positivo sobre eles. Esta importante descoberta da ciência relaciona-se à própria medicina, à religião e à parapsicologia.

Utilize a prece em seus momentos de silêncio interno. Assim você poderá fortificar suas crenças, facilitar resolução de problemas e ajudar no alcance dos seus sonhos.

A Ciência da Palavra Falada:

Há mais de 12.000 anos, na Atlântida e Lemúria praticava-se a arte esquecida da Invocação, pelos sacerdotes e sacerdotisas do Fogo Sagrado. Estas invocações eram feitas à Chama da Vida aplicando os princípios da Palavra Falada.

Esta ciência, praticada durante muitos séculos por adeptos do Extremo Oriente e por místicos ocidentais, descreve os usos da voz e do chacra da garganta na recitação de **mantras, salmos, orações, invocações, afirmações, cânticos de alegria e louvor** destinados a intensificar a ação das forças benígnas no corpo planetário e no mundo individual do homem.

O supremo desejo da Divindade de dar-lhe, porque você é parte de sua consciência em evolução, a chave do autoconhecimento que lhe permitirá fazer desabrochar todo o seu potencial do seu Cristo Pessoal. Essa chave, que faz libertarem-se a energia, a inteligência e a motivação da sua mestria pessoal, é o chamado que não pode ficar sem resposta.

Toda manifestação segue por três caminhos, através dos quais o homem pode perceber e expressar a vida.

- O Plano Espiritual, está relacionado com o pensamento e com a Matemática;
- O Plano Mental, relaciona-se com o ser pensante e com a Música;
- O Plano Físico, está relacionado com a imagem pensada e com a Geometria.

Cada letra do alfabeto tem essas três chaves e, por conseguinte, em cada palavra também entram os três elementos citados. Conseqüentemente, toda letra tem um valor numérico próprio, um som que a distingue das outras e uma figura que a caracteriza.

As letras do alfabeto representam originalmente “as 22 Portas do Saber”, interpretando o conhecimento antigo e por meio da palavra que identifica a idéia registrada.

O Som Criador

As formas de vida, em sua totalidade, emitem um som. O Universo e tudo o que existe nele, estando num constante estado vibracional emite o som original. De acordo com a frequência vibratória, o som pode ser ouvido ou não. Acima ou abaixo de 16 a 32.000 ciclos por segundo, os sons não podem ser percebidos pelo ouvido humano.

No Universo, as criações ocultam a realidade, a essência espiritual, a vida, e assim também, o som criador ou Verbo, a Alma, a Consciência, a síntese chamada “AUM”. Este som eterno refere-se ao eterno AGORA. É dito que o AUM é composto do Som uno principal, de três sons menores e de sete tons vibratórios em escalas diferentes.

Há certos sons, mundialmente conhecidos, cujas pronúncias, podem ser muito benéficas às pessoas que delas fizeram uso, desde que façam com seriedade, propósito honesto e motivo justo. Entre estes sons está o OM.

Quando o som OM é emitido com propósito definido e pensamento concentrado, age como um expelidor da matéria grosseira ocasionalmente existente nos corpos físico, emocional e mental inferior. Quando emitido com intenção, aspiração, age como elemento atrativo de átomos de matéria sã, para substituir nos citados corpos, os espaços vazios deixados pela matéria expulsa.

O que é um Decreto?

O Decreto é a mais poderosa das petições à Divindade. É como uma ordem, proferida pela filha ou filho de Deus em nome da Presença do EU SOU e do Cristo. Para que a vontade do Todo-Poderoso seja manifestada, assim em cima como em baixo.

A finalidade do decretar eficaz é, portanto, liberar as energias do seu EU verdadeiro. Somente experimentando é que saberá quanta Luz de Deus você pode, realmente, precipitar e manifestar no mundo da matéria.

Quando precisar decretar faça em sua totalidade e responsabilidade dizendo sempre **“Em nome da Amada, Poderosa e Triunfante Presença de Deus, EU SOU em mim, e do meu Amado Cristo Pessoal, Decreto...”**.

O poder da Palavra Falada é a autoridade do próprio processo criador. O primeiro Decreto foi proferido por Deus, que disse: “Haja Luz!”, e houve Luz. A resposta foi instantânea, e seguiu-se a manifestação.

Quando você reza ou decreta, o poder da Palavra Falada é emitido do centro da garganta. É animado o centro cardíaco pela Chama Trina e o ponto no centro da testa serve de foco do olho de Deus.

O poder da Palavra Falada (o Verbo) formou o mundo, e o poder da Palavra confirmará a liberdade do homem em nome de Deus.

Afirmações Criativas:

É necessário ter muito cuidado com a repetição de certos pensamentos ou até de frases que prometem ou ameaçam vinganças, divórcio, suicídio e assim por diante. Essas idéias vão descendo para o subconsciente, vão orientando as energias deste para rumos indesejáveis, e algum dia a casa pode cair.

Com esta observação estamos em meio caminho andado para entender o sentido e a importância das **afirmações criativas**.

Lembremos que as afirmações podem ser negativas ou positivas, da mesma forma elas criarão espaços na matéria.

Por exemplo, ao dizermos: **Um dia destes eu arrebento sua cara com um soco!** Mais dias, menos dias, à força de repetir, poderemos ter a cara arrebentada.

É impressionante o efeito de um pensamento em nossa mente ou de uma palavra em nossa boca.

Aplicando corretamente a técnica das **afirmações criativas**:

- Você quer ter mais saúde;
- Quer ter mais dinheiro;
- Deseja ser mais feliz no amor;
- Almeja tranquilidade em família;
- Pretende ter boas relações sociais;
- Pretende ter boas relações com Deus;

Então use expressões de coisas já realizadas ou:

- Já venci;
- Já estou melhorando;
- Eu tenho excelente saúde;
- Já consegui o que queria.

E, agradeça antecipadamente pela graça. Inclua coisas de alcance geral:

- Cada dia e em tudo, eu vou de bem para melhor;
- Se Deus está comigo, quem estará contra mim?
- Tudo posso naquele que me conforta;
- O Senhor é meu pastor, nada me falta;
- Aquilo que não me vence me torna mais forte.

Atributos e Ressonâncias na Qualidade de cada Signo

Os sábios antigos estabeleceram uma relação entre a cabeça do homem e os atributos gerados pela atividade de sua massa encefálica em cada setor interligado aos doze signos do zodíaco.

Supondo que cada setor formado pelas células tivessem a capacidade de corresponder à ressonância de cada signo e regidos pela vontade do homem, produzisse de sua própria cabeça a ressonância que desejasse por meio do Verbo Divino.

Assim, para cada signo o setor da cabeça interligado, seriam atribuídas certas qualidades a saber:

1 Áries:

Entre o meio da cabeça e o alto da testa. Esta região é o centro da Esperança e da Fé;

2 Touro:

Do alto até a parte média da testa. Nesta parte encontram-se os centros da Inspiração e a Amizade;

3 Gêmeos:

Da parte média da testa até a parte superior do nariz. Encontram-se aí os centros da Visualização e da Atenção;

4 Câncer:

Da parte superior do nariz até o lábio. Encontram-se nesse ponto os centros de Proteção e Integridade;

5 Leão:

Do lábio à parte inferior do queixo. Encontram-se neste ponto os centros da Liberdade e Determinação;

6 Virgem:

Da parte inferior do queixo até a parte inferior da glote. Neste ponto encontram-se os centros da Expressão e Comunicação;

7 Balança:

Da glote até as os omoplatas. Neste ponto encontra-se a sede da Estabilidade e da Contemplação;

8 Escorpião:

Segue dos omoplatas até a parte superior da nuca. Estando nesse ponto o centro da Paixão e da Sensualidade;

9 Sagitário:

Seguindo da parte superior da nuca vai até a metade da região anterior da cabeça. Concentra-se nesse ponto a Inspiração e o Conhecimento;

10 Capricórnio:

Vai da região anterior da cabeça até a metade dessa mesma região. Encontra-se ai o centro da Defesa e da Agressividade;

11 Aquário:

Segue da metade da região anterior da cabeça até a raiz do cocuruto. Estando ai o centro da Intelectualidade e do Controle.

12 Peixes:

Segue do cocuruto até o meio da cabeça. Encontra-se nesse ponto o centro da Devoção e da Reverência.

Vamos Praticar:

As vogais I E O U A, nessa formação, são eternas porque foram pronunciadas e continuarão a sê-lo da mesma maneira. Unidas as suas consoantes, elas formam todas as palavras de todos os idiomas.

O homem atual tem cinco sentidos e se dispõe apenas dessas cinco vogais. Quando ele estiver desenvolvido terá condição de pronunciar mais duas vogais, que só poderá pronunciar com mais dois sentidos nele latentes.

O Iniciado, que desenvolveu o sexto sentido, rompendo o sexto selo, pode pronunciar a sexta vogal. E, assim será também com a sétima.

Inspirar profundamente pelo nariz imaginando que está aspirando a Energia Divina que entra como um alento nos pulmões e no corpo. Expirar pensando que todos os venenos dos seus corpos e qualquer deficiência, está saindo na vocalização de cada

vogal. Pronunciar as vogais da forma seguinte. Os efeitos que esta prática estabelecem são bem claros, como a seguir descrevemos:

*I – Respire profundamente, e pronuncie ao expirara: **I I I I I I I I**. O sangue flui para a cabeça, transmitindo em seguida vibrações para o corpo todo. Trabalhamos o Chakra Coronário e o Chakra Frontal, dissolvendo toda as visões erradas e os efeitos que estas sensações causaram em todo o sistema. Ajuda na prosperidade, elevação e ascensão.*

*E – Faça agora a vocalização de **E E E E E E E E**. O sangue agora flui para o pescoço, garganta e laringe. Trabalha o Chakra Laríngeo e também a expressão. É o sim e o não que você em algum momento não soube dizer.*

*O – Vocalize agora **O O O O O O O O**. O sangue flui para o coração. Ao trabalhar o Chakra Cardíaco, afirmamos o Amor, a Devoção, a consciência de unidade. Somos todos irmãos. As mágoas são trabalhadas e dissolvidas.*

*U – Agora, vocalize o **U U U U U U U U**. O sangue fui para o ventre, estômago e intestinos. Trabalha o Plexo Solar, o Chakra Esplênico e a conexão com o Divino. As emoções, as raivas, a sexualidade são trabalhadas juntamente com a energia vital e os órgãos genitais.*

*A – Vocalize o **A A A A A A A A**, fazendo fluir o sangue para os pulmões, trabalhando todo o sistema respiratório. Trabalha também o Chakra da Base, intestinos. Os instintos estarão sendo trabalhados. Ajuda a esperança e ajuda no desapego.*

Praticando metodicamente estes exercícios respiratórios com a pronuncia das vogais pode curar todas as enfermidades correspondentes a essas partes dos corpos melhorando o estado geral.

BLIBLIOGRAFIA:

ADOUM, Jorge – “A Magia do Verbo ou o Poder das Letras” – Ed. Pensamento – São Paulo – 1975.

LYNN TAYLOR, Terry – “A Alquimia da Oração” – Ed. Pensamento – São Paulo – 1996.

ARNALDO JACÓ, Francisco – “A Descoberta do Poder” – Ed. Escola D.Bosco de Artes Gráficas – Recife – 1986.

“A Bíblia Sagrada” – Ed. Gamma – Rio de Janeiro – 1979.

GRUPO AVATAR

Boletim – nº 11

Glossário de Termos e Definições.