

reiki

III A

TERAPIA GENÔMICA
A Realização



Adílson Howthep



www.culturasaber.com.br



OS ELEMENTOS

A Terra é o Corpo com	12%
A Água é a Energia do corpo com	72%
O Ar é o Sentimento do Corpo com	06%
O Fogo é a Mente com	10 %



靈
氣



A Cromoterapia Está Baseada em Três Ciências:

1º. - Medicina:

Vê a cromoterapia como a arte que cura.

2º. - Física Quântica:

Estuda a luz, a cor, a energia, o som e a velocidade do comprimento de onda.

3º. - Bioenergética:

Estuda o campo bioenergético e bioplasmático do ser humano (o chamado campo de energia).

culturasaber
Cursos Holísticos

VOCE JÁ OUVIU FALAR EM

CROMOTERAPIA

Que a sua comida seja o seu REMÉDIO e que o seu remédio seja a sua COMIDA! Hipócrates

“Com a alimentação errada a medicina é inútil; e com a alimentação adequada a medicina torna-se desnecessária”.

Antigo preceito da medicina Ayurvédica.

A verdade é uma só: prego que se destaca leva martelada, ninguém taca pedra em árvores que não dá frutos, a luz também atrai as moscas, quem brilha demais, ofende quem vive no escuro, Deus não escolhe os capacitados, ele capacita os escolhidos.



MARKCERTO
Editora Cultura Saber

A stylized, handwritten signature in blue ink, consisting of several overlapping loops and lines.

Adílson Howthep

Cursos em Vídeos Apostilados:

Ozonioterapia Avançado: Níveis I | II | III

Cromoterapia: Níveis I | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7

Massagem Tântrica: Níveis I | II | III | IIII

Palestrante: Adílson Howthep - Terapeuta Holístico

Registro: P3V-TH0709 - CRTP-1553/20

® by Adílson Howthep – 2024

Espaço Terapêutico Adílson Howthep

Título: **Reiki - Energia Livre - Deus - Acima do yin yang**
Módulo III | A

Ano / 2024

Autor: **Adílson Howthep**

Editora: Markcerto Cultura Saber ®

Inspiração: Transformação Cristalina / Amor Universal

Mensagem: Saúde Quântica Freqüencial

Elemento: Energia / Cristal

Genômica: É além do Corpo Físico

Ficha Técnica

Capa / Arte Final: Billy Lucas Palácio

Edição: Adílson Howthep

Terapeuta Holístico

Registro: P3V-TH0709 - CRTP-1553/20

Editora: Markcerto Cultura Saber ®

Todos os direitos reservados

Nos termos da lei que resguarda os direitos autorais, é proibida a reprodução total ou parcial a partir desta obra, de qualquer forma ou meio eletrônico, mecânico, inclusive através de processos xerográficos, apostilas, fotocópias e de gravação sem a prévia autorização, por escrito, pelo autor ou pela Editora. De acordo com a Lei nº. 5.988, 14/12/1973.

www.markcerto.com.br

Editora: Markcerto Cultura Saber ®

Todos os direitos reservados

Revisão técnica – Fátima Palácio

Impressão Markcerto Cultura Saber ®



AKURA

A Alquimia dos Tchakras

O FOGO KUNDALINI



Adílson Howthep



ISBN: 978-65-00-94074-9



9 786500 940749



culturasaber
Cursos Holísticos

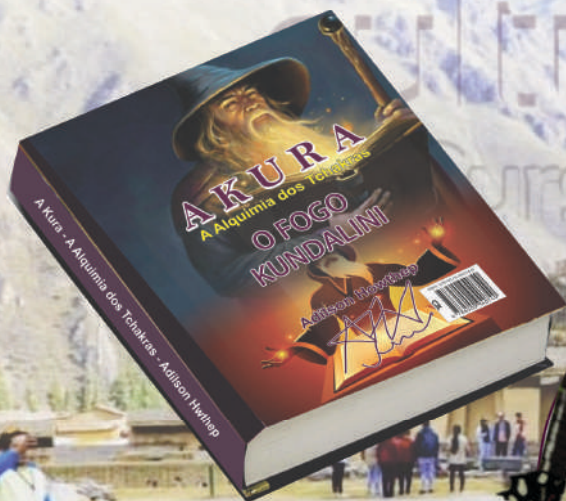
A Ação Terapêutica Dos Símbolos do Reiki

O CHO KU REI atua intensamente no corpo físico

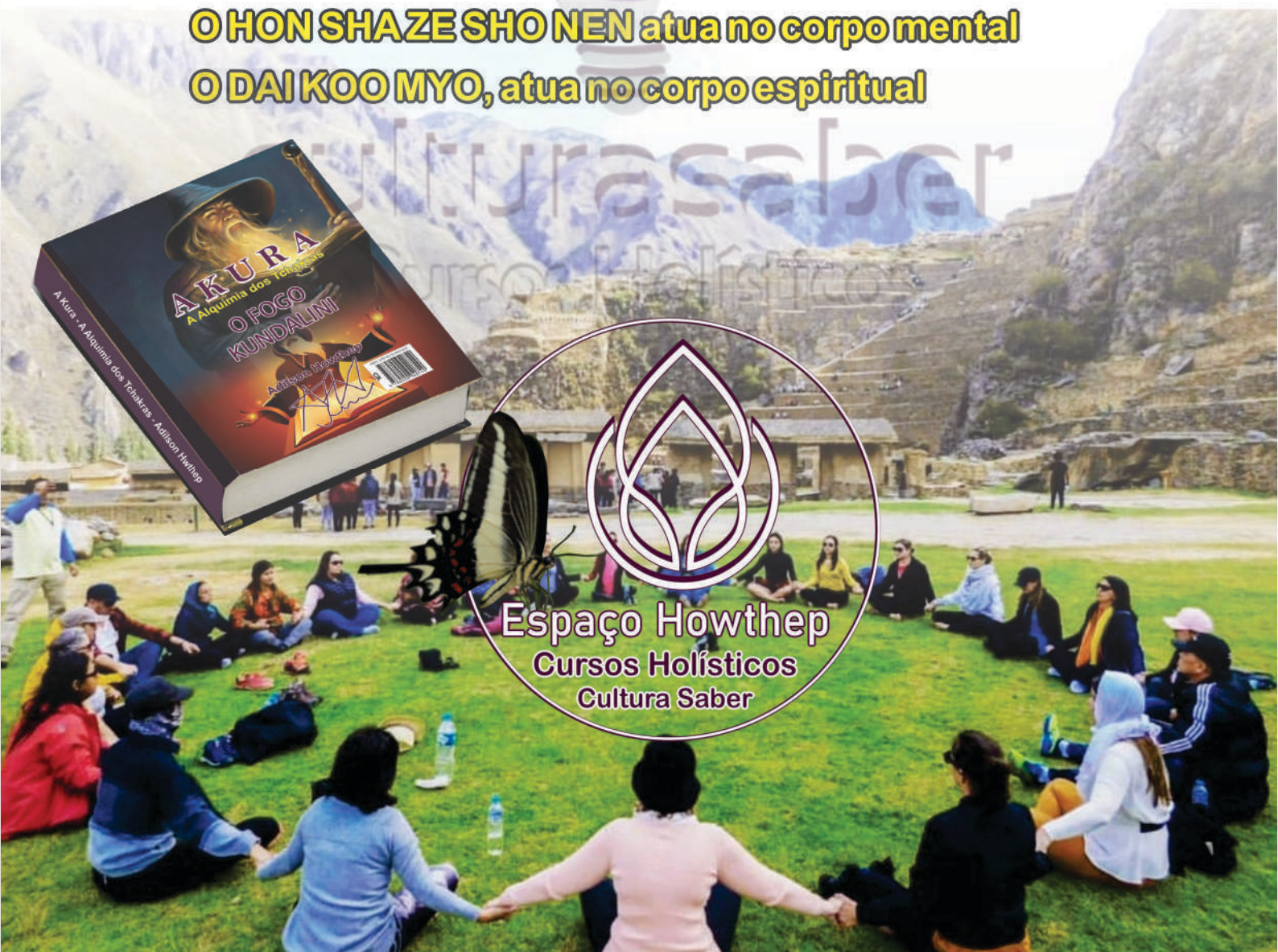
O SEI HE KI atua no corpo emocional

O HON SHA ZE SHO NEN atua no corpo mental

O DAI KOO MYO, atua no corpo espiritual



Espaço Howthep
Cursos Holísticos
Cultura Saber



Reiki Nível 3 A

SUMÁRIO



REIKI NÍVEL III A / A Realização

01 - A Propedêutico do Amor	09 - 09
02 - Tudo o que Voê Precisa é de Amor	10 - 19
03 - Energia Taquiônica	20 - 20
04 - O Amor Transforma o Mundo	21 - 21
05 - Meditação Gassho	22 - 25
06 - Terapia Genômica Cromoterapia	26 - 30
07 - Tchakra Sexual Cor Vermelha	30 - 31
08 - Tchakra Esplênico Cor Laranja	31 - 36
09 - Tchakra Umbilical Cor Amarela	36 - 40
10 - Tchakra Cardíaco Cor Verde e Rosa	41 - 46
11 - Tchakra Laríngeo Cor Azul	46 - 49
12 - Tchakra Frontal Cor Lilás	49 - 53
13 - Tchakra Coronário Cor Branca	53 - 57
14 - Cuidados Associados a Cromoterapia	58 - 65
15 - Aplicação das Cores	65 - 83
16 - Introdução Nível III A Realização	84 - 88
17 - O Quarto Símbolo Cósmico DAI KOO MYO	88 - 89
18 - O Quinto Símbolo Cósmico DAI KOO MYO Tibetano	88 - 90
19 - Aplicações do DAI KOO MYO	90 - 92
20 - Potencializando a Energia	92 - 94
21 - Ki para Multidões e para o Planeta	94 - 95
22 - Reiki para Multidões	95 - 96
23 - Cirurgia Psíquica	96 - 97
24 - Sequência da Cirurgia	97 - 99
25 - Resumo dos passos da Cirurgia Psíquica	100 - 100
26 - Viagem Inicial na Gruta dos Cristais	100 - 108
27 - Reiki e os Cristais	108 - 108
28 - Propriedades Psicofísicas do Cristal	109 - 112
29 - Mandalas de Cristais	112 - 113
30 - Antahkarana	113 - 113
31 - Hexagrama	113 - 116
32 - Construção da Mandala de Cristal	116 - 119
33 - Técnica de Projeção Astral	119 - 120
34 - Técnica de Regressão	120 - 123
35 - Técnica de Interpretação de Sonhos	123 - 124
36 - Meditação com os Símbolos	124 - 126
37 - Práticas de Grupos em Encontros de Reikianos	126 - 129
38 - Técnicas Especiais	129 - 130
39 - Viagem Interior com Reiki	131 - 136
40 - Técnica do Reiki Contínuo	136 - 140
41 - Meditando com a Árvore	140 - 140
42 - Elevando o Padrão Vibratório de uma Mata	140 - 143
43 - Aos Futuros Reikianos	144 - 145
44 - Eu Sou a Manifestação de Deus	146 - 147
45 - Ozoniopuntura	148 - 149
46 - Curso de Massagem Tântrica	150 - 157
47 - Quinta Dimensão dos Céus	158 - 159
48 - O Símbolos do Reiki	160 - 163
49 - Exame de Biorressonância Magnética	164 - 173
50 - Ozônio Animal	174 - 177

Amor & Morte

Propedêutica

_ Aquele que pode curar enfermidades é médico. Nem os imperadores, nem os papas, nem os colégios ou as escolas superiores podem formar médicos. Podem conferir privilégios e fazer com que uma pessoa que não é médico se pareça como tal; podem lhe dar permissão para matar, mas não podem lhe dar o poder de curar; não podem torná-lo um verdadeiro médico se não foi ordenado por **YHWH Deus. Paracelso.**

O Bhagavad Gita (YHWH) nos disse há 3.000 AC.

_ Conhecimento significa saber a distinção entre o espírito e a matéria. Na educação moderna não há conhecimento sobre o espírito; eles simplesmente cuidam dos elementos materiais e das necessidades corpóreas. Por isso, o conhecimento acadêmico não é completo. Página (414) do capítulo dez, sua divina graça. Já na página 701 diz que os diplomas da universidade não ajudam em nada para a evolução do espírito. **Shankara.**

_ Médicos são homens que prescrevem remédios sobre os quais pouco sabem, para curar doenças que conhecem ainda menos em seres humanos de quem não sabem nada. **Dr. Voltaire.**

_ E, como Janes e Jambres resistiram a Moisés, assim também estes resistem à verdade, sendo homens corruptos de entendimento e réprobos quanto à fé. "Porque virá o tempo em que não sofrerão a sã doutrina; mas tendo comichão nos ouvidos, **amontoarão para si doutores conforme as suas próprias concupiscências**; e desviarão os ouvidos da verdade, **voltando às fábulas**". II Timóteo 3:8, 4:3,4.

_ Existem dois tipos de história mundial: uma é a "oficial, mentirosa", própria para as salas de aula; a outra é a história secreta, que esconde a verdadeira causa dos acontecimentos. Dr. Honore Balzac.

_ O médico não é aquele que tem um diploma. Mas sim, aquele que resolve o problema do paciente. Dr. Lair Ribeiro.

_ Médico, **cura-te a ti mesmo.** Lucas 4:23.



Um Pouco de Amor



culturasaber
Cursos Holísticos



Para cada enfermidade existe uma causa, um acontecimento respectivo na vida do ser humano que causa certas emoções. Essas emoções de amor, alegria, tristeza, ódio ou mágoa causam outros acontecimentos. Conforme a emoção primária, os acontecimentos desenvolvem-se de forma positiva ou negativa.

O ser humano conhece duas emoções básicas:

Amor e medo.

O ser humano sempre tem que se decidir por uma dessas duas categorias básicas. Para Grabovoi, todos os acontecimentos na vida representam opções de aprendizagem e, com isso, possibilidades de se decidir pela emoção primordial, o amor.

Amor e ódio existem em todos os seres humanos como dois lados da mesma língua; o medo é o amor ainda não compreendido.

A partir do momento em que a emoção está sendo reconhecida, ela pode ser transformada. Existem inúmeros níveis de negar realidades ou coisas. Porém, cada julgamento minúsculo nasce da emoção básica do medo, gerando assim acontecimentos negativos ou matéria danificadora.

Assim, as emoções do ser humano determinam seu destino e uma alteração das emoções transforma o destino.

A aversão contra experiências negativas ou manifestações indesejadas da matéria significa a "não percepção" de Deus nesse tipo de realidade, e bloqueia a transformação desejada.

O mecanismo contra o controle é muito simples:

- Parar de julgar para não ser julgado
- Perdoar e pedir perdão.
- Aceitação da própria vida com gratidão para a chance da vida
- Amor incondicional da própria pessoa e de outros.





O Fator "Futuro" Acontece Agora

A enfermidade não é somente o resultado das influências, ações e acontecimentos passados, mas também da cooperação com o futuro.

O corpo humano reage sensivelmente sobre os impulsos direcionados para o futuro, ou seja, sobre pensamentos negativos que são existentes no futuro. Se no futuro existem formas de pensamentos massivos sobre a morte, o corpo pode reagir em forma de enfermidade mortal.

Nesse caso, a morte não é o resultado da enfermidade, mas a enfermidade é a seqüela de que em algum momento no futuro existe uma memória forte em relação à morte, que existe um ponto final.

A forma como o futuro está sendo construído determina a capacidade de regeneração do ser humano. Por isso, um dever importante no processo do desenvolvimento do ser humano é eliminar informações negativas do futuro. Quando a gente se visualiza saudável no futuro, o corpo pode reagir positivamente e terminar uma doença. Felicidade projetada para o futuro gera felicidade; o mesmo vale para a saúde, doença e morte.

O desenvolvimento futuro de um ser humano está sendo preparado por ele mesmo no seu interior e controlado no nível da decisão tomada por ele. Quando o ser humano toma uma decisão em forma de certo pensamento, a mensagem será 'depositada' no futuro.

O sensível corpo humano reage sob essas informações, trabalhando em direção a isso. No processo do controle segundo Grabovoi, o impulso informativo do ponto no futuro se torna a norma na qual o problema está sendo salvo, seguindo a sua programação genômica.

Basta focar e **iluminar** os impulsos dos pensamentos no futuro para transformá-los, e o corpo será transformado através da onda retrógrada.

A Forma e os Métodos

Os métodos dos ensinamentos segundo Grabovoi e as escolas resultantes ajudam a usar as capacidades mentais para criar a realidade externa de forma vantajosa ou transformar no sentido positivo.

Quando a mente superior como onda penetra a consciência do ser hu -



mano, ele recebe ali virtudes psicofísicas, podendo em seguida manifestar matéria e transformar a realidade.

_ Ora, a fé é a certeza daquilo que esperamos e a prova das coisas que não vemos. Hebreus 11:1.

Como tudo o que aparece na vida é constituído por elementos do próprio ser, eles contêm a possibilidade de uma aproximação da vida ideal à Criação.

Por isso, a capacidade genômica que recebemos do Criador deveria ser desenvolvida da melhor forma, para intervir ativamente no processo da manifestação da realidade em suas cores reais.

Cada ser humano é capaz de reconstruir sua estrutura energético-informativa até a norma funcional através da ajuda de exercícios específicos.

As células do organismo podem ser estimuladas para se regenerar através de um abastecimento bioenergético correspondente.

Exercícios específicos ativam os centros cerebrais responsáveis pelos processos bioquímicos e reconstroem funções vitais alteradas. Cromossomos podem irradiar impulsos informativos para o campo eletromagnético sob a forma de fótons, dentro de um espectro muito largo, desde o ultravioleta até o infravermelho e as ondas de rádio.

Tudo é constituído da luz, da energia de vida de Deus, onde nada está parado sobre a frequência constante da vibração em suas cores.

Esse é o ponto em que pode acontecer uma intervenção efetiva. Já está sendo comprovado cientificamente, que pensamentos penetram no meio externo sob forma de impulsos de comando, influenciando assim a organização de acontecimentos.

Da mesma forma, eles agem vindo do meio externo, por exemplo, como comando interno sobre a saúde.

Os métodos segundo Grabovoi possibilitam a cada pessoa descobrir o potencial singular no seu organismo para comandar seu cérebro e seu organismo.

Usando os métodos de Grabovoi com êxito:

A fé absoluta na existência de um Criador do Mundo e na descendência própria em sua luz divina, independentemente das diferentes formas



culturais que vibram e brilham em suas próprias cores.

O uso mesmo acontece no nível da mente espiritual, da consciência, da alma e do corpo físico.

Devemos usar elementos terapêuticos normais como:

- Visualização e imaginação
- Focalização e atenção
- Trabalhar a partir de uma posição distante
- Aproveitamento de linhas de tempo
- Combinação da intenção de manifestação com emoções
- Apagar informações através da substituição de algo novo
- Mediação verbal de informação sob a forma de instruções
- Hiper-comunicação (comunicação além do espaço e tempo)
- Comunicação direta com as células corporais
- Transferência da informação de células sadias para as danificadas
- Posicionamento no nível da alma.

A base filosófica de todos os métodos é a suposição de que a matéria é o efeito de processos mentais espirituais, e que existe para cada forma de matéria uma correspondência mental espiritual.

Para formar a matéria conforme desejado, serão enviados impulsos da consciência para o correspondente mental espiritual. Esses impulsos são compostos por imagens internas direcionadas e expressões mentais ou verbais, os assim chamados programas ou comandos.

Para o uso não é necessário permanecer em posição de meditação, mas uma focalização plena sobre os conteúdos do método, partindo da sensação de uma percepção sem forma.

Paralelamente a estrutura da respectiva **luz ativa** (alma, mente espiritual, consciência) e as reações devem ser sentidas intensivamente no corpo. O objetivo de todos os comandos é o nível informativo, sendo que todas as transformações acontecem na área da geração da informação.

A partir daqui acontece a expansão da consciência/informação com efeito sobre a matéria e, com isso, também sobre o corpo.

AURA



culturasaber
Cursos Holísticos



Frequência do Amor

Canal: Adílson Howthep

ASSINATURA VIBRACIONAL – ESCALA DE HAWKINS

ÔMEGA

PADRÃO	FREQUÊNCIA (HZ)
CONSCIÊNCIA FINAL	1000
ILUMINAÇÃO	700 ou +
PAZ	600
ALEGRIA	540
AMOR	500
RAZÃO	400
ACEITAÇÃO	350
DISPOSIÇÃO	310
NEUTRALIDADE	250
CORAGEM	200
ORGULHO	175
RAIVA	150
DESEJO (Vício/Vontade egocêntrica)	125
MEDO	100
DOR (Sofrimento/Mágoa)	75
APATIA	50
CULPA	30
VERGONHA	20
PENSAMENTO NEGATIVO	00

ALFA



Adílson Howthep



AMOR

Acolhimento / Ouvir Você

Frequências Vibracionais promovem tanto a Cura como a Doença

Nos Estados Unidos descobriram surpreendentemente que o que as células cancerígenas mais têm medo é de "amor"!

O estudo descobriu que muitas pessoas estão doentes por falta de "amor"! O Dr. David Hawkins é um médico muito conhecido nos Estados Unidos e já tratou muitos pacientes em todo o mundo.

Ele disse que ao ver o paciente já sabe a causa da doença.

Ele revelou que seus pacientes não falam de amor, só falam de dor, de ressentimento, de frustração, o pacote inteiro está preso ao corpo do paciente. Dr. Hawkins disse:

"Muitas pessoas ficam doentes porque não têm amor, só têm dor e frustração... Pessoas com frequências de vibração abaixo de 200 hz, são fáceis de ficar doente." Frequência vibracional é comumente conhecida como o campo magnético.

David Hawkins descobriu que as pessoas que estão doentes geralmente têm pensamentos negativos.

Com frequência de vibração acima de 200 hz, as pessoas não ficam doentes. Geralmente, seus pacientes têm frequência de vibração abaixo de 200 hz. Quais são os pensamentos que têm frequências de vibração abaixo de 200hz?

Pessoas que gostam de reclamar, culpar e ter ódio dos outros, a frequência é apenas cerca de trinta ou quarenta, quem constantemente acusa os outros, diminui uma grande quantidade de energia, de modo que a frequência de vibração fica abaixo de 200hz. Essas pessoas facilmente adquirem muitas doenças diferentes.

O índice de vibração mais alto é 1000 hz e o índice mais baixo é 1.

Ele disse que neste mundo, a maior frequência de vibração que ele viu foi de 700 hz, a sua energia é particularmente suficiente, quando essas pessoas aparecem, podem afetar o campo magnético local.

Quando uma pessoa de alta energia aparece, a sua energia faz com que o campo magnético de todas as coisas se torne belo e pacífico, mas quando uma pessoa tem um monte de pensamentos negativos, ela não somente fere a si mesma, mas o campo magnético que a circunda se torna ruim.

Dr. Hawkins disse que ele testou milhões de casos e pesquisou diferentes raças ao redor do mundo. A resposta é a mesma. Enquanto a frequência de vibração for inferior a 200 hz, a pessoa está doente. Se for acima de 200 hz, não terão doenças.

Quais são os pensamentos acima de 200 hz?

Gostar de cuidar dos outros, compaixão, amor, boas ações, tolerância, etc. Estas são frequências de alta vibração, atingindo de 400 hz a 500 hz.

Em vez disso, sentimentos como ódio, raiva, culpa, ressentimento, ciúme, ser exigente com os outros, as coisas egoístas, só consideram a si próprios, com pouca consideração pelos sentimentos dos outros, fazem com que a frequência de vibração dessas pessoas seja baixa.

Estas vibrações de baixa frequência também levam a doenças como o câncer, doenças do coração e outras doenças.

O pensamento, do ponto de vista médico, é realmente incrível! O pensamento tem uma grande influência na saúde das pessoas.

O Poder do Amor:

Depois que o violoncelista japonês Sean sofreu de câncer, ele tentou combater a doença, mas se sentiu cada vez pior. Ele ajustou sua mente e decidiu amar todas as células cancerosas de seu corpo.

Ele considerou a intensa dor do câncer como um "serviço de despertar", com bênçãos e gratidão. Ele achou isso bom. Então ele decidiu amar toda a vida, incluindo todos, tudo. Depois de um tempo, o inesperado aconteceu e todas as células cancerígenas tinham desaparecido.

Mais tarde, ele se tornou um conhecido terapeuta no Japão.

Essa é a essência da vida - "Amor".

Queridos amigos, desejo que vocês sejam felizes e tenham muito Amor em suas vidas! Que possamos amar com toda a sua existência!



“DÊ CONTEÚDO DE AMOR À SUA VIDA”

“Amarás o Senhor teu Deus... amaras o teu próximo como a ti mesmo”.

Os 4 Pilares

REIKI

I

Ho

II

W

IIIA

THE

IIIB

P



Espaço Howthep
Cursos Holísticos
Cultura Saber

Energia Taquiônica

Energia Taquiônica

Veja que a consciência é interdimensional, ou seja, permeia todas as dimensões existentes possíveis. A mente é $27 = (9)$ mil vezes mais rápida que a velocidade da luz, que percorre cerca de $300 = (3)$ mil quilômetros por segundos.

Mas, o coração é **6** mil vezes mais rápido que a velocidade da mente.

Ou seja: $33 = (6)$ mil vezes mais rápido que a velocidade da luz.

Agora veja: $33 = \text{Yahushua Hamashiach (Cristo)} = \text{AMOR!}$

Energia = **3** | Frequência = **6** | Vibração = **9**

É preciso a sincronização entre: Corpo | Mente | Espírito.

O que eu Penso | Sinto | Faço | Falo.

Sendo assim, consigo sincronizar a minha existência essencial.

A energia taquiônica possui a maior vibração do universo, e ela é neutra e tem carga elétrica contrária, ela não reage, (dê a outra face), quando é colocada em prática: quando agimos com amor, por amor, pelo amor, para o **Amor**.

Quando consigo dar a outra face (não reagir), significa que alcancei a energia do amor, a energia taquiônica.

Agora veja que se o meu coração, que produz energia vril, **magnética**, estiver alinhado, sincronizado com a minha mente **elétrica**, tudo o que eu desejar, se fará.

Aqui há o poder da telepatia, onde o discípulo poderá navegar em outras dimensões e realidades. Em seu interior, resplandece a energia vital do **amor**, a sensibilidade que percebe o campo eletromagnético, que todo mundo produz ao redor do corpo, a vibração da dança das moléculas subatômicas, que constituem a aura, as músicas das esferas e terá também, a capacidade de transformar o seu corpo, através da alquimia sagrada (renovação da vossa mente).

Paulo de Tarso: Romanos 12, 2.

Esse resultado pode ser alcançado através da:

1º - Massagem Tântrica

2º - Meditação

3º - Alquimia Sexual

4º - Prática do Amor Constante

5º - Ou, através de todos esses processos, juntos.

A energia do amor não tem massa, ela pertence ao plano espiritual.

Essa energia sagrada: Yin & Yang **amorosa**, de cor verde rosa, no homem gira no sentido horário e na mulher ela gira no sentido contrário. Por isso deve haver uma unificação de alquimia entre o homem e a mulher.

O coração emite energia áurica até 3 metros, de onde podemos notar que uma pessoa mesmo estando a 6 metros da outra, estão conectadas.



O Amor Transforma o Mundo

O CHO KU REI potencializa a energia do Reiki.

O SEI HE KI Modulariza o Reiki.

Conforme a história oficial da descoberta do Reiki, esse símbolo foi visualizado por Mikao Usui na cor verde-folha (cor do tchakra Cardíaco e representa a cura e renovação).

HON SHAZE SHO NEN

O viu na cor azul índigo, cor da devoção e idealismo.

É utilizado para enviar Reiki à distância, podendo a energia ser projetada para o outro lado da sala ou a qualquer canto do planeta ou universo com a mesma facilidade.

Nos registros akáshicos estão registrados as nossas vidas vividas, as quais nos colocam a viver e colher o que plantamos.

O HON SHAZE SHO NEN é uma via de acesso aos registros akáshicos, como consequência, uma de suas aplicações principais consiste em sanar nossas enfermidades psicossomáticas, podendo resolver o caminho para a evolução.

Esplanada do Rio de Janeiro
Terapias Integrativas
culturasaber



SINTONIZAÇÃO COM DEUS

HON SHA ZE
SHO NEN

本有念

O 3 A
SÍMBOLO
CÓSMICO
HON SHA ZE
SHO NEN


culturasaber
Cursos Holísticos

SINTONIZAÇÃO
COM DEUS

靈
氣

Casa de
Deus



culturasaber
Cursos Holísticos

MEDITAÇÃO GASSHO

MEDITAÇÃO GASSHO Para entender os 5 Princípios do Reiki

Gassho significa duas mãos se juntando, unidas ou em prece.

A pronúncia correta é "gáshô". É colocar-se num estado receptivo para ouvir o Criador, promovendo uma sincronização, levando-nos em direção a luz.

- Sente-se ereto e confortável, apoie suas costas, relaxe os ombros, boca, língua, maxilar, feche os olhos e inspire profunda e lentamente, por três vezes.
- Mantenha as mãos relaxadas e unidas em sincronização, em frente ao peito ou garganta, com os dedos direcionados para cima.
- Focalize a atenção no ponto onde os dedos médios se tocam. A concentração no toque dos dedos ajudará a manter a sensação, o formigamento dos dedos de forma mais sensível e o tônus da meditação Gassho, em ressonância.
- Quando se sentir tranquila, físico e mental, repita pausadamente, refletindo suas palavras, os cinco princípios sagrados do Reiki.

APENAS HOJE, NÃO SE IRRITE

Só por hoje, agradeço pelas minhas bênçãos e respeito meus ancestrais, pais, mestres, idosos e toda a natureza. Ao se posicionar com atitude de gratidão pelo que recebe, o universo, por sua vez, disponibilizará ainda mais abundância.

As suas emoções são apenas suas, e, pertence unicamente a você. Se alguém fizer ou disser algo que te deixe irritado(a), enraivecido(a) é porque essa emoção já existe dentro de você. A pessoa apenas "ativou o gatilho" da manifestação. Você é a única fonte dessa emoção. O que você sente só pertence a você.

A melhor forma de agir nesta situação é agradecer a pessoa por ter te revelado que essa emoção existe, e, assim, você pode transmutá-la.

Quando há consciência de que você é a fonte das suas emoções e que elas também são energias, fica mais fácil a sincronização dos três cérebros: reptiliano basal, mesolímbico e neocórtex. Você como fonte, torna-se o criador da sua realidade.

Essa é a única forma que você tem para vencer essa guerra fratricida. Ela é somente sua. Contudo, não entre nela e administre-a com maestria, sem se identificar com ela (mente). A sua mente é como um cavalo que precisa ser domado. Uma vez despedido(a), você agora é a sua consciência.

E isso é montar no cavalo como fez Yaohushua:

_ Eu venci o mundo. E montou no burrinho no domingo de ramos.



MEDITAÇÃO GASSHO NO REIKI



culturAsaber
Cursos Holísticos



APENAS HOJE, NÃO SE PREOCUPE

Só por hoje, não me preocupo com nada. Se o passado te incomoda é porque você está vivendo nele e isso é totalmente inútil, porque ele não existe mais. Cuidado, porque a depressão é uma doença do passado.

Assim sendo, se o futuro também te incomoda, revise a sua mente, vigie a atividade externa para manter-se em harmonia com a atividade interna, porque o futuro, por sua vez, também não existe. Ele é uma ação apenas mental e a ansiedade é uma "doença do futuro". O sol de amanhã, não pode te queimar a pele.

Foque toda a sua energia naquilo que você quer agora, e esqueça o que não gostaria que acontecesse com a sua vida. Disse Jacó:

— O que eu temia, me aconteceu.

A vida é constituída daquilo que você ganha, todos os dias, como o PRESENTE eterno, no aqui e agora, sempre.

Afasta-te da aparência do mal, do medo, da ansiedade, da preocupação e não deixe o mundo lhe acorrentar os pés, para não distorcer as possibilidades dimensionais sincromáticas da sua luz, felicidade, da sua vida.

Veja que o fato de você estar "pré ocupado" faz de você um centro de força motriz intrínseca, focada naquilo que você está vivendo nesse auge peculiar. Contudo, você mesmo está causando a distorção da energia concêntrica e o sofrimento, atraindo-os mesmo antes de se manifestar.

APENAS HOJE, AGRADEÇO E SOU HUMILDE

Se por apenas hoje, não me aborrecerei, não sentirei raiva e nem ira, poderei viver a dádiva do PRESENTE dado por Deus.

Sei que a raiva gera energias mórbidas que geram doenças psicossomáticas trissômicas. Certo disso, serei humilde e grato(a) pela existência salutar que ganhei de presente, como o dia de hoje. E agora, eu vivo a felicidade, a qual fui designado(a) a viver com amor em unidade múltipla perfeita universal.

Tudo tem consciência, e a minha consciência é presente em tudo que penso, falo, faço e sinto. Eu sou abençoado(a) porque estou aqui no presente, de mais um dia, e, agradeço ao criador por me conceder, essa nova oportunidade.

Tudo é luz, energia e amor, diante da humildade. A luz é parte da consciência de que tudo é um no Todo com a mesma importância cósmica do amor universal.

Reiki

TÉCNICA: GASSHO
MEDITAÇÃO COM AS MÃOS JUNTAS



culturasaber
Cursos Holísticos

APENAS HOJE, GANHE A VIDA HONESTAMENTE

Só por hoje, trabalharei honestamente. O trabalho dignifica o homem, quando feito honrosamente. Sem trabalho, o homem nada é.

Serei honesto hoje, comigo, com Deus e com a realidade do outro, porque Deus é a manifestação de tudo, cuja a lei, está na causa da essência em conexão permanente no dia a dia, porque um é o elo que liga o outro com a fonte Superior.

A honestidade é uma árvore de abundância, porque Deus reconhece o fruto de acordo com a espécie de sua semente. Pois, a boca fala do que está cheio no coração. Diga com quem tu andas que direi quem tu é.

A palavra escrita aqui é vida e luz, daqui para frente ela dará frutos de acordo com a sua livre escolha.

APENAS HOJE, SEJA GENTIL E AMÁVEL COM TODOS OS SERES VIVOS

Se só por hoje, serei gentil comigo e com todos os seres vivos, então não haverá motivos para a infelicidade. Esta é a chave, o sinal de luz do Reikiano que sabe viver diante da supremacia dos cinco princípios sagrados do Reik.

A consciência ETERNA de Deus está manifestada em cada um de nós de forma FINITA para experimentar a sua própria criação. Contudo, veja que Deus é como o oceano que não se "pré ocupa" com os EFEITOS das ondas (ou corpo físico), que nascem e morrem e voltam para a sua origem (oceano) líquida ou cristais que refletem a luz.

Apesar de estarmos num corpo físico, ainda assim, somos a consciência de Deus manifestada. Embora, estando num corpo físico, não podemos nos prender apenas nos efeitos das ondas (nascer, adoecer, envelhecer e morrer), até porque, elas nem existem. Apenas se levantam e desaparecem o tempo todo.

Assim acontece com os corpos físicos que usamos como veículos para nos materializar como luz que somos, para vivermos essa experiencia escolhida.

E, apesar de, o homem aparecer e desaparecer o tempo todo, contudo ele afeta o universo à sua volta e pode causar harmonia ou desarmonia.

Pois, seja luz para o seu vizinho e plante a sua própria árvore em sua calçada e não deseje cortar a do vizinho.

Gratidão, Gratidão, Gratidão...



Espaço Howthep
 Cursos Holísticos
 Cultura Saber



Energia Eu Sou 19

Transmutação da Energia Kundalini

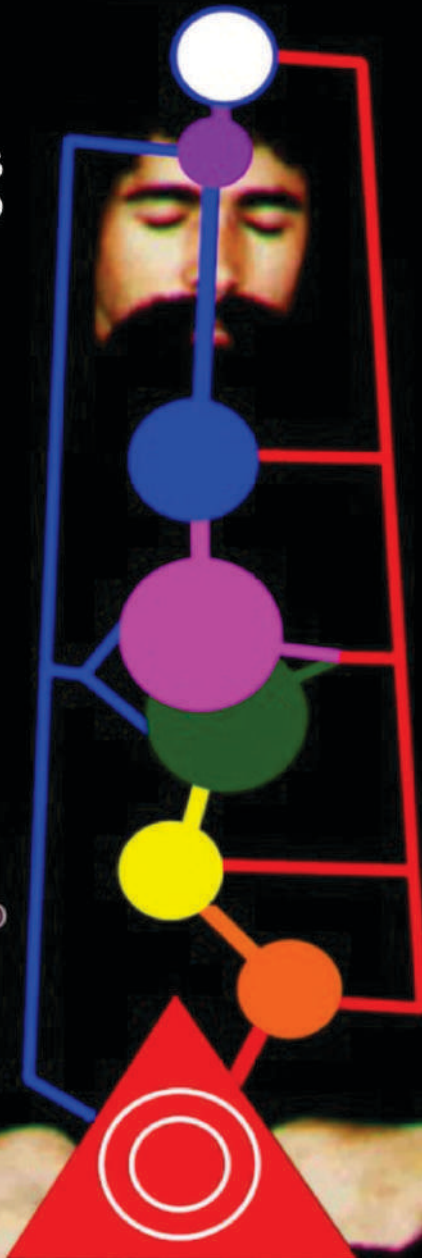
Os Sete Estágios
do Corpo Humano

Sistemas:
Simpático
Parassimpático

Os Tchakras
Números:
1-4-6=11
2-3-5-7=8
= 19

Alfa(1)
Ômega(9)

Adilson Howthep



11-Azul
08-Vermelho
11+8=10=1
Unidade
Múltipla
Perfeita

Yin-Yang





Terapia Genômica | Cromoterapia Clínica

As cores têm um efetivo papel no comportamento humano, tanto físico quanto psicológico. No trânsito são usadas as cores de maior contraste para facilitar a visualização; ambientes que demandam excitação e agitação são pintados de vermelho ou amarelo e outros que sugerem paz e repouso são pintados de azul claro ou de verde; um ambiente pintado em branco sugere ser maior do que se pintado em preto; frutas com cor saturada são mais apetitosas que aquelas de cores que indicam amadurecimento excessivo; o oceano azul profundo inspira calma; quando o sol está se pondo com tons vermelhos e laranjas, as pessoas se sentem energizadas.

A cromoterapia é a ciência que estuda as diferentes cores e sua ação energética para fins terapêuticos. Ela utiliza estímulos com determinadas frequências luminosas para restaurar, manter ou alternar as vibrações do corpo que resultam em saúde, física e mental, bem-estar e harmonia.

Quando há o excesso ou ausência de uma determinada cor, ocorre o que os cromoterapeutas chamam de desequilíbrio energético, levando o organismo a responder negativamente, gerando distúrbios físicos, mentais e emocionais.

O cromoterapeuta deve analisar detalhes, buscando associar os sintomas às causas emocionais. Na cromoterapia a cura se dá quando conseguimos ao mesmo tempo: restabelecer o equilíbrio bioenergético do organismo (tchakras-nadis) e eliminar a forma pensamento negativa causadora de enfermidades.

Muitas das doenças que afetam o homem têm sua origem na aura, ou seja, as doenças se estabelecem primeiramente nos corpos emocional e psíquico (mental), que mais tarde tendem somar com as várias doenças no corpo físico (alimentação).

A cromoterapia não trata apenas os sintomas, ela dirige-se à causa do desequilíbrio energético, ou seja, ela atinge o campo energético dos órgãos e sistemas.

Desde 1976 a Cromoterapia Clínica é reconhecida como terapia complementar pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

A Cromoterapia Clínica é também chamada terapia da cor.

É o método de medicina holística que utiliza as propriedades benéficas da luz para tratar diversos tipos de doenças e enfermidades no campo cromático dos tchakras.

A Cromoterapia Clínica tem Seguidores em todo o Mundo.

Os cromoterapeutas usam as propriedades das cores de formas diferentes para alcançar um equilíbrio energético no corpo de seus pacientes.

Cada uma delas tem efeitos peculiares nos sete corpos que possuímos, e, assim,



conhecendo como cada uma delas nos ajuda, podemos nos beneficiar de todas as suas características vibracional hermética.

As cores são utilizadas para promover a saúde, o equilíbrio e o bem-estar geral.

Cada cor age de maneira específica em um órgão, ajustando as energias bloqueadas nos nadis ou meridianos, o que normalmente, se transformaria em inflamações, dores, enfermidades, tristeza, ansiedade, depressão e outras.

Na cromoterapia, cada cor tem uma propriedade diferente que vai agir em pontos específicos para estimular uma reação curativa vibracional.

Os pontos da acupuntura como base atingem canais energéticos que estão espalhados por todo o corpo como podemos ver nos mapas.

A Cor Sempre Impactou a Vida das Pessoas!

E o que é a Cor?

A cor é como os nossos olhos interpretam a remissão da luz, vinda da fonte luminosa, através de ondas eletromagnéticas.

Nos nossos olhos, os cones são as células responsáveis por identificar a cor, que logo ativa os neurônios, causa uma resposta emocional e ativa o nosso sistema nervoso central: simpático (mente-vermelha) e parassimpático coração-azul.

O preto é a absorção de todas as cores sem reflexão e sem a divisão de cores. Já o Branco é a reflexão de todas as cores: **Sete Tchakras!**

Cor Vermelha | Tchakra Sexual | C | Geração

Embora ela ative diversos sistemas do nosso corpo, a cor vermelha é a 1ª cor que vemos quando somos bebê. Em contra partida, quando ficamos maduros enxergamos menos e o cérebro, as vezes, se confunde diante das cores.

As três primeiras cores que os nossos olhos veem são: a vermelha, a verde e a azul. Tchakras: **Sexual | Cardíaco | Laríngeo.**

O nosso próprio sangue, as vísceras, os órgãos, as veias são vermelhos e se a pessoa estiver em desarmonia consigo mesma, a sua energia sanguínea está baixa.

A cor vermelha é a mais intensa, a mais longa, a mais quente e a mais baixa no nível da escala vibracional cromática em nosso campo plasmático.

A cor vermelha é estimulante, atua no sistema nervoso autônomo simpático e parassimpático. Representa o corpo físico enraizado na terra, e, portanto é excitante, energizante, revigorante e reflete no tempo presente do homem, levando-o a sensualidade. Estimula a produção da adrenalina nas glândulas suprarrenais e favorece o aumento dos hormônios sexuais, eleva a pressão sanguínea e excita o corpo ao prazer.



Promove o relaxamento muscular, reduz a tensão dos nervos, ajuda na diminuição da dor como traumatismos ou contusões.

Ativa os movimentos respiratórios, eleva a pressão, aumenta o batimento cardíaco, estimula os receptores cognitivos e ajuda a controlar o excesso de bactérias e a acidez na região íntima e intestinal.

Ativa as funções cardíacas, aumenta a produção de hemácias e trata os canais (meridianos) que estão em bloqueios.

Estimula a produção dos glóbulos vermelhos do sangue, acelera a circulação do sangue, dilata os vasos e ajuda na eliminação de edemas. Aumenta os níveis teciduais de oxigênio e melhora o fluxo vital sanguíneo.

Estimula a regeneração da pele (o maior órgão do corpo) e das células sanguíneas melhorando a oxigenação do sistema de modo geral.

Está ligada a nota musical **C=Dó** maior e ao princípio Hermético **Geração**.

E, por sua vez, quando um instrumento é tocado num acorde de **C**, produz um som que emite uma cor vermelha. Assim sendo, a cor e a música são terapias holísticas que podem ajudar na definição da escolha do sexo do bebê...

Eliminador:

Elimina: impurezas, gorduras, detritos, êmbolos, ateromas (vasos: artérias, veias etc.).

Sistemas e Órgãos:

Circulatório | Sensorial | Nervoso | Endócrino | Fígado | Baço | Medula Óssea | Células.

Sua Função Terapêutica:

Como é a cor do amor universal, é excelente para ambientes com pessoas tristes, deprimidas e angustiadas.

Ativador | Estimulador | Acelerador | Cauterizador Mais Fraco | Cicatrizante | Desobstruidor | Eliminador.

Sua ação terapêutica pode ser usada para o combate à anemia, paralisia; inflamações das articulações, pressão baixa, depressão, reumatismo, falta de energia, desânimo e outras.

Aumenta a atividade física dos órgãos e do corpo da pessoa.

Estimula o desenvolvimento e alívio das funções respiratórias das crianças.

É eficaz em distúrbios relacionado a pele e ao sangue.

A energia e a frequência vibracional sonora (**C**) da cor vermelha é a mais baixa da escala, mais longa, mais quente e a mais densa porção de **Luz**.



Contra Indicação:

É contra indicada para pessoas idosas frágeis, recém-nascidas, com pressão alta, sanguíneas, inflamações acompanhadas de febres, violentas, agitadas ou em pessoas com insônia. A pessoa compulsiva, ansiosa, excessiva demais, transtorno de conduta, irritabilidade, estresse, taquicárdico, temperamento explosivo e outras.

Tchakra Sexual (MULADHARA):

Situado na base da coluna vertebral (região do cóccix) produz interações de forças que vibram produzindo campos energéticos na cor **vermelha**.

Ela se liga com os três tipos de energias

- 1ª - Energia telúrica eletromolecular dos alimentos, água etc.
- 2ª - Energia eletromagnética que vem do sol e da lua (Yin-yang).
- 3ª - Energia espiritual (**luz**) que vem direto do criador.

O tchakra sexual desalinhado acarreta problemas como: urinários; impotência; esterilidade; dilatação da próstata e diversas outras doenças sexuais.

Tom: C = Dó | Cor Vermelha | Geração | Terra/Fogo

Base da coluna vertebral na cintura pélvica/períneo. Seu centro físico corresponde às glândulas cortex suprarrenais, que auxiliam a adrenalina, cortisol, esteróides sexuais e tem a função de prover a circulação, equilibrar a temperatura do corpo preparando-o para a reação imediata.

É responsável pela circulação do sangue, pelos hormônios do estresse e rege os órgãos que dão estrutura ao corpo: ossos, músculos, coluna vertebral, quadris, as pernas, os pés...

O mau funcionamento deste tchakra pode levar a pessoa a tentar contra a própria vida, ter intestino preso, depressão, ansiedade...

Aberto para baixo trata-se de um conjunto de nervos, que se situa na parte mais profunda da bacia. Ele é emaranhado com o sacro e é formado pelo 5º nervo lombar e mais quatro nervos sacros, dali partem para os nervos motores e sensitivos para o ânus, pênis ou clitóris, além de importantes nervos como o ciático para as nádegas, coxas, pernas, calcâneo...

É o centro (yin-yang) psicológico para a evolução da identidade, sobrevivência, autonomia, autoestima, realização e conhecimento. É um centro acumulador de impressões, memórias, conflitos e atitudes geradas pelos nossos esforços para conseguir a individualidade.

Sua energia é "azul feminina" e seu planeta regente é a Saturno.



Está ligado a tudo que é ação, o que é quente, fogo, calor, energia, ao instinto básico da sobrevivência. É a nota mais baixa da escala musical, está fixado na força telúrica da terra e sua busca é densa, vive em prol do prazer por estar preso as coisas da terceira dimensão deste mundo.

O Tchakra Sexual Controla e Energiza:

- * Os sistemas muscular e esquelético;
- * A coluna vertebral;
- * A produção e a qualidade das células sanguíneas / medula óssea;
- * As gônadas (testículos ou ovários)
- * Indiretamente afeta as suprarrenais;
- * Os tecidos e órgãos internos do corpo;
- * A taxa de crescimento das células;
- * A taxa de crescimento das crianças;
- * A vitalidade geral e temperatura do corpo;
- * Indiretamente energiza o coração

A Estagnação do Tchakra Sexual pode Manifestar:

O desequilíbrio deste tchakra Sacrococcígeo produz fisicamente:

- * Artrite e reumatismo;
- * Problemas na coluna;
- * Doenças sanguíneas e alergia;
- * Cicatrização lenta de ferimentos e fraturas ósseas;
- * Problemas de crescimento;
- * Câncer e leucemia;
- * Baixa vitalidade;
- * Doenças cardíacas;
- * Doenças cerebrais;
- * Doenças sexuais.

COR LARANJA | Tchakra Esplênico | (SVADHISHTHANA)

O Significado e o uso Terapêutico das Cores:

As cores têm um efetivo papel no comportamento humano, tanto físico quanto psicológico. No trânsito são usadas as cores de maior contraste para facilitar a visualização; ambientes que demandam excitação e agitação são pintados de vermelho ou amarelo.

Outros que sugerem paz e repouso são pintados de azul claro ou de verde; um



ambiente pintado em branco sugere ser maior do que se pintado em preto; frutas com cor saturada são mais apetitosas que aquelas de cores que indicam amadurecimento excessivo; o oceano azul profundo inspira calma; quando o sol está se pondo com tons vermelhos e laranjas, as pessoas se sentem energizadas.

OS BENEFÍCIOS DA COR LARANJA

Por ser uma mistura do vermelho com o amarelo, é também uma cor quente e estimulante, muito utilizada para tratamento da depressão. Pois ela tem o poder de aumentar a autoestima, a disposição incentiva do intelecto por estimular a atividade mental, ajuda com os medos e bloqueios psicológicos.

Indicado para doenças pulmonares, má digestão, gases, pedras nos rins, diminui as taxas de colesterol, obesidade, câibra...

Ao trabalhar as questões físicas e mentais, a cor laranja resulta em mais jovialidade e alegria. Desperta confiança, espontaneidade, otimismo e bom humor. Atua ainda no sistema respiratório e ajuda no processo de recuperação de fraturas.

Indicado para tratar problemas de pressão arterial, problemas no coração, ansiedade, nódulos, ajuda na cicatrização de machucados e cirurgias.

Tem a capacidade de equilibrar o corpo por dentro e por fora, como no caso da melhora da cartilagem corporal.

Sua ação antidepressiva beneficia direto o sistema metabólico, estimula as glândulas suprarrenais, atua nas disfunções hormonais do ovário, eleva a pressão sanguínea, rejuvenesce e revitaliza.

Aumenta a vitalidade do sistema nervoso, acelera o metabolismo ósseo, como o crescimento dos ossos, equilibra e restitui a saúde da tireoide, auxilia nas doenças renais e da bexiga, e na constipação. Aumenta a energia dos pulmões, da respiração e da digestão, aumenta a pulsação, auxiliando também no tratamento das náuseas.

A cor laranja estimula a fixação do cálcio nos ossos. Aumenta o tônus sexual e proporciona o otimismo. Possui ação antiespasmódica, alivia dores emocionais vindas da tensão e do estresse oxidativo: (açúcar em excesso e medo).

Do ponto de vista psicossomático ajuda a remover repressões e inibições. Amplia a mente e a torna receptiva para novas ideias.

Indicada nos casos de problemas com o baço e os rins, cálculos biliares, artrites, reumatismo, bursite, obesidade, torceduras (braço, pé, joelhos, punhos).

Principais Utilizações Terapêuticas:

Asma, bronquite, câibras, cálculo biliar, cansaço mental, cólicas, desequilíbrios hormonais, epilepsia, espasmos musculares, gota, menstruação (interrupção), prob



lemas respiratórios, resfriados, reumatismo, doenças renais e da bexiga, baço e os rins, artrites, reumatismo, bursite, obesidade etc.

Para dores musculares mais intensas, recomendam-se as cores frias, como o azul, devido às suas propriedades anti-inflamatórias.

A CONTRA INDICAÇÃO DA COR LARANJA

Os Cuidados Profissionais

Embora possua benefícios para a saúde, à cromoterapia clínica pode ter efeitos indesejáveis se as cores não forem usadas de forma adequada ou se forem praticadas por profissionais não habilitados.

Como por exemplo, as cores de tons; vermelho e laranja não devem ser usadas por pessoas com febre ou que estejam muito nervosas, pois essas cores podem intensificar estes sintomas.

Assim, da mesma forma, como pessoas que sofram de gota não devem usar a cor azul e violeta por provocar sensação de piora dos sintomas da doença.

A cor laranja é contraindicada para pessoas que possuem problemas com insônia, febre muito alta e estresse oxidativo.

Cristais

Os cristais são poderosas ferramentas naturais para manter os tchakras equilibrados e são facilmente encontrados para comprar em lojas esotéricas, de artigos religiosos, feirinhas hippie e na internet. Existem meditações que os utilizam para o alinhamento de tchakras e para a cristaloterapia, que faz o uso terapêutico dessas pedras.

Os cristais e as pedras usados para alinhar o Muladhara são Pedras do Sangue, Jaspe vermelha, Cornalina, Quartzo fumê, Granada, Turmalina preta, Obsidiana, Ônix e outros cristais pretos e vermelhos. Essas pedras e suas respectivas cores vibram na mesma frequência que o tchakra, trazendo equilíbrio e outros benefícios para o corpo, a mente e o espírito.

Tchakra Esplênico | Quando Equilibrado

O termo esplênico vem de uma palavra inglesa, spleen, que significa baço. Esse tchakra é considerado o guia da vida, por ter uma influência grande e direta nos glóbulos vermelhos e transmite ao corpo humano, sua energia, de vida e saúde.

O tchakra se manifesta principalmente na fase da puberdade, dos 7/14 anos. Onde o sono é o principal sintoma, predominante e bem aparente nessa idade.



O adolescente tende a querer fazer tudo do seu jeito sem que haja influência sobre os seus atos. Só faz o que quer, enquanto que o adulto, faz o que é necessário.

TCHAKRA ESPLÊNICO (SVADHISHTANA)

Tom: D = Ré | Cor Laranja | Causa e Efeito | Água/Fogo

Localiza-se logo atrás e no alto do lado esquerdo do umbigo. Seu centro físico corresponde à glândula do Baço | Gônadas | genitais | ovários, próstata, testículos, vagina e tem a função de desenvolver características sexuais masculina e feminina e a regulação do ciclo feminino.

Ele trabalha junto com o fígado e trata de transformar os hormônios esteróides (produzido pelo colesterol) em libido, em vida...

O baço harmoniza o corpo entre o quente e o frio, removendo a umidade equilibrando os sistemas: hepático, renal e linfático, livrando-o da ptose.

Este tchakra é responsável pelos líquidos do corpo: sangue, água, esperma, secreções nasofaríngeas, digestivas, nasais, respiratórias, gástricas, purulentas, pancreáticas, gastrointestinais, pulmonares...

É responsável pela filtragem de toda a trajetória dos rins e está sempre alerta para expelir as excreções do corpo.

Ligado ao elemento água/fogo e ao ciclo circadiano de Júpiter, ele trata do poderoso líquido amniótico produzido pelo serpentear do kundalini.

Responsável pela reprodução faz a troca dos fluidos sexuais durante o sexo, energiza os órgãos sexuais, estabiliza o fluxo de sangue e a ereção, eleva a fertilidade, produz os hormônios do prazer, da emoção e da alegria.

Sua energia é masculina e tem o poder da sexualidade, domina o universo das emoções, tem a chave da abertura para o com outro, é o centro dos relacionamentos tanto afetivos, sexuais quanto qualquer outro relacionamento e proporciona o lado produtivo e maduro. Está intimamente ligado com a maternidade e com a relação amniótica da mãe/pai (carrega a semente) para a permanência da prole.

Vivemos na 3ª dimensão, onde tudo é ambíguo. Porém com grandes possibilidades de vivermos a unificação de nós mesmo, ao tornarmos-nos no hermafrodita perfeito. Pois, somos andrógenas, formados do Pai-Mãe | Yin-Yang | Positivo-Negativo | Óvulo-Esperma e vivemos sobre a lei de polaridade por conta dessa energia yin/yang que fora usada para que viéssemos a esse mundo de 3ª dimensão.

Sua energia é vermelha masculina e o seu planeta é Júpiter.

Quem cuida apenas do seu corpo trabalha com a energia da sensualidade e está



vibrando apenas na 2ª dimensão (pensamento de sedução).

Quando o baço está em desarmonia, cria-se a fleuma: acúmulo de massas, inchaço, gordura localizada, catarro, cistos, mioma, câncer...

É o centro (yin/yang) psicológico para a evolução de desejo pessoal e da força emotiva, vontade de ter, amar, pertencer, estabilidade (material e emocional), tem constante necessidade de afeto e segurança.

Acumula padrões negativos gerados em nossos esforços, para estabelecer um sistema de apoio para viver e amar.

Esporte excessivo, alimentos crus e frios em excesso e ansiedade têm o efeito baiacu. No entanto, não exagere.

Esse tchakra trabalha junto com o tchakra Umbilical: glândula do baço e a programação pancreática.

Com o tchakra esplênico equilibrado a pessoa tem entusiasmo, alegria pela vida e fica mais criativa. A energia do tchakra impulsiona o indivíduo a se movimentar, a ir atrás de realizar seus objetivos com mais energia e amor.

Para mantê-lo equilibrado deve usar roupas e acessórios da cor laranja, dançar, entoar o mantra Vam, ouvir a nota musical Ré ou aromatizar o ambiente com óleo essencial de ylang ylang e manjerona.

Desequilíbrio | Falta ou Excesso de Energia

Sintomas Mentais

Este tchakra afeta diretamente a mente da pessoa, tornando-a infeliz, medrosa, autoritária, predisposta e acredita ser vítima do caos podendo desenvolver o TOC (transtorno Obsessivo Compulsivo). Ou seja, uma pessoa com mania de limpeza.

O tchakra esplênico é responsável direto pela energia da área sanguínea e do baço.

Dessa forma todos os demais tchakras são dependentes do equilíbrio e da harmonia entre o tchakra sexual e o esplênico. Caso qualquer um deles estiver fora da sintonia ou instável, os outros tchakras, também sofrerão as consequências.

Sintomas Físicos

Baixa imunidade, fragilidade, sensível e costuma fugir daquilo que o afeta. No entanto, se persistir por muito tempo essa desarmonia energética, à pessoa pode desenvolver um quadro de anemia aguda, onde a síndrome do pânico pode estar na fila, e



logo atrás, e mais grave ainda, está à leucemia.

Por falta dessa harmonia surgem às perturbações e distúrbios sexuais, a de pressão, condicionamento mórbido nas relações e disfunções endócrinas.

Quando muito energizado, indica excesso de hormônios e sexualidade exacerbada.

Ele controla os prazeres e está conectado ao desejo e ao vício.

Abusos ou a referência de algo que nos foi tirado;

Condicionamentos na infância;

Distúrbios sexuais;

Fronteira do espaço pessoal.

Elemento

O elemento do tchakra esplênico é a água/fogo, com o poder de se purificar se livrando das toxinas e das emoções negativas.

Está associado ao sistema urinário e ao emocional e para se manter alinhado e energizado, a pessoa deve tomar banho com água energizada pela lua cheia ou fazer a ingestão de sucos que utilizem laranja, mamão, cenoura e outras hortaliças de cor alaranjada. Usar roupas alaranjadas e passar tempo em lugares onde tem essa cor.

Cristais

Uma forma de manter os tchakras equilibrados é a utilização de cristais no local onde o mesmo fica localizado. É possível fazer isso em uma meditação de 15 a 20 minutos ou pela cristaloterapia, uma atividade terapêutica que utiliza cristais para realinhar os tchakras e equilibrar as energias das pessoas.

Assim, os cristais e pedras que podem ser utilizados para equilibrar o tchakra esplênico são Cornalina, Ágata laranja, Citrino, Topázio amarelo dourado, Opala de fogo, Jaspe, Pedra do Sol, Selenita laranja, Calcita laranja e Quartzo tangerina. A Selenita e Calcita laranja têm uma conexão mais profunda com o tchakra umbilical, trazendo alívio imediato.

A Cor Amarela | Tchakra Umbilical

As cores podem ser aplicadas no corpo através de aparelhos específicos, lâmpadas coloridas, cristais, através da meditação (visualização mental da cor), vestimentas, alimentos, ingestão de água previamente solarizada e contato direto com a natureza.