

**El Self-Healing Archaeous de Rawn Clark**  
**Escrito de la versión audio © 2002 por Rawn Clark**

**~ Lección Uno ~**

**La conciencia total e integración del cuerpo físico**

Introducción:

Hola, soy Rawn Clark y está escuchando la lección uno del Self-Healing Archaeous.

Yo llamo a esta técnica un archaeous porque está basada en un trabajo Alquímico conocido como el archaeous del agua. En este trabajo alquímico, el individuo toma un volumen de agua y lo separa en sus Elementos a través de un proceso de destilación. Una vez que las partes son separadas y purificadas, son recombinadas o reintegradas, resultando en agua apoderada que tiene facultades que no poseía antes. El self-healing archaeous sigue este mismo patrón alquímico de separación, purificación y subsiguiente reintegración, pero en vez de agua, nuestro sujeto es el cuerpo humano de tres partes.

Como Bardon, el Archaeous define tres “cuerpos” que corresponden a tres “reinos”: Mental, Astral, y Físico. Los efectos curativos del Archaeous son logrados a través de la consiente manipulación de estos tres cuerpos, y muy especialmente, a través de su integración.

A cada paso en el Archaeous, el individuo trabaja en consiente cooperación con los caminos de influencia y poder que la Naturaleza misma proporciona. La técnica imita uno de los procesos más esenciales de la Naturaleza: Integración + Separación + Reintegración...el ritmo de la vida.

Las lecciones uno, dos y tres, tienen que ver con la conciencia total de cada cuerpo y su integración con cada uno. La lección uno tiene que ver con la conciencia total, relajación e integración del cuerpo físico, la lección dos con la conciencia total del cuerpo astral y su consiente integración con el cuerpo físico; y, la lección tres con la conciencia total del cuerpo mental y su consiente integración con el cuerpo astral y con el cuerpo físico.

Lecciones cuatro y cinco tienen que ver con la separación pasiva de estos cuerpos, uno del otro, y con su subsiguiente reintegración. Durante el periodo de separación, cada cuerpo naturalmente logra un grado de descanso que le es desconocido. El archaeous toma total ventaja de este derivado curativo que resulta de esta tranquila soledad.

La lección seis tiene que ver con la purificación y equilibrio de cada cuerpo individual y la subsiguiente reintegración de estos cuerpos balanceados. Esto es logrado a través de la carga de cada cuerpo con los cuatro Elementos en sus regiones apropiadas.

La lección final, siete, tiene que ver con una forma más alta de integración – la de auto-expresión integrada a través de su concientemente unificado y Elementalmente balanceado cuerpo físico-astral-mental.

El archaicus está diseñado para ser seguido en conjunción con el trabajo de Iniciación al Hermetismo. Lecciones uno, dos y tres, que están enfocadas en integración, son adecuadas para cualquier Paso de Bardón.

Las lecciones cuatro y cinco sin embargo, que tienen que ver con la separación, deberán solamente ser seguidas después de la terminación del Paso Dos y la adquisición del Equilibrio Elemental rudimentario.

Lección seis, que tiene que ver con la manipulación de los Cuatro Elementos, deberá ser seguida solamente después de que un buen progreso ha sido logrado con el Paso cuatro y el trabajo de la acumulación de los Elementos.

Y finalmente, la lección siete deberá ser llevada a cabo después de que el trabajo del Paso Seis ha sido empezado.

Así que, sigamos con la práctica de la lección uno y la conciencia total, relajación e integración del cuerpo físico.

Práctica:

Cierre sus ojos y sitúese cómodamente. Es mejor si se sienta derecho, con sus manos reposando gentilmente en sus muslos, ya que esto le ayudará a resistir la tentación de quedarse dormido durante la fase de relajación.

Despeje su mente de todas las preocupaciones mundanas y pensamientos indeseables. Ahora enfoque su atención en sus pies. Hágase consciente de cómo se sienten sus pies. Sienta los dedos de los pies, los arcos y las partes superiores de sus pies. Ahora relaje toda la tensión de sus pies.

Cambie su conciencia a sus pantorrillas. Similarmente, hágase consciente de cómo se sienten sus pantorrillas, relájelas, y libere toda la tensión acumulada en su musculatura.

Ahora cambie su conciencia a sus muslos. Note como se sienten y relaje sus músculos.

Ahora cambie su conciencia a sus glúteos e ingle y relaje todos los músculos en esta área.

Relaje toda la tensión de su abdomen e intestinos.

De su espalda baja.

De su espalda superior.

Libere toda la tensión de su pecho.

Relaje sus hombros, brazos y manos.

Relaje todos los músculos de su cuello.

Relaje su mandíbula y boca.

Relaje su nariz.

Sus ojos.

Sus mejillas.

Sus orejas.

Ahora relaje su cuero cabelludo.

Enfóquese en qué tan relajado se encuentra su cuerpo entero en este momento.

Ahora enfoque su conciencia en la región Fuego de su cabeza, desde la base de su cuello a la cima de su cuero cabelludo. Sienta todas las partes que componen esta región. Sienta la piel que cubre su cabeza y cara. Sienta sus ojos, derecho e izquierdo; su nariz; sus orejas, derecha e izquierda; su lengua, dientes y labios. Sienta su cuello y garganta. Ahora sienta todas las partes de la región de su cabeza a la misma vez. Ponga todas estas sensaciones juntas y sienta toda la región de su cabeza entera como una sola unidad.

Ahora mueva su conciencia hacia abajo a la región Aire de su pecho, desde la cumbre de sus hombros a su plexo solar, más su brazo superior, derecho e izquierdo, hasta sus codos. Sienta todas las partes que componen esta región. Sienta la piel que cubre su torso. Sienta la piel, músculo y hueso de su hombro y parte superior de su brazo derecho. Sienta la piel, músculo y hueso de su hombro y parte superior de su brazo izquierdo. Sienta sus pulmones respirando y su corazón palpitando. Sienta su columna vertebral superior, sus costillas y su pecho. Ahora sienta todas las partes de la región de su pecho a la misma vez. Ponga todas estas sensaciones juntas y sienta la región de su pecho como una sola unidad.

Ahora mueva su conciencia hacia abajo a la región Agua de su abdomen, desde la parte inferior de su esternón a justo arriba de sus órganos genitales, más su antebrazo, derecho e izquierdo, desde los codos a las muñecas. Sienta todas las partes que componen esta región. Sienta la piel que cubre su abdomen y espalda baja. Sienta la piel, músculo y hueso de su codo y antebrazo derecho. Sienta la piel, músculo y hueso de su codo y antebrazo izquierdo. Sienta su estómago, sus intestinos, sus riñones y todos los órganos dentro de su abdomen. Sienta su espina dorsal baja y toda la musculatura que sostiene su abdomen. Ahora sienta todas las partes de su región abdominal a la misma vez. Ponga todas estas sensaciones juntas y sienta su región abdominal como una sola unidad.

Ahora mueva su conciencia hacia abajo a la región Tierra de sus piernas, desde la cima de sus caderas hasta las suelas de sus pies, más sus muñecas y manos, derecha e

izquierda. Sienta todas las partes que componen esta región. Sienta la piel, músculo y hueso de su muñeca y mano derecha. Sienta la piel, músculo y hueso de su muñeca y mano izquierda. Sienta la piel y músculo de sus glúteos y el hueso de su pelvis. Sienta sus órganos genitales. Sienta la piel, músculo y hueso de su muslo derecho, su pantorrilla derecha, y su pie derecho. Sienta la piel, músculo y hueso de su muslo izquierdo, su pantorrilla izquierda, y su pie izquierdo. Ahora sienta todas las partes de la región de su pierna a la misma vez. Ponga todas estas sensaciones juntas y sienta la región de sus piernas como una sola unidad.

Sienta la sólida sensación de soporte de la región Tierra en su totalidad. Es la sólida fundación sobre la que se mantiene de pie.

Ahora, retenga su conciencia de la región Tierra de sus piernas y añada la región Agua de su abdomen a esta conciencia. Sienta la región de sus piernas y la región abdominal simultáneamente. Sienta la naturaleza digestiva y líquida del Agua de su región abdominal y déjela flotar arriba de la sólida región Tierra de sus piernas. Sienta cómo la naturaleza del Agua de su región abdominal penetra la capa más alta de la naturaleza Tierra de la región de sus piernas, juntando las dos regiones.

Ahora retenga esta conciencia del conjunto de las regiones Tierra y Agua, estirándose desde lo más bajo de sus pies a su esternón, y añada la región Aire de su pecho a esta conciencia. Sienta la región de sus piernas, su región abdominal y su región del pecho simultáneamente. Sienta la respirante y ligera naturaleza del Aire en la región de su pecho y déjela flotar sobre la región fluida del Agua de su abdomen, que flota arriba de la Tierra sólida en la región de sus piernas. Sienta cómo la naturaleza del Aire de la región de su pecho se mezcla con la capa más alta de la naturaleza del Agua de su región abdominal, atando las dos regiones juntas. Sienta cómo estas tres regiones se conectan, una a la otra y forman un conjunto entero.

Ahora retenga esta conciencia del conjunto de las regiones Tierra, Agua y Aire, estirándose desde las suelas de sus pies hasta lo más alto de sus hombros, y añada la región Fuego de su cabeza a esta conciencia. Sienta la región de sus piernas, su región abdominal, su región del pecho y su región de la cabeza simultáneamente. Sienta la naturaleza activa y expresiva del Fuego en la región de su cabeza y déjela bailar sobre la naturaleza Airosa de la región de su pecho, que flota sobre la naturaleza Acuosa de su región abdominal, que flota arriba de la naturaleza Térrea de la región de sus piernas. Sienta cómo la naturaleza del Fuego de la región de su cabeza consume la capa más alta de la naturaleza del Aire de la región de su pecho, atando estas dos regiones juntas. Sienta cómo estas cuatro regiones se conectan, una con la otra, para formar un solo cuerpo.

Sienta su cuerpo entero como un todo unificado.

Ahora visualice raíces creciendo hacia abajo desde la base de su columna, las palmas de sus manos y las suelas de sus pies. Hágalas que se arraiguen profundamente en la tierra debajo de sus pies. Desde la tierra debajo de usted, atraiga todos los nutrientes

energéticos que su cuerpo necesite dentro de la región Tierra de su cuerpo. Sienta como la región Agua pasa a estos nutrientes energéticos a la región Aire y cómo el Aire los alimenta a la región Fuego. Sienta cómo la región Fuego, de esta manera nutrida, envía de regreso una energía a la región Aire, que a la vez es pasada por el Aire a la región Agua. Sienta cómo esta energía fluye desde la región Agua hasta la región Tierra y de regreso, a través de sus raíces, a la tierra debajo de sus pies.

Libere cualquier energía de exceso que aun pueda sentir dentro de su cuerpo, a través de sus raíces y dentro de la tierra debajo de usted. Libere cualquier negatividad que pueda estar ocultando, a través de sus raíces y dentro de la tierra debajo de usted.

Ahora cambie su conciencia fuera de sus raíces y regrese a la percepción de todo su cuerpo. Sienta la unificación de las cuatro regiones.

Ahora comience su retorno a su conciencia normal. Antes de abrir sus ojos o mover su cuerpo, tome un momento para escuchar los sonidos a su alrededor, para oler el aire, etc. Ahora tome un aliento profundo y exhálolo con gentileza. Ahora mueva sus manos a lo largo de sus muslos y a lo largo de su abdomen y pecho, hasta su cara y de regreso hacia abajo, despertando su cuerpo a la sensación normal. Ahora abra sus ojos con gentileza y lentamente empiece a moverse físicamente.

Esto finaliza la lección uno del Self-Healing Archaeous que tiene que ver con la conciencia total, relajación e integración del cuerpo físico.

Yo le sugiero usar esta grabación como su guía sólo por el momento que le tome aprender esta técnica. Una vez que haya memorizado el patrón y haya tenido éxito siguiendo esta grabación un par de veces, usted deberá intentar la técnica solo, sin el uso de esta grabación. Es imperativo que usted aprenda a hacer esta técnica sin ser guiado por mi voz si desea continuar con la siguiente lección.

Cuando esta técnica la pueda hacer fácilmente, usted puede seguir con la lección dos y la conciencia total e integración del cuerpo astral.

¡Le deseo lo mejor!

# **EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK**

**Escrito de la versión audio © 2002 por Rawn Clark**

## **~ Lección Dos ~**

### **La conciencia total e integración del cuerpo astral**

Introducción:

Hola, soy Rawn Clark y esta es la lección dos del Self-Healing Archaeous. Nuestro tema en esta lección es la conciencia total e integración del cuerpo astral.

El cuerpo astral está compuesto de energía-emocional, y no de energía-física. La diferencia entre la energía física y la emocional es que la energía emocional no puede ser medida con instrumentos científicos. Por eso el cuerpo astral no debe ser confundido con el aura, ya que el aura, que sí puede ser medida, está compuesta de energía-física, aunque de una naturaleza altamente rarificada. Un aura es naturalmente generada por un cuerpo físico viviente y mientras que refleja la naturaleza del cuerpo astral, no es en sí el cuerpo astral.

El cuerpo astral es un cuerpo intermediario causado por el descenso del cuerpo mental, dentro del plano físico y depende de esta conexión entre lo mental y lo físico para su existencia. Si el influjo mental es cortado o si el recipiente físico es destruido, el cuerpo astral comienza a desintegrarse. La cruda sustancia astral es cristalizada en un cuerpo astral sólo cuando hay un descenso de lo mental dentro de lo físico.

Cada cuerpo astral refleja al descendiente influjo mental que lo forma, así que su propio cuerpo astral es tan único como su cuerpo físico. No existen dos exactamente iguales.

Un cuerpo astral actúa como una conexión de dos caminos entre los cuerpos mental y físico. Lo que sea que transpire en su cuerpo mental es reflejado en su cuerpo astral y pasa a través de su cuerpo astral para tener efecto en su cuerpo físico. En cambio, lo que sea que le ocurra a su cuerpo físico afecta su cuerpo astral y, por extensión, a su cuerpo mental.

El asentamiento de la percepción es el cuerpo mental pero el asentamiento de la sensación es el cuerpo astral. Cuando usted experimenta una sensación usted la percibe inicialmente con sus sentidos mentales. Esta es una percepción del significado esencial que está debajo de la sensación. Este significado esencial es personalizado por su cuerpo astral y se le otorga significado a la sensación.

El significado es una cuestión del contenido emocional que nosotros asociamos con una cosa en particular, idea, evento, etc. Cuales emociones asociamos con qué cosa depende de nuestra crianza, casi tanto como depende de nuestro auto-desarrollado, pensamientos y experiencias. Esta atribución de significado emocional a nuestras percepciones es un proceso muy complejo y principalmente inconsciente. El patrón habitual que una persona sigue en su atribución de importancia emocional es conocido como su personalidad. Esta es la razón por la cual el cuerpo astral es generalmente igualado con la personalidad. Sin embargo, el cuerpo astral es más que solo un complejo de respuestas emocionales. Es también nuestro vínculo al reino astral.

El primer trabajo en iniciación Hermética es el análisis y la subsiguiente transformación de la personalidad. Entendiendo la dinámica de su propia personalidad le permite al iniciado a percibir más claramente el significado esencial que está debajo de cada sensación, evento, cosa, o idea. Cuando pueda ver a través de sus interpretaciones emocionales causadas por su instinto y entender porque usted está reaccionando de esa manera en particular, usted entonces está en una posición para \*concientemente\* responder, en vez de reaccionar debido a hábitos inconscientes. Esta reformación de la personalidad la remueve del reino de la reacción habitual inconsciente y la convierte en una consciente herramienta de auto-expresión. Con esta herramienta en la mano, el iniciado busca claramente expresar su propio significado esencial a través de

emociones concientes.

Un trabajo de esta lección del Archaeous es la sensación de su cuerpo astral. Esto añade una nueva dimensión al trabajo de analizar y transformar la personalidad, ya que provee un punto de referencia sensorial a un proceso que es principalmente intelectual.

El cuerpo astral se siente muy similar al cuerpo físico pero posee una vibración que la sensación física carece. El sentimiento es muy parecido a la sensación física de escalofríos o sensaciones de hormigueo que surgen cuando se encuentra con algo de profunda importancia.

Como el cuerpo astral está muy íntimamente conectado al cuerpo físico, la sensación del cuerpo astral es percibida por los nervios físicos como si estuviera enganchado a una suave corriente eléctrica. Es como si sintiera las puntas de cada bello en su cuerpo a como la corriente eléctrica los hace que se levanten. Pero esto es solo como su cerebro naturalmente interpreta la percepción conciente del cuerpo astral.

Como mencione previamente, el cuerpo astral no esta compuesto de energía física, así que lo que siente de el con su cuerpo físico, no es el cuerpo astral en sí. En cambio, es una sensación física causada por el habito de su cerebro de traducir el significado de la conciencia conciente en sensación física. Como su cerebro está recibiendo una aportación de significado y significado esencial que naturalmente asocia con sensaciones físicas, está respondiendo al activar unas cuantas neuronas que crean las sensaciones físicas que describí.

Este hecho puede causar una gran cantidad de confusión ya que muchos concluirán que el cuerpo astral es un cuerpo energético o etérico. Así que por favor recuerde que mientras esta sintiendo su cuerpo astral lo que usted siente como una sensación física es sólo el efecto secundario de hacerse conciente de su cuerpo astral. No lo identifique como el cuerpo astral mismo, más bien, vea más allá de las sensaciones físicas e intente percibir la importancia y significado debajo de la sensación. Ahí es donde usted encontrará el verdadero cuerpo astral.

El cuerpo físico corresponde al Elemento Tierra y el cuerpo astral, al Elemento Agua. El cuerpo astral es muy líquido y rítmico en naturaleza y tiende a adaptarse a cualquier vibración que encuentra. Por esta razón, todas las cosas percibidas a través del oído tienen un impacto especialmente directo en su cuerpo astral. Una canción muy conmovedora, por ejemplo, directamente manipula su cuerpo astral, evocando específicas y predecibles respuestas emocionales a través de sonido y ritmo.

Como la música es probablemente el mejor ejemplo del efecto que el sonido y ritmo tienen en su cuerpo astral o emocional, estaré usando recortes de unos cuantos pasajes musicales como una ayuda durante los ejercicios mismos.

Así que, sigamos con la práctica de la lección dos y la conciencia total e integración del cuerpo astral.

### **Práctica:**

Cada lección del archaeous empieza con la relajación y conciencia del cuerpo físico. Asumiendo que ya ha dominado la lección uno, haremos la fase de relajación bastante rápida.

Sitúese cómodamente, sentándose derecho, con sus manos apoyadas gentilmente sobre sus muslos, y despeje su mente de todas las preocupaciones mundanas y pensamientos indeseables.

Ahora enfoque su conciencia en la región Tierra de su cuerpo físico y rápidamente relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Agua y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Aire y relaje todos los músculos en esta región. Libere

cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Fuego y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora sienta toda la región de su cabeza como un entero.

Añada a esto la región de su pecho y sienta las dos regiones a la misma vez.

Añada a esto su región abdominal y sienta las tres regiones a la misma vez.

Y finalmente, añada la región de sus piernas y sienta todo su cuerpo físico como un entero.

Proyecte sus raíces dentro de la tierra debajo de usted y libere cada fragmento de negatividad que tenga.

Ahora regrese su enfoque a la percepción de su cuerpo físico como un entero. Sienta la solidez de la región Tierra, la fluidez de la región Agua, la ligereza de la región Aire y la electricidad de la región Fuego de su cabeza. Sienta cómo estas cuatro regiones se penetran una a la otra y son un solo, inseparable entero.

Ahora enfoque su conciencia en la piel que cubre todo su cuerpo. Sienta la superficie de todo su cuerpo físico.

Ahora empuje su conciencia hacia afuera sólo un par de pulgadas o alrededor de 5 centímetros. Sienta la vibrante energía que existe cuando empuja su conciencia ligeramente hacia fuera.

Mantenga la sensación de esta energía. Enfoque su mente exclusivamente en la percepción de esta energía. Esto es su cuerpo astral.

Ahora enfoque su conciencia en el área alrededor de la región Tierra de su cuerpo físico. Sienta la solidez energética de esta área de su cuerpo astral. Aquí se encuentran sus emociones fundacionales. Las emociones rudimentarias y creencias de donde surgen el resto de sus emociones. Sienta la sólida energía pulsando dentro de la región Tierra de su cuerpo astral.

### **[Música de Tierra]**

Ahora enfoque su conciencia en el área alrededor de la región Agua de su cuerpo físico. Sienta la fluidez energética de esta área de su cuerpo astral. Aquí se encuentran sus emociones que adaptan sus emociones fundacionales para que sean compatibles con el mundo exterior. Las emociones y creencias que traducen su fundación en acción. Sienta su energía líquida pulsando dentro de la región Agua de su cuerpo astral.

### **[Música de Agua]**

Ahora enfoque su conciencia en el área alrededor de la región Aire de su cuerpo físico. Sienta la ligereza energética de esta área de su cuerpo astral. Aquí se encuentran sus emociones que comunican sus emociones fundacionales al mundo exterior. Las emociones y creencias en la superficie que usted expresa cada día. Sienta su cambiante energía pulsando dentro de la región Aire de su cuerpo astral.

### **[Música de Aire]**

Ahora enfoque su conciencia en la región Fuego de su cuerpo físico. Sienta la energética naturaleza de expansión de esta área de su cuerpo astral. Aquí se encuentran sus emociones más efímeras y apasionadas. Las poderosas emociones cuyas expresiones son transformativas. Sienta la radiante energía pulsando dentro de la región Fuego de su cuerpo astral.

### **[Música de Fuego]**



Ahora añada la conciencia de la región Aire de su cuerpo astral a la conciencia de la región Fuego. Sienta como la energía de estas dos regiones se mezclan una con la otra. Sienta estas dos regiones como una sola unidad.

Ahora añada la conciencia de la región Agua de su cuerpo astral a las conciencias combinadas de Aire y Fuego. Sienta como la energía de la región Agua se mezcla con la energía combinada del Aire y Fuego y forman una sola unidad. Sienta la unidad de estas tres regiones de su cuerpo astral.

Ahora añada la conciencia de la región Tierra de su cuerpo astral a la conciencia combinada del Agua, Aire, y Fuego. Sienta cómo la energía de la región Tierra se mezcla con la energía combinada del Agua, Aire y Fuego. Sienta como la región Tierra solidifica su cuerpo astral, manteniéndolo junto como una sola unidad.

Enfóquese en la vibrante energía de todo su cuerpo astral.

Ahora contraiga su conciencia de regreso a su piel y sienta la piel que cubre todo su cuerpo físico. Atraiga la energía de su cuerpo astral hacia adentro aun más y déjela penetrar todo su cuerpo físico hasta su centro. Atraiga la energía de su cuerpo astral hasta el mismo tuétano de sus huesos.

Sienta la brillante energía que llena todo su cuerpo físico. Sienta la Ardiente energía penetrando la región de su cabeza de su cuerpo físico. La Airosa energía penetrando la región de su pecho de su cuerpo físico. La Acuosa energía penetrando la región abdominal de su cuerpo físico. Y la Terrosa energía penetrando la región de sus piernas de su cuerpo físico.

Ahora proyecte sus raíces dentro de la tierra debajo de usted y libere todo el exceso de energía que sienta. Sólo libere lo que necesita fluir debajo de la tierra. No la fuerce, sólo déjela fluir. Su cuerpo físico sabe cuanta energía debe retener y cuanta debe liberar, así que confíe en su sabiduría.

Ahora regrese su conciencia a la percepción de su cuerpo físico. Sienta la solidez de la región de sus piernas, la fluidez de su región abdominal, la ligereza de la región de su pecho y la electricidad de la región de su cabeza.

Sienta las cuatro regiones simultáneamente como un entero unificado.

Ahora comience su regreso a la conciencia normal. Antes de abrir sus ojos o mover su cuerpo, tome un momento para escuchar los sonidos a su alrededor, para oler el aire, etc.

Ahora tome un aliento profundo y exháلهlo gentilmente.

Ahora mueva sus manos a lo largo de sus muslos y a lo largo de su abdomen y pecho, hasta su cara y por todo su cuerpo, despertando su cuerpo a la sensación normal.

Ahora gentilmente abra sus ojos y lentamente empiece a moverse físicamente.

Esto finaliza la lección dos del Self-Healing Archæous con respecto a la conciencia total e integración del cuerpo astral.

Le sugiero que use esta grabación como su guía sólo por el tiempo que le tome aprender esta técnica. Una vez que haya memorizado el patrón y haya tenido éxito siguiendo las instrucciones de la grabación un par de veces, usted deberá intentar esta técnica solo, sin el uso de la grabación. Es imperativo que usted aprenda a hacer esta técnica sin mi voz guiándolo si desea continuar con la siguiente lección.

Cuando pueda hacer esta técnica fácilmente, usted puede seguir con la lección tres y la conciencia total e integración del cuerpo mental.

¡Le deseo lo mejor!

# **EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK**

**Escrito de la versión audio © 2002 por Rawn Clark**

## **~ Lección Tres ~**

### **La conciencia total e integración del cuerpo mental**

#### **Introducción:**

Hola, soy Rawn Clark y esta es la lección tres del Self-Healing Archaeous. Nuestro tema en esta lección es la conciencia total e integración del cuerpo mental.

El cuerpo físico detecta cosas y el cuerpo astral las siente, pero es el cuerpo mental que percibe estas sensaciones y sentimientos. Su cuerpo mental es su conciencia consciente. Donde sea que su conciencia esta enfocada es donde su cuerpo mental se encuentra. Por ejemplo cuando su conciencia está enfocada en sus pies, su cuerpo mental está concentrado alrededor de sus pies. Cuando su conciencia está desparramada a través de su cuerpo entero, su cuerpo mental también está desparramado a través de su cuerpo entero. En las dos lecciones anteriores, era su cuerpo mental que estaba dirigiendo el ejercicio entero.

El cuerpo mental es el más flexible y líquido de nuestros tres cuerpos. El solo puede asumir cualquier forma, tamaño, color, o tono y se puede transferir a cualquier lugar o tiempo. Hasta puede ser todas estas cosas simultáneamente y existir en cualquier lugar y en cualquier tiempo, simultáneamente. El cuerpo mental o conciencia conciente, es nuestro vínculo a los niveles más altos del Ser y a la Unidad del todo Ser.

El cuerpo mental tiene dos aspectos, uno temporal y uno eterno. Nuestro cuerpo mental temporal es lo que usamos aquí y ahora, dentro del dominio del tiempo y del espacio. Esto es el cuerpo mental que encarna y que, a través de repetidas encarnaciones, evoluciona. En su forma más pura, esto es el Ser Individual o Solar, el Ser Tiphareth. Es este nivel de nuestro Ser que desciende dentro del reino físico y es el agente causal detrás de la formación del cuerpo astral. En otras palabras, nuestra conciencia conciente o cuerpo mental, penetra nuestro cuerpo físico y nuestro cuerpo astral simultáneamente. El cuerpo mental temporal es lo que da vida a nuestro cuerpo astral y físico.

El eterno cuerpo mental, en cambio, es lo que otorga vida a nuestro cuerpo mental temporal. Esto es el Ser Mayor o el Ser Binah que existe dentro del reino eterno o supremo. Hay un número infinito de estos Seres Mayores, cada uno proyecta innumerables cuerpos mentales temporales dentro del reino temporal. Esta proyección de Seres Individuales o cuerpos mentales temporales dentro del reino temporal es lo que continuamente crea nuestra realidad temporal.

Nuestro cuerpo mental temporal es continuamente nutrido y mantenido por un influjo que desciende de nuestro Ser Mayor. Esto es más fácilmente percibido como la voz interna de nuestra conciencia. En la literatura oculta, la conciencia conciente de este influjo es a menudo llamada el Santo Ángel de la Guarda. Su consejo está siempre con nosotros.

Paul Foster Case describió esta relación entre el Binah eterno o Ser Mayor y el temporal, Ser Individual, en su declaración para el numero tres de *Pattern On the Trestleboard*, correspondiendo a Binah. Cita: "Tres. Lleno de Entendimiento de su ley perfecta, soy guiado, momento a momento, a lo largo del camino de la liberación."

Como esta lección del Archaeous tiene que ver sólo con el cuerpo mental temporal, no me adentraré más en este complejo tema del eterno cuerpo mental. Si desea aprender más acerca de esto, entonces lo invito a leer una pieza que escribí hace varios años, titulada, "Sowantha". Puede encontrarla en la sección "Other Articles" de mi sitio web o en formato PDF en la página "PDF-Links".

Así que, regresando al tema principal de esta lección del Archaeous – nuestro temporal cuerpo mental.

Esto es nuestra conciencia conciente.

Nuestra conciencia conciente está compuesta de los cuatro Elementos, como nuestro cuerpo astral y físico. Las cuatro regiones Elementales del cuerpo físico, corresponden a las funciones físicas y sensaciones de esas áreas de nuestro cuerpo físico. La región de nuestras piernas nos sostiene, nuestra región abdominal es donde los procesos rítmicos y líquidos de la digestión ocurren, el pecho es donde la airosa respiración ocurre, y la cabeza es donde se encuentran los sentidos más finos y el cerebro. Con el cuerpo astral, por otro lado, las regiones corresponden a la calidad de energía emocional y el significado que le otorgamos a las percepciones sensoriales físicas.

La división del cuerpo mental en sus regiones Elementales es aun más sutil que la significación emocional. Aquí, las regiones Elementales corresponden a la calidad de conciencia y percepción. Como mencione al principio, es el cuerpo mental que percibe sensaciones. Sin percepción, la sensación no significa nada. El punto siendo, que cada percepción por nuestros sentidos **significa** algo. La percepción de significado que está escondido dentro de la sensación ocurre en cuatro niveles esenciales y esto es lo que define las regiones Elementales del cuerpo mental.

Correspondiente a la región Fuego es la percepción directa del significado esencial. Esto es la percepción de lo universal, del significado objetivo e impersonal detrás de cada sensación.

Correspondiente a la región Aire es la percepción de ideas y pensamientos. Esta es la primer capa de vestidura otorgada al significado esencial por nuestro proceso cognitivo. Es el principio de nuestra subjetividad y personalización del significado esencial.

Correspondiente a la región Agua es la percepción del significado personal o emocional. Esto es el corazón de nuestra personalización de significado esencial y es el componente más subjetivo de nuestro mecanismo de percepción. Aquí también se encuentra el aspecto subconsciente de la psique, un reino donde el significado esencial es densamente cubierto con símbolos altamente personalizados.

Y finalmente, correspondiente a la región Tierra es la conciencia mundana. Este nivel de conciencia es la activa combinación de los aspectos del Fuego, Aire, y Agua, procesados por medio del cerebro físico, asentado firmemente en el tiempo y en el espacio. Su enfoque es principalmente el reino físico. Aquí también se encuentra la influencia de la conciencia biológica rudimentaria del propio cuerpo físico – la heredada, memoria celular del instinto humano.

En la práctica de la lección tres, exploraremos las regiones Elementales de nuestros cuerpos mentales de una manera única. Empezaremos como de costumbre con la relajación y conciencia total del cuerpo físico, planteándonos firmemente en la región Tierra de nuestro cuerpo mental. Aquí nos enfocaremos en percibir la significación emocional escondida dentro de nuestra percepción de sensación física.

Luego extenderemos nuestra conciencia hacia afuera y sentiremos nuestros cuerpos astrales, planteándonos firmemente en la región Agua de nuestro cuerpo mental. Aquí nos enfocaremos en percibir los pensamientos e ideas escondidas dentro de nuestra percepción de significación emocional.

Esto nos guiará a la región Aire de pensamientos e ideas, independiente de las sensaciones astrales y físicas. Aquí nos enfocaremos en percibir el significado esencial escondido dentro de nuestra percepción de pensamientos.

Esto nos guiará a la región Fuego de nuestros cuerpos mentales donde nos enfocaremos en la percepción directa del significado esencial desnudo y no filtrado. Esto será un forma del ejercicio de vacío mental del Paso Uno de Iniciación al Hermetismo.

Así que, sigamos con la práctica de la lección tres, la conciencia total e integración del cuerpo mental.

## **Práctica:**

Sitúese cómodamente, sentado derecho, con sus manos reposando gentilmente sobre sus muslos, y libre su mente de todas las preocupaciones mundanas y pensamientos.

Ahora enfoque su conciencia en la región Tierra de su cuerpo físico y rápidamente relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Agua y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Aire y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Fuego y relaje sus músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora sienta toda la región de su cabeza como un entero.

Añádale a esto la región de su pecho y sienta las dos al mismo tiempo.

Añádale a esto su región abdominal y sienta las tres al mismo tiempo.

Y finalmente, añada la región de sus piernas y sienta todo su cuerpo físico como un entero.

Proyecte sus raíces hacia abajo dentro de la tierra debajo de usted y libere cualquier fragmento de negatividad que pueda estar albergando.

Ahora regrese su enfoque a la sensación de todo su cuerpo físico como un entero. Sienta la solidez de la región Tierra, la fluidez de la región Agua, la ligereza de la región Aire y la electricidad de la región de su cabeza. Sienta como estas cuatro regiones se penetran una a la otra y son un inseparable entero.

Enfóquese fuertemente en la sensación física de todo su cuerpo. Esta percepción pura de sensación física es la región Tierra de su cuerpo mental.

Ahora libere su percepción de la sensación física y enfóquese en la significación emocional comunicada a su conciencia por medio de estas sensaciones. ¿Cómo lo hacen sentir estas sensaciones? ¿Feliz? ¿Triste? ¿Neutral? ¿Activo? ¿Cansado?

## **2 minutos de silencio**

Ahora cambie su conciencia a su cuerpo astral. Sienta la región Tierra de su cuerpo astral. Su región Agua, región Aire y región Fuego. Sienta su cuerpo astral como un entero. Enfoque su conciencia en la percepción directa de significación emocional. Esta percepción pura de significación emocional es la región Agua de su cuerpo mental.

Ahora deje ir su percepción de significación emocional y enfóquese en los pensamientos e ideas que componen esa significación. ¿Que pensamientos e ideas construyen la significación emocional que percibe?

## **2 minutos de silencio**

Ahora lleve su conciencia completamente lejos de la percepción de sensaciones de cualquier tipo. Aísle sólo los pensamientos e ideas que llenan su conciencia y percíbalos directamente. Esta percepción pura de pensamiento e idea es la región Aire de su cuerpo mental.

Ahora libere su percepción de pensamientos e ideas y enfóquese en el significado esencial que expresan. Vea más allá de la envoltura del pensamiento y busque la perla del significado esencial que da origen al pensamiento e idea.

### **2 minutos de silencio**

Ahora libere todos los pensamientos de su mente y sumerja su conciencia en el significado esencial mismo. La percepción directa de significado esencial es la región Fuego de su cuerpo mental.

### **3 minutos de silencio**

Ahora, gentilmente, permita a su percepción de significado esencial tomar forma de pensamiento. Perciba cómo la región Aire de su cuerpo mental se une con la región Fuego, dándole su primer grado de sustancia.

### **1 minuto de silencio**

Ahora, gentilmente, permita a los pensamientos que expresan su percepción de significado esencial tomar forma como significación emocional. Perciba como la región Agua de su cuerpo mental naturalmente se adhiere a la combinación de Fuego y Aire, uniéndose para dar significación personal a su percepción de significado esencial.

### **1 minuto de silencio**

Sienta todo su cuerpo astral y gentilmente permita a la significación emocional que usted percibe hundirse dentro de la sensación de todo su cuerpo físico. Perciba como la región Tierra de su cuerpo mental es una consecuencia natural de la unificación del Fuego, Aire, y Agua.

### **1 minuto de silencio**

Sienta todo su cuerpo físico

Distribuya su conciencia para abarcar su cuerpo astral y su cuerpo físico simultáneamente.

Distribuya su conciencia para abarcar su percepción de significado esencial en sus tres formas de pensamiento, significación emocional y sensación física. Perciba el vínculo común de significado esencial que une sus tres cuerpos.

### **2 minutos de silencio**

Ahora limite su conciencia a sólo la sensación de su cuerpo físico. Sienta la región Fuego, Aire, Agua, y Tierra de su cuerpo físico. Sienta la unificación de estas cuatro regiones.

Ahora envíe sus raíces hacia abajo dentro del suelo debajo de usted y libere cualquier exceso de energía que sienta.

Pare de prestar atención a sus raíces y regrese a la percepción de su cuerpo físico.

Ahora comience su retorno a la conciencia normal. Antes de abrir sus ojos o mover su cuerpo, tome un momento para escuchar los sonidos a su alrededor, para oler el aire, etc.

Ahora tome un profundo aliento y exhálelo gentilmente.

Ahora mueva sus manos a lo largo de sus muslos y a lo largo de su abdomen y pecho, hasta su cara y de regreso hacia abajo, despertando su cuerpo a la sensación normal.

Ahora abra gentilmente sus ojos y lentamente comience a moverse físicamente.

Esto finaliza la lección tres del Self-Healing Archaeous con respecto a la conciencia total e integración del cuerpo mental.

Le sugiero que use esta grabación como su guía solo por el tiempo que le tome aprender esta técnica. Una vez que haya memorizado el patrón y haya tenido éxito siguiendo las instrucciones de esta grabación un par de veces, deberá intentar esta técnica sin el uso de esta grabación. Es imperativo que usted aprenda a hacer esta técnica sin el uso de esta grabación si desea continuar con la siguiente lección.

Cuando esta técnica la pueda hacer fácilmente, puede seguir con la lección cuatro.

¡Le deseo lo mejor!

# **EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK**

**Escrito de la versión audio © 2003 por Rawn Clark**

## **~ Lección Cuatro ~**

### **La separación pasiva y relajamiento del cuerpo astra-mental**

Introducción:

Hola, soy Rawn Clark y esta es la lección cuatro del Self-Healing Archaeous. Nuestro tema en esta lección es la separación pasiva del cuerpo astra-mental.

Esta lección es apropiada sólo para los que hayan exitosamente completado el Paso Dos de Iniciación al Hermetismo. Este prerrequisito es necesario debido a que un rudimentario balance Elemental es esencial para lograr una separación pasiva del cuerpo astra-mental de su cuerpo físico. En la ausencia de este rudimentario balance Elemental, esta separación requiere una acumulación de grandes cantidades de energía para vencer la natural resistencia encontrada cuando uno intenta separar un cuerpo astral desequilibrado de su envoltura física.

También, este prerrequisito es necesario porque al completar el Paso Dos su cuerpo mental habrá alcanzado un nivel de gran fuerza a causa de los ejercicios de concentración sensorial. La separación pasiva de sus tres cuerpos es completamente dirigida por su cuerpo mental y requiere suficiente fuerza de voluntad y enfoque para ser lograda.

Un beneficio de la separación pasiva del cuerpo astra-mental de su envoltura física es el profundo grado de reposo que su envoltura física obtiene. Esto tiene un efecto curativo que es raramente logrado en el curso de la vida normal. El efecto es similar a dormir aun más profundamente debido a que durante el sueño normal el cuerpo astra-mental realmente no sale de la envoltura física.

Usted notará que me he estado refiriendo al cuerpo astra-mental en vez de sólo al cuerpo astral. El motivo por el cual uso este término específico es para enfatizar el hecho de que sin el cuerpo mental, el cuerpo astral es inconsciente, inerte e incapaz de cualquier tipo de actividad. Toda divagación astral de cualquier tipo es lograda por medio del conjunto de los cuerpos astral y mental y como actúan en concordia, yo llamo a este cuerpo conjunto un cuerpo astra-mental.

El primer paso en la separación del cuerpo astra-mental de su envoltura física es al acto conciente de retirar el cuerpo mental de la región Tierra de sí mismo. La conciencia es desviada de la percepción directa de la sensación física y fijada en la región Agua del cuerpo mental y la percepción directa de significación emocional.

Cuando la conciencia conciente es retirada de la región Tierra del cuerpo mental cesa de haber una conciencia conciente de sensación física. Sin el ingrediente de nuestra conciente atención, la región Tierra del cuerpo mental se desvanece dentro del trasfondo lejano de la conciencia. Al simultáneamente enfocar toda nuestra atención en la región Agua, incrementamos la fuerza de nuestro cuerpo astral y lo traemos al frente de nuestra conciencia conciente.

Estos dos actos simultáneos aprietan y condensan el cuerpo mental en sus regiones Agua, Aire, y Fuego y colocan el enfoque del cuerpo mental dentro del cuerpo astral. Esta conjunción de los cuerpos astral y mental en donde el cuerpo mental es enfocado en su envoltura astral en vez de su envoltura física, es el verdadero cuerpo astra-mental.

Así que nuestro primer paso en la separación pasiva será una meditación de un solo punto en donde enfocaremos nuestra conciencia conciente exclusivamente en la experiencia de nuestro cuerpo astral.

El segundo paso es uno espacial. Aquí debemos voluntariosamente mover nuestro cuerpo astra-mental ligeramente lejos del mismo espacio ocupado por nuestra envoltura física. La facilidad con la que esto es logrado depende de qué tan completamente ha enfocado su conciencia consciente en su cuerpo astral. Si está esperando *sólo* las sensaciones físicas de movimiento o está generalizándolo en esos términos, entonces esto puede ser muy difícil para usted al principio. Sólo recuerde que la única cosa que puede impedir esta separación es su mente así que si tiene dificultad, empéñese en dejar ir sus preconcepciones de cómo se *debería* sentir. Esté presente y en el momento en vez de estar explorando la interminable zona de teoría y expectativa.

En el Archaeous, lo haré que se pare derecho, justo enseguida de su envoltura física. Al principio usted se enfocará exclusivamente en las sensaciones astrales causadas por su separación y por el hecho de estar de pie. Usted examinará su cuerpo astral desde su región Tierra hasta arriba. Una vez que su cuerpo astra-mental se encuentre firmemente y totalmente separado, dirigiré su atención hacia una reexaminación de su envoltura física vacía. Aquí usted tendrá la oportunidad de percibir directamente la significación emocional de su propia forma física y tendrá la oportunidad de incrementar aun más su independencia de su cuerpo físico.

Dejaremos a la envoltura física reposar por varios minutos antes de regresar nuestro cuerpo astra-mental a ella. El proceso de retorno involucra un gentil descenso y una reintegración completamente consciente.

El primer paso de reintegración es reocupar el mismo espacio de nuestra envoltura física. Esto es hecho lentamente y requiere autocontrol para evitar un abrupto regreso.

El segundo paso es reintegrar la región Tierra del cuerpo mental. Esto es logrado al cambiar la conciencia consciente fuera de la percepción directa del cuerpo astral y enfocándola en la percepción directa de sensación física. Esto también es hecho lentamente y gentilmente y, como de costumbre, involucrará las cuatro regiones Elementales del cuerpo físico.

Durante la experiencia de estar observando su envoltura física desde la perspectiva de su cuerpo astra-mental separado, usted será instruido a notar un cordón plateado o hilo que conecta su cuerpo astra-mental con su envoltura física. Esto es todo lo que queda de la región Tierra de su cuerpo mental cuando su atención consciente es enfocada exclusivamente dentro de su cuerpo astra-mental y cuando su cuerpo astra-mental ocupa un espacio diferente al de su envoltura física. La región Tierra permanece arraigada en la envoltura física y esto es lo que mantiene al cuerpo físico funcionando lo suficiente para mantener su vida. Podríamos decir que esto es la línea de vida de su envoltura física.

Mientras que este cordón es eventualmente capaz de casi infinita elasticidad, es, al principio, una cosa muy frágil que puede ser fácilmente dañada. Por eso es importante que trate la línea de vida de su envoltura física con respeto y cuidado. Después de todo, tiene que regresar a su envoltura física y sufrir cualquier consecuencia causada por sus acciones.

Las cosas que dañan esta línea de vida y que debe evitar son, número uno, regresar bruscamente a su envoltura física. Este violento regreso pone mucha tensión en el cordón y pasa por alto el proceso de reintegración consciente, y esto lo hará que se sienta mareado y fuera de control. Así que cuando regrese, es sabio regresar gentilmente y con la conciencia total de todo el proceso de reintegración.

Para evitar los efectos de un retorno brusco, le sugiero que se asegure que no será perturbado mientras esta practicando el Archaeous. Dígales a los habitantes de su casa que por ningún motivo lo molesten, cierre su puerta con llave, desconecte su teléfono y apague las luces. Con la práctica, usted será capaz de reintegrar efectivamente su cuerpo astra-mental con su envoltura física en un instante, con conciencia total y sin ningún efecto perjudicial. Así que si alguien sí lo perturba, su retorno seguirá bajo *su* control y no será dañino.

La segunda cosa que tiene que evitar es divagar muy lejos y muy pronto del lugar donde se encuentra su envoltura física. Como esto es sólo la región Tierra de su cuerpo mental, es la parte más rígida, y debido a eso la más propensa a quebrantarse. Imagine, un plástico, o sustancia de barro que es dura al principio,



pero a como va trabajando con ella con sus dedos, se empieza a aflojar y a hacerse más y más flexible. Con paciencia, se estirará cada vez más y más sin quebrantarse. Pero si intentara inmediatamente estirla a lo máximo cuando sólo esta empezando a aflojarse, se quebrará en dos.

Su cordón plateado, la línea de vida entre usted y su envoltura física, tiene estas mismas propiedades. **Puede** ser quebrantado. El 99% de las veces que esto ocurra, el cuerpo astra-mental regresará inmediatamente dentro de su envoltura física. Esto es una manifestación casi insuperable del instinto de la auto-preservación. La manera de la Naturaleza de asegurarse que no nos matemos a nosotros mismos. Sin embargo las consecuencias aun son muy desagradables, aunque usualmente no letales.

El efecto principal de un rompimiento del cordón es que el cuerpo astra-mental no puede completamente reintegrarse con la envoltura física hasta que el cordón mismo se haya curado. En otras palabras, las regiones Fuego, Aire, y Agua del cuerpo mental no son totalmente integradas con la región Tierra. Un ejemplo muy sutil de esto sería una fuerte sensación de sentirse desconectado de eventos y su propia vida, mentalmente y emocionalmente desorientado. Los efectos físicos serian cansancio y el empeoramiento de cualquier enfermedad que tenga.

En otras palabras ¡cuide mucho a su cordón plateado! Si siempre lo trata concientemente y con gentileza entonces usted no tendrá nada que temer.

La lección cuatro del Archaeous urge que usted ya posea una fuerte voluntad y que este en control de usted mismo a tal grado que si es tentado a divagar muy lejos o a hacer otras acciones que le harían daño a la línea de vida de su envoltura física, usted **será** capaz de rehusar la tentación y seguir con la tarea presente. Si, en absoluta honestidad con usted mismo, aun no posee esta habilidad de auto dirección al frente de la tentación, entonces **muy** fuertemente le sugiero que no siga con el Archaeous hasta que haya desarrollado esta habilidad. Las primeras tres lecciones ayudarán mucho a lograr esa habilidad, así que por favor enfóquese en ellas por ahora y regrese a la lección cuatro en una fecha futura.

Un tema final que quiero discutir antes de seguir con la práctica tiene que ver con lo que usted debería hacer si tiene dificultad al principio con el acto de separación de su envoltura física. Como la grabación puede progresar a una velocidad que no es similar a la suya, le sugiero que si no puede separarse a paso con la grabación, entonces pase el tiempo en el que estoy hablando acerca de lo que debe de hacer después de haberse separado, enfocado en las sensaciones de su cuerpo astral y la percepción directa de significación emocional. Use ese tiempo para profundizar su sentido de separación de la región Tierra de su cuerpo mental. Esto le ayudará a prepararse para la siguiente vez que haga esta lección.

Así que, sigamos con la práctica.

### **Práctica:**

Antes de comenzar, asegúrese que no será molestado. Si aun no lo ha hecho, entonces pare la grabación y tome un momento para cerrar su puerta con candado, apague el teléfono y apague las luces.

Sitúese cómodamente, ya sea sentado derecho, con sus manos reposando gentilmente sobre sus muslos, o acostado sobre su espalda. Libre su mente de cualquier preocupación mundana y pensamientos.

Ahora enfoque su conciencia en la región Tierra de su cuerpo físico y rápidamente relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Agua y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Aire y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Fuego y relaje todos los músculos en esta región.

Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora sienta toda la región de su cabeza como una unidad.

Añádale a esto su región del pecho y sienta las dos juntas.

Añádale a esto su región abdominal y sienta las tres regiones juntas.

Y finalmente, añada la región de sus piernas y sienta todo su cuerpo físico como una unidad.

Proyecte sus raíces dentro de la tierra debajo de usted y libere cualquier fragmento de negatividad que pueda estar albergando.

Ahora regrese su enfoque a la sensación de todo su cuerpo físico como una unidad. Sienta la solidez de la región Tierra, la fluidez de la región Agua, la ligereza de la región Aire y la electricidad de la región de su cabeza. Sienta como estas cuatro regiones se penetran una a la otra y son una sola, inseparable unidad.

Enfóquese intensamente en la sensación física de todo su cuerpo. Esta percepción pura de sensación física es la región Tierra de su cuerpo mental.

Ahora empuje su conciencia un poco hacia afuera hasta que sienta la vibrante energía de su cuerpo astral. Enfóquese sólo en el cuerpo astral y la percepción directa de significación emocional. Aleje la atención de la región Tierra de su cuerpo mental y enfóquese exclusivamente en la región Agua de su cuerpo mental.

Enfóquese en la significación emocional de la sólida energía que usted percibe dentro de la región Tierra de su cuerpo astral.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Agua de su cuerpo astral y sienta la significación de la fluida energía que percibe ahí.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Aire de su cuerpo astral y sienta la significación de la ligera energía que percibe ahí.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Fuego de su cuerpo astral y sienta la significación de la radiante energía que percibe ahí.

Mantenga la conciencia de la región Fuego de su cuerpo astral y añádale la conciencia de la región Aire. Sienta estas dos regiones de su cuerpo astral como una unidad unificada.

Mantenga esta conciencia del conjunto de las regiones Fuego y Aire de su cuerpo astral y añádale la conciencia de la región Agua. Sienta estas tres regiones de su cuerpo astral como una unidad unificada.

Mantenga esta conciencia de la conjunción de las regiones Fuego, Aire, y Agua de su cuerpo astral y añádale la conciencia de la región Tierra. Sienta estas cuatro regiones de su cuerpo astral como una unidad unificada.

Enfoque toda su conciencia en las sensaciones de todo su cuerpo astral. Enfóquese en la percepción directa de significación emocional.

Mantenga esta conciencia de la región Agua de su cuerpo mental y añádale la región Aire de su cuerpo mental. Incorpore la percepción directa de pensamientos e ideas dentro de su percepción directa de significación emocional y sienta estas dos regiones de su cuerpo mental como una unidad unificada.

Mantenga esta conciencia del conjunto de las regiones Agua y Aire de su cuerpo mental y añádale la conciencia de la región Fuego de su cuerpo mental. Incorpore la percepción directa de significado esencial dentro de su percepción directa de pensamientos, ideas y significación emocional y sienta estas tres

regiones de su cuerpo mental como una unidad unificada.

Enfoque toda su conciencia en las sensaciones y percepciones de todo su cuerpo astra-mental. Sienta la fluida energía emocional de la región Agua, la ligera energía de pensamiento de la región Aire y la radiante energía de significado esencial de la región Fuego. Sienta como estas tres cualidades de percepción se intercalan una a la otra y forman una unidad unificada.

Ahora sienta los parámetros de su cuerpo astra-mental e imagine que esto es su piel astra-mental. Su piel astra-mental es independiente de su piel física y usted es capaz de mover su cuerpo astra-mental independientemente de su envoltura física. Sin mover su cuerpo físico, levante la mano y brazo derecho de su cuerpo astra-mental a manera que se encuentre totalmente extendido enfrente de usted.

Ahora baje su brazo y alinéelo con su posición física.

Enfóquese de nuevo en las sensaciones y percepción de todo su cuerpo astra-mental. Sienta la piel astra-mental que define la forma y tamaño de su cuerpo astra-mental.

Ahora, sin mover para nada su cuerpo físico, lentamente póngase de pie con su cuerpo astra-mental. Si estaba sentado en una silla, usted deberá estar parado enfrente de la silla y con su espalda en dirección a su envoltura física. Si estaba acostado, entonces usted deberá estar parado a los pies de su envoltura física, y con su espalda en dirección a su envoltura física.

Permanezca perfectamente quieto en su cuerpo astra-mental y enfoque su conciencia en las sensaciones que percibe. Sienta la sólida energía de la región Tierra de su cuerpo astral, la fluida energía de su región Agua, la ligera energía de su región Aire y la radiante energía de su región Fuego. Sienta todas las cuatro regiones de su cuerpo astral como una unidad unificada, parado derecho, independiente de su envoltura física.

Mantenga esta conciencia de la región Agua de su cuerpo mental y añádale la conciencia de la región Aire de su cuerpo mental. Sienta su unión.

Mantenga esta conciencia del conjunto de regiones Agua y Aire de su cuerpo mental y añádale la conciencia de la región Fuego de su cuerpo mental. Sienta la unificación de todo su cuerpo astra-mental.

Ahora vea a través de sus ojos astra-mentales y directamente perciba la significación emocional de lo que sea que se encuentre directamente al frente de usted en el cuarto en que se encuentra. Mientras examina con sus ojos astra-mentales, también perciba la corriente de pensamientos e ideas que están debajo de esta percepción de significación emocional. Ahora vea aun más profundo y perciba el significado esencial causado por estos pensamientos y por la significación emocional.

Ahora lentamente voltee a su derecha hasta que este viendo a su envoltura física vacía. Examine su envoltura física con sus ojos astra-mentales y directamente perciba la significación emocional de su forma. Resista cualquier inclinación de reentrar en su envoltura física con toda su fuerza de voluntad mental.

Tome un momento ahora para sentir su piel astra-mental de nuevo y reafirme su independencia de su envoltura física.

Ahora vuelva a examinar su envoltura física. Una vez más, directamente perciba la significación emocional expresada por su forma física con sus ojos astra-mentales. Ahora vea aun más profundo y perciba la corriente de pensamientos e ideas que están debajo de esta percepción directa de significación emocional. Ahora observe aun más profundo y perciba el significado esencial causado por estos pensamientos y significación emocional.

Ahora una vez más, tome un momento para sentir su piel astra-mental y reafirme su independencia de su envoltura física.

Ahora tome nota, con sus ojos astra-mentales, del cordón plateado que conecta su cuerpo astra-mental con su envoltura física. Esto es el cordón umbilical que sostiene la vida que mantiene las funciones autonómicas de su envoltura física continuando ininterrumpidas en la ausencia de su cuerpo astra-mental. Observe la sutil energía que fluye a lo largo de este cordón que mantiene su envoltura palpitando y sus pulmones respirando. Directamente perciba su significación emocional. Ahora observe más profundo y perciba la corriente de pensamientos e ideas que están debajo de esta percepción directa de significación emocional. Ahora observe aun más profundo y perciba el significado esencial formado por estos pensamientos y significación emocional.

Ahora una vez más, tome un momento para sentir su piel astra-mental y reafirme su separación e independencia de su envoltura física.

Ahora tome nota, con sus ojos astra-mentales, del estado relajado de su envoltura física. Observe el lento y relajado paso de su respiración y los músculos flácidos en la cara. Directamente perciba la significación emocional expresada por este estado de relajación física. Tome nota también de los pensamientos, ideas y significado esencial que están debajo de su percepción de significación emocional.

Ahora una vez más, sienta su piel astra-mental y reafirme su separación e independencia de su envoltura física. Sienta todo su cuerpo astra-mental. Sienta la sólida región Tierra de su cuerpo astral. Añada a esto la fluida región Agua, la ligera región Aire y la radiante región Fuego de su cuerpo astral. Sienta su cuerpo astral como una unidad unificada y añada a esta conciencia de la región Agua de su cuerpo astral, la conciencia de la región Aire de su cuerpo astral. Sienta las regiones conjuntas de Agua y Aire de su cuerpo astral y añádale la conciencia de la región Fuego de su cuerpo astral. Sienta la unificación de estas tres regiones. Sienta su cuerpo astra-mental como una unidad unificada.

Ahora voltee nuevamente a su derecha hasta que este nuevamente dándole la espalda a envoltura física. Ahora lentamente regrese a su envoltura física y de nuevo ocupe el mismo espacio de su envoltura física.

Sienta su piel astra-mental, independiente de su piel física. Ahora cierre sus ojos astra-mentales y relájese dentro de su envoltura física. Deje que su cuerpo astra-mental llene todo su marco físico y gentilmente cambie su conciencia de regreso a la región Tierra de su cuerpo astral y la percepción directa de sensación física. Hágase consciente de su piel física, músculo y hueso e integre la energía vibrante de su piel astra-mental dentro de cada célula de su cuerpo físico.

Cambie su atención a la región Tierra de su cuerpo físico e integre la sólida energía de la región Tierra de su cuerpo astral dentro de ella. Desparrame esta energía a través de la región de sus piernas.

Mueva su conciencia hacia arriba a la región Agua de su cuerpo físico e igualmente, integre la energía fluida de la región Agua de su cuerpo astral dentro de su cuerpo físico. Desparrame esta energía a través de su región abdominal.

Mueva su conciencia hacia arriba a la región Aire de su cuerpo físico e integre la ligera energía de la región Aire de su cuerpo astral. Desparrame esta energía a través de la región de su pecho.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Fuego de su cuerpo físico e integre la radiante energía de la región Fuego de su cuerpo astral. Desparrame esta energía a través de la región de su cabeza.

Mantenga su conciencia del conjunto físico y astral de las regiones Fuego y añada a esta conciencia su conjunto astral y físico de la región Aire. Sienta estas dos regiones Elementales como una unidad unificada.

Mantenga la conciencia de estas conjuntas regiones astrales y físicas de Fuego y Aire y añádale la conciencia del conjunto astral y físico de la región Agua. Sienta estas tres regiones Elementales como una unidad unificada.

Ahora mantenga la conciencia de estas conjuntas regiones astrales y físicas de Fuego, Aire, y Agua y

añádale la conciencia del conjunto astral y físico de la región Tierra. Sienta estas Cuatro regiones Elementales como una unidad unificada.

Sienta todo su cuerpo físico-astra-mental como una unidad unificada.

Ahora envíe sus raíces dentro de la tierra debajo de usted y libere cualquier exceso de energía que sienta.

Regrese su atención a la sensación de su cuerpo físico.

Ahora empiece su regreso a la conciencia normal. Antes de abrir sus ojos o mover su cuerpo, tome un momento para escuchar los sonidos a su alrededor, para oler el aire, etc.

Ahora tome un profundo aliento y exhálelo gentilmente.

Ahora mueva sus manos a lo largo de sus muslos, abdomen, y pecho, hasta su cara y de regreso hacia abajo, despertando su cuerpo a la sensación normal.

Ahora gentilmente abra sus ojos y lentamente empiece a moverse físicamente.

Esto finaliza la lección cuatro del Self-Healing Archaeous con respecto a la separación pasiva del cuerpo astra-mental.

Le sugiero que use esta grabación como su guía sólo por el tiempo que le tome aprender esta técnica. Una vez que haya memorizado el patrón y haya tenido éxito siguiendo la grabación un par de veces, usted deberá intentar la técnica solo, sin el uso de esta grabación. Es imperativo que usted aprenda a hacer esta técnica sin el uso de esta grabación si desea continuar con la siguiente lección.

Cuando pueda hacer esta técnica con facilidad, usted puede continuar con la lección cinco y la separación pasiva del solitario cuerpo mental.

¡Le deseo lo mejor!

# **EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK**

Escrito de la versión audio © 2003 por Rawn Clark

## ~ Lección Cinco ~

### **La separación pasiva y reposo del solitario cuerpo mental**

#### **Introducción:**

Hola, soy Rawn Clark y esta es la lección cinco del Self-Healing Archaeous. Como en las lecciones previas, esta lección es adecuada sólo para los que hayan completado el Paso Dos de Iniciación al Hermetismo.

Nuestro tema en esta lección es la separación pasiva del *solitario* cuerpo mental. En la Lección Cuatro, nosotros separamos nuestro cuerpo astra-mental de nuestra envoltura física y ahora con esta lección haremos una separación más al dejar vacante nuestra envoltura astral. Esto significa una constricción de nuestro enfoque a sólo las regiones Aire y Fuego de nuestro cuerpo mental. Yo llamo a esto el solitario cuerpo mental porque en este estado, el cuerpo mental es liberado de su envoltura astral y física. Este es el más versátil y flexible de nuestros tres cuerpos temporales.

El solitario cuerpo mental, compuesto de sólo las regiones Aire y Fuego, es de dos aspectos en naturaleza y se compara con el Ser Individual o, en términos cabalísticos, el Ser Tiphareth. Este nivel en particular de Ser es capaz de percibir directamente el ser personal inferior y el Ser superior. Como usted sabe, la región Aire del cuerpo mental representa la percepción directa de pensamientos e ideas. Esto es el aspecto de enfoque-descendente del Ser Individual. Esa parte del Ser Individual que tiene que ver con, e involucrado en, los aspectos personales y físicos de la existencia. La región Fuego por el otro lado, representa la percepción directa de significado esencial que ocurre sin la forma sólida de pensamientos e ideas. Esta región del solitario cuerpo mental es el aspecto de enfoque-ascendente del Ser Individual. Esa parte del Ser Individual que está continuamente recibiendo un influjo del Ser Superior.

En esta lección, estaremos usando las mismas técnicas presentadas en la Lección Cuatro. Primero, estrecharemos nuestro cuerpo mental a sólo sus regiones Agua, Aire, y Fuego y por medio de eso separaremos nuestro cuerpo astra-mental de su envoltura física. Como antes, esto revela un cordón plateado que corresponde a lo que resta de la región Tierra de nuestro cuerpo mental. Luego estrecharemos nuestro cuerpo mental aun más a sólo sus regiones Aire y Fuego y separaremos nuestro solitario cuerpo mental de su envoltura astral. Esto revela un segundo cordón de color lila arraigado en la envoltura astral que corresponde a lo que resta de la región Agua del cuerpo mental.

La razón por la que estamos haciendo ésta manera específica de separación se debe a que de esta manera separamos y descansamos completamente nuestros tres cuerpos. A como cada uno de nuestros tres cuerpos reposa, ellos naturalmente se revierten a un estado más prístino y saludable. El acto de dejarlos descansar individualmente, significativamente disminuye la aportación de un nivel al otro, así incrementando la *profundidad* de su reposo. Sin la activa impresión de la energía astral, el cuerpo físico descansa más pacíficamente y completamente que en el sueño. Igualmente, el cuerpo astral, separado de la aportación física y mental, descansa como raramente lo hace durante el curso de una vida normal. Y el cuerpo mental, liberado de esta manera de las restricciones astrales y físicas, puede ser guiado a un profundo estado de calma.

Ordinariamente, cuando el solitario cuerpo mental es separado, el cuerpo astral es dejado dentro de la envoltura física enés de ser separado de ella. Esto significa que la conexión entre los niveles astrales y físicos de conciencia no es disminuida y por lo tanto ambos cuerpos permanecen relativamente integrados. La separación ordinaria sólo revela un *solo* cordón **morado** enés de los dos cordones que la separación triple revela. La razón por la cual tal cordón es más oscuro en color se debe a que esto es lo que permanece

de las regiones Agua y Tierra del cuerpo mental, y ambas permanecen arraigadas en la envoltura astrafísica. En la separación triple sin embargo, el cordón morado se convierte en dos cordones – uno plateado correspondiendo a la región Tierra y el cordón lila correspondiendo a la región Agua. El cordón lila, como es *solo* la región Agua, es inmediatamente fluido y puede ser fácilmente estirado a un nivel infinito.

La sombra, anchura y grado de translucidez que el cordón lila exhibe, variará en proporción directa al grado de enfoque del individuo. Por ejemplo, cuando la conciencia es enfocada exclusivamente dentro de la región Fuego del solitario cuerpo mental, el cordón lila será tan delgado como un cabello y tan claro como el agua y no habrá otra percepción mas que la percepción directa de significado esencial. En tal estado la percepción no es procesada en palabras, pensamientos, significación emocional o sensaciones. En tal estado, usted no sería capaz de escuchar mi voz, y no me sentiría si tocara su cuerpo físico.

Sin embargo, cuando la conciencia es enfocada exclusivamente en las regiones Fuego y Aire, pensamientos y palabras sí acompañan la percepción. En tal estado el cordón lila tiene el ancho de un cordón y la opacidad de un lila amarillo.

Con la lección cinco, aunque estará enfocado principalmente dentro de las regiones Aire y Fuego de su cuerpo mental, una parte de su conciencia aun estará recibiendo información de sus oídos físicos en la forma de mi voz, y procesando sus percepciones por medio de su cuerpo astral, dándoles figura y color. Como hay mucha información pasando a través de su cordón lila, el cordón será del ancho de un dedo, tendrá la opacidad de la leche y brillará con un color lila brillante.

Para poder lograr estados más profundos de separación del solitario cuerpo mental, en donde no hay percepción debajo de la densidad de pensamientos, usted tendrá que hacer esta lección sin el uso de esta grabación. Sin embargo, esta grabación le dará a conocer la técnica lo suficientemente y aun con sus limitaciones, le dará la capacidad de obtener un buen grado de separación, reposo y beneficio curativo.

Así que sigamos con la práctica.

### **Práctica:**

Antes de comenzar, asegúrese que no será molestado. Si aun no lo ha hecho, tome un momento para cerrar su puerta con candado. Apague el teléfono y las luces.

Sitúese cómodamente, ya sea sentado derecho, con sus manos reposando gentilmente sobre sus muslos, o acostado sobre su espalda, y libre su mente de todas las preocupaciones mundanas y pensamientos.

Ahora enfoque su conciencia en la región Tierra de su cuerpo físico y rápidamente relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Agua y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Aire y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Fuego y relaje todos los músculos es esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora sienta toda la región de su cabeza como una unidad.

Añada a esto la región de su pecho y sienta las dos juntas.

Añada a esto su región abdominal y sienta las tres juntas.

Y finalmente, añada la región de sus piernas y sienta todo su cuerpo físico como una unidad.

Envíe sus raíces hacia abajo dentro de la tierra debajo de usted y libere cualquier fragmento de negatividad que esté albergando.

Ahora regrese su enfoque a la sensación de todo su cuerpo físico como una unidad.

Ahora empuje su conciencia ligeramente hacia afuera hasta que sienta la vibrante energía de su cuerpo astral. Enfóquese solamente en su cuerpo astral y la percepción directa de significación emocional. Voluntariosamente cambie su atención de la región Tierra de su cuerpo mental y enfóquela exclusivamente en la región Agua de su cuerpo mental.

Enfóquese en la significación emocional de la sólida energía que percibe dentro de la región Tierra de su cuerpo astral.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Agua de su cuerpo astral y sienta el significado de la fluida energía que percibe ahí.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Aire de su cuerpo astral y sienta el significado de la ligera energía que percibe ahí.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Fuego de su cuerpo astral y sienta el significado de la radiante energía que percibe ahí.

Mantenga esta conciencia de la región Fuego de su cuerpo astral y añádale la conciencia de la región Aire. Sienta estas dos regiones de su cuerpo astral como una unidad unificada.

Mantenga esta conciencia de las regiones conjuntas de Fuego y Aire de su cuerpo astral y añádale la conciencia de la región Agua. Sienta estas tres regiones de su cuerpo astral como una unidad unificada.

Mantenga esta conciencia de las regiones conjuntas de Fuego, Aire, y Agua de su cuerpo astral y añádale la conciencia de la región Tierra. Sienta estas cuatro regiones de su cuerpo astral como una unidad unificada.

Enfoque toda su conciencia en las sensaciones de todo su cuerpo astral.

Mantenga esta conciencia de la región Agua de su cuerpo mental y añádale la conciencia de la región Aire de su cuerpo mental. Incorpore la percepción directa de pensamientos e ideas dentro de su percepción directa de significación emocional y sienta estas dos regiones de su cuerpo mental como una unidad unificada.

Mantenga esta conciencia de las regiones conjuntas de Agua y Aire de su cuerpo mental y añádale la conciencia de la región Fuego de su cuerpo mental. Incorpore la percepción directa de significado esencial dentro de su percepción directa de pensamientos, ideas y significación emocional y sienta estas tres regiones de su cuerpo mental como una unidad unificada.

Ahora sienta los parámetros de su cuerpo astra-mental y sienta su piel astra-mental.

Ahora, sin mover para nada su cuerpo físico, lentamente parece derecho con su cuerpo astra-mental.

Parece perfectamente quieto dentro de su cuerpo astra-mental y enfoque su conciencia en las sensaciones que percibe. Sienta la fluida energía de su región Agua, la ligera energía de su región Aire y la radiante energía de su región Fuego. Sienta las tres regiones de su cuerpo astra-mental como una unidad unificada, parado derecho, independiente de su envoltura física.

Ahora voltee a su derecha hasta que este observando su envoltura física y observe su estado de reposo. Ahora siéntese al pie de su envoltura física. Observe el cordón plateado que lo conecta con su envoltura física.



Ahora cierre sus ojos astrales y cambie su enfoque hacia adentro. Voluntariosamente cambie su atención de la región Agua de su cuerpo mental y enfóquese exclusivamente en las regiones Aire y Fuego. Sienta la ligera energía de los pensamientos e ideas de la región Aire y la radiante energía del significado esencial de la región Fuego. Sienta cómo estas dos regiones son una unidad unificada.

Sienta como la forma proporcionada por los pensamientos e ideas crean un tipo de piel mental que contiene y expresa la radiante energía de significado esencial. Sienta su piel mental. Sienta qué tan libre e independiente es de su piel astral y su piel física.

Llene las regiones Aire y Fuego de su cuerpo mental con el pensamiento que usted ahora se encuentra libre de su envoltura astral.

Ahora, sin mover para nada su envoltura astral, gentilmente flote hacia arriba hasta que se encuentre a unas cuantas pulgadas arriba de su envoltura astral. Enfoque su conciencia exclusivamente dentro de las regiones unificadas de Aire y Fuego de su solitario cuerpo mental.

Sienta su piel mental y enfóquese en su independencia de su envoltura astral.

Ahora abra sus ojos mentales y vea hacia abajo y observe su vacía envoltura astral y física. Enfóquese en su separación e independencia de ellas.

Observe el cordón lila que lo conecta a su envoltura astral. Observe también el cordón plateado que conecta su envoltura astral con su envoltura física.

Observe el estado relajado de ambas envolturas.

Ahora cierre sus ojos mentales y cambie su enfoque hacia dentro. Enfóquese en los pensamientos e ideas que usted directamente percibe en este momento.

Ahora cambie su enfoque de la región Aire a la región Fuego. Sumérjase en la percepción directa de significado esencial.

**Silencio...**

Ahora gentilmente regrese a la conciencia de pensamientos e ideas. Deje que sus percepciones directas de significado esencial penetren la región Aire de su cuerpo mental y tomen forma.

Sienta su piel mental y sienta la unificación de las regiones Aire y Fuego de su solitario cuerpo mental.

Ahora abra sus ojos mentales y observe el descansado estado de su envoltura física y astral. Voluntariosamente descienda dentro de su envoltura astral y gentilmente enfoque su conciencia en la región Agua de su cuerpo mental y la percepción directa de significación emocional.

Desparrame su solitario cuerpo mental a través de todo su cuerpo astra-mental y sienta su piel astra-mental. Sienta todo su cuerpo astra-mental como una unidad unificada.

Cambie su atención a la región Tierra de su cuerpo astral e integre la energía de su solitario cuerpo mental dentro de ella.

Cambie su atención a la región Agua de su cuerpo astral e integre la energía de su solitario cuerpo mental dentro de ella.

Cambie su atención a la región Aire de su cuerpo astral e integre la energía de su solitario cuerpo mental dentro de ella.

Cambie su atención a la región Fuego de su cuerpo astral e integre la energía de su solitario cuerpo mental dentro de ella.

Sienta todas las cuatro regiones de su cuerpo astral como una unidad unificada. Añada a esto la conciencia de la región Aire de su cuerpo mental y sienta las regiones Agua y Aire de su cuerpo mental como una unidad unificada.

Ahora añada a esto la conciencia de la región Fuego de su cuerpo mental y sienta las tres regiones de su cuerpo astra-mental como una unidad unificada.

Ahora abra sus ojos astra-mentales y observe el profundo estado de reposo de su envoltura física. Sienta su piel astra-mental, independiente de su piel física.

Ahora cierre sus ojos astra-mentales y relájese dentro de su envoltura física. Deje que su cuerpo astra-mental llene todo su marco físico y gentilmente enfoque su conciencia en la región Tierra de su cuerpo mental y la percepción directa de sensación física. Hágase conciente de su piel física, músculo y hueso e integre la energía vibrante de su piel astra-mental dentro de cada célula de su cuerpo físico.

Cambie su atención a la región Tierra de su cuerpo físico e integre la sólida energía de la región Tierra de su cuerpo astral dentro de ella.

Mueva su conciencia hacia arriba a la región Agua de su cuerpo físico e igualmente, integre la fluida energía de la región Agua de su cuerpo astral dentro de su cuerpo físico.

Mueva su conciencia hacia arriba a la región Aire de su cuerpo físico e integre la ligera energía de la región Aire de su cuerpo astral.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a la región Fuego de su cuerpo físico e integre la radiante energía de la región Fuego de su cuerpo astral.

Mantenga su conciencia de las conjuntas regiones astrales y físicas de Fuego y añada a esto la conciencia de sus conjuntas regiones astrales y físicas de Aire.

Mantenga la conciencia de estas conjuntas regiones astrales y físicas de Fuego y Aire y añada a esto la conciencia de las conjuntas regiones astrales y físicas de Agua. Sienta estas tres regiones Elementales como una unidad unificada.

Ahora mantenga la conciencia de estas conjuntas regiones astrales y físicas de Fuego, Aire y Agua, y añádales la conciencia de la conjunta región astral y física de Tierra. Sienta estas Cuatro regiones Elementales como una unidad unificada.

Sienta todo su cuerpo físico-astra-mental como una unidad unificada.

Ahora envíe sus raíces dentro del suelo debajo de usted y libere cualquier exceso de energía que sienta.

Pare de prestarle atención a sus raíces y regrese su atención a la sensación de su cuerpo físico.

Ahora empiece su regreso a la conciencia normal. Antes de abrir sus ojos o mover su cuerpo, tome un momento para escuchar las sonidos a su alrededor, para oler el aire, etc.

Ahora tome un profundo aliento y exhálelo gentilmente.

Ahora mueva sus manos a lo largo de sus muslos, su abdomen y pecho, hasta su cara y de vuelta hacia abajo, despertando su cuerpo a la sensación normal.

Ahora gentilmente abra sus ojos y lentamente empiece a moverse físicamente.

Esto finaliza la lección cinco del Self-Healing Archæous con respecto a la separación pasiva del solitario cuerpo mental.

Le sugiero que use esta grabación como su guía sólo por el tiempo que le tome aprender esta técnica. Una vez que haya memorizado el patrón y haya tenido éxito siguiendo la grabación un par de veces, usted deberá intentar la técnica solo, sin el uso de esta grabación. Es imperativo que usted aprenda a hacer esta técnica sin el uso de esta grabación si usted desea continuar con las siguientes lecciones.

Cuando esta técnica la pueda hacer fácilmente, puede seguir con la lección seis y practicar la curación por medio del equilibrio Elemental de sus tres cuerpos.

¡Le deseo lo mejor!

# **EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK**

**Escrito de la versión audio © 2003 por Rawn Clark**

## **~ Lección Seis ~**

### **Equilibrio elemental y reintegración de los tres cuerpos**

Hola, soy Rawn Clark y esta es la lección seis del Self-Healing Archaeous. Esta lección es apropiada sólo para las personas que han tenido un buen progreso con el trabajo del Paso Cuatro de Iniciación al Hermetismo y que ya son eficaces con la acumulación de los Elementos.

Nuestro tema en esta lección es el equilibrio Elemental de cada uno de nuestros tres cuerpos. Dominio de la Lección Cinco es un prerrequisito absoluto para el seguimiento de esta Lección ya que el trabajo del equilibrio Elemental requiere una separación de los tres cuerpos.

Esta lección del Archaeous es una extensión de un ejercicio encontrado al final del entrenamiento astral del Paso Cuatro en "Iniciación al Hermetismo". En la versión de Bardón, el estudiante acumula los Elementos dentro de sus respectivas regiones del cuerpo físico para obtener una armonía Elemental. En el Archaeous sin embargo, estaremos acumulando los Elementos dentro de nuestros tres cuerpos y así obtendremos un grado más profundo de armonía Elemental.

Empezaremos con el cuerpo mental, luego el cuerpo astral y finalizaremos con el cuerpo físico. Gran cuidado es tomado con el proceso de reintegración del cuerpo mental y el cuerpo astral, y con la reintegración de los cuerpos astra-mental y físico. De esta manera, la armonía Elemental del cuerpo mental es traída desde lo mental, dentro de lo astral y luego reafirmada al acumular los Elementos dentro del cuerpo astral. Luego la armonía astra-mental es traída desde lo astral, dentro de lo físico y de nuevo reafirmada al acumular los Elementos dentro del cuerpo físico.

Como el trabajo de la Lección Seis requiere un grado muy profundo de concentración y separación de los tres cuerpos, no lo estaré guiando a través del proceso como lo hice en las Lecciones pasadas. En cambio, estaré describiendo el proceso y dependerá de usted ponerlo en práctica.

Así que sigamos con la descripción de la práctica.

Empiece como de costumbre y haga todos los pasos del Archaeous hasta llegar al punto donde sus tres cuerpos son separados y el enfoque de su conciencia se encuentra solamente dentro de su solitario cuerpo mental. Este es el punto donde la Lección Seis comienza.

Voltee su solitario cuerpo mental hasta que este observando su cuerpo astral y físico en reposo. Tome nota del cordón conectando su solitario cuerpo mental con su cuerpo astral en reposo y el cordón conectando su cuerpo astral con el cuerpo físico en reposo.

Enfóquese en el cordón conectando su cuerpo astral y físico. Como usted sabe, esta es la región Tierra de su cuerpo mental. Su primera tarea es llenar la región Tierra de su cuerpo mental con el Elemento Tierra. No acumule una gran cantidad del Elemento – solo lo suficiente para llenar el cordón. Usted no quiere condensar el Elemento, así que esto sólo debe ser un gentil relleno de la región Tierra con el Elemento Tierra.

Ahora enfoque su atención en el cordón que conecta su cuerpo astral en reposo y su solitario cuerpo mental. Como usted sabe, esta es la región Agua de su cuerpo mental. Su siguiente labor entonces, es llenar la región Agua de su cuerpo mental con una misma cantidad del Elemento Agua. Como antes, no acumule demasiado del Elemento -- solo llene el cordón sin condensar el Elemento.

Cuando las regiones Tierra y Agua de su cuerpo mental hayan sido llenadas con sus respectivos Elementos,

cambie su enfoque a la región Aire de su solitario cuerpo mental. Su siguiente labor es llenar la región Aire con una misma cantidad del Elemento Aire en la misma manera de antes. De nuevo, sólo llene la región Aire con el Elemento Aire; sin condensar el Elemento.

Luego cambie su enfoque a la región Fuego de su solitario cuerpo mental y llénela con una misma cantidad del Elemento Fuego, exactamente como antes.

Cuando las cuatro regiones de su cuerpo mental estén de esta manera llenadas con una misma cantidad de sus respectivos Elementos, desparrame su conciencia a través de todo su cuerpo mental (las cuatro regiones simultáneamente). Pase varios momentos de meditación en este estado de balance integrado.

Cuando su meditación se sienta completa, libere los Elementos acumulados en el orden inverso, empezando con el Fuego y finalizando con la Tierra. Cuando haya terminado, pase unos momentos sintiendo la armonía y balance Elemental dentro de su cuerpo mental.

Ahora cambie su atención a su recostado y descansado cuerpo astral. Gentilmente sumérgase dentro de el y retome completa conciencia de el. Concientemente imprégnelo como de costumbre, conectando íntimamente su cuerpo astral y mental. Cuando este listo, póngase de pie con su cuerpo astra-mental, prestando mucha atención al reconectarse con todas las sensaciones astrales.

Párese quieto e integre su cuerpo astral y mental. Concientemente vitalice su cuerpo astral con el Equilibrio Elemental de su cuerpo mental. Firmemente reúna la influencia equilibrante de su cuerpo mental re-vivificado dentro de todos los aspectos de su reposada energía astral. Atención especial debe de ser brindada a esta reintegración. Tómese su tiempo y sea muy minucioso.

Una vez que haya totalmente reclamado su cuerpo astral, cambie su enfoque a la región Tierra de su cuerpo astral y llénela con el Elemento Tierra. Justo como con el relleno del cuerpo mental, usted no quiere condensar el Elemento, solo llene la región.

Luego cambie su atención a la región Agua de su cuerpo astral y llénela con una misma cantidad del Elemento Agua. Luego llene la región Aire de su cuerpo astral con el Elemento Aire y luego la región Fuego con el Elemento Fuego.

Cuando todas las cuatro regiones de su cuerpo astral estén llenadas de esta manera con una misma cantidad de sus respectivos Elementos, desparrame su conciencia a través de todo su cuerpo astral (las cuatro regiones simultáneamente). Pase algunos momentos de meditación en este estado de balance integrado.

Cuando su meditación se sienta completa, libere los Elementos acumulados en el orden inverso, empezando con el Fuego y finalizando con la Tierra. Cuando haya terminado, pase algunos momentos sintiendo la armonía Elemental y balance dentro de su cuerpo astral.

Ahora cambie su enfoque a su cuerpo físico en reposo y reintegre su cuerpo astra-mental y su cuerpo físico. Pase varios momentos en este proceso de reintegración de su cuerpo físico-astra-mental. Concientemente integre la armonía Elemental de su cuerpo astra-mental dentro de cada aspecto de su cuerpo físico. Atención especial debe de ser brindada a esta reintegración. Tómese su tiempo y sea muy minucioso en este proceso.

Una vez que haya completamente reclamado su cuerpo físico, cambie su enfoque a la región de sus piernas de su cuerpo físico y llénela con el Elemento Tierra. Como antes, no quiere condensar el Elemento, sólo llene la región.

Luego cambie su atención a la región abdominal de su cuerpo físico y llénela con una misma cantidad del Elemento Agua. Después, llene la región de su pecho de su cuerpo físico con el Elemento Aire y luego la región de su cabeza con el Elemento Fuego.

Cuando todas las cuatro regiones de su cuerpo físico son llenadas de esta manera con una igual cantidad de

sus respectivos Elementos, desparrame su conciencia a través de todo su cuerpo físico (todas las cuatro regiones simultáneamente). Pase varios momentos meditando en este estado de balance integrado.

Cuando su meditación se sienta completa, libere los Elementos acumulados en orden inverso, empezando con el Fuego y terminando con la Tierra. Cuando haya terminado, pase varios momentos sintiendo la armonía Elemental y balance dentro de su cuerpo físico-astra-mental. Concéntrese en las sensaciones causadas por este Equilibrio de sus tres cuerpos unidos. Integre cada parte de energía astra-mental que pueda dentro de su estructura física, concientemente guiándola dentro de cada célula de su cuerpo físico. Y luego libere cualquier exceso de energía que permanezca.

Visualice su cuerpo mental activamente haciéndose más brillante, y voluntariosamente dándole dirección a lo astral. También visualice lo físico conformando su estructura de acuerdo a este renovado patrón astral. Esta final integración y equilibrio debe de ser seguida con mucho cuidado y concentración absoluta.

Finalice su meditación en la manera usual, y asegúrese de regresar a su estado normal de conciencia.

Así que para resumir el proceso:

Primero siga el Archaeous hasta el punto en donde todos los tres cuerpos son separados y su conciencia es firmemente arraigada en su solitario cuerpo mental.

Luego cargue cada una de las regiones Elementales de su cuerpo mental con sus respectivos Elementos, empezando con Tierra y terminando con Fuego. Después de unos cuantos minutos en este estado, usted libera los Elementos en el orden contrario, de Fuego a Tierra. Al completarlo, usted reintegra su solitario cuerpo mental con su cuerpo astral en reposo.

Luego repite el mismo ejercicio con su cuerpo astral y llena cada región con su respectivo Elemento. Después de unos cuantos minutos los Elementos son liberados en el orden contrario y usted reintegra su cuerpo astra-mental y físico.

La misma labor es repetida con el cuerpo físico. De nuevo, llene cada región con su respectivo Elemento y luego, después de unos cuantos minutos, libere los Elementos en el orden contrario.

Lograr el completamente integrado y Elementalmente balanceado cuerpo físico-astra-mental es el nivel más curativo del Archaeous. Bardon dice, "Si el mago pierde armonía por medio de cualquier circunstancia en particular, todo lo que tiene que hacer es practicar estos ejercicios y el inmediatamente repondrá la armonía. El mago experimentará la consoladora influencia de toda la armonía universal, que esta creando y manteniendo dentro de él el sentimiento de paz y felicidad, no sólo por unas cuantas horas, sino por días."

Esto concluye la Lección Seis del Self-Healing Archaeous, con respecto al balance Elemental y reintegración de los tres cuerpos. ¡Le deseo mucha paz, felicidad, y armonía Elemental!

¡Le deseo lo mejor!

# **EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK**

**Escrito de la versión audio © 2003 por Rawn Clark**

## **~ Lección Siete ~ Divagación Astra-Mental**

Hola, soy Rawn Clark y esta es la Lección Siete del Self-Healing Archaeous. Esta lección es apropiada sólo para las personas que hayan dominado el Paso Cuatro de Iniciación al Hermetismo y están teniendo buen progreso con el trabajo del Paso Cinco.

Nuestro tema en esta lección es la Divagación Astra-Mental. Dominio de la Lección Seis del Archaeous es un prerequisite **absoluto** para el seguimiento de esta Lección ya que el balance Elemental es lo que libera al cuerpo astra-mental de sus cadenas y permite que suceda la verdadera divagación.

Algunas de mis motivaciones por crear estas series de Lecciones audio fueron las muchas peticiones que recibí de estudiantes de Iniciación al Hermetismo para un método sano y seguro de proyección astral que pudiera ser empleado antes de llegar al Paso nueve. El deseo de proyección astral se ha convertido en una parte muy fuerte de la cultura mágica moderna y muchos están dispuestos a tomar grandes riesgos para lograrla. De hecho, durante muchos años sirviendo como un Compañero de innumerables estudiantes de Iniciación al Hermetismo, me he topado con muchos instantes en donde el estudiante ha hecho un daño considerable a su cuerpo astral y mental por medio de sus intentos de dominar la proyección astral usando las populares técnicas modernas. Así que veo que satisfacer esta necesidad de una manera más segura que la que está disponible en el presente y de una manera más rápida que la que sugirió Bardon, se ha hecho importante para el bienestar de los estudiantes de Iniciación al Hermetismo.

Al principio, sentí una gran cantidad de resistencia al tratar de exponer la siguiente técnica ya que yo firmemente creo que el sistema de Bardon es EL mejor, y la manera más benéfica de proceder. Había planeado enseñar sólo aquellos aspectos del Archaeous que son más curativos para los tres cuerpos con la esperanza de que esto aliviaría el daño causado por el seguimiento de las técnicas modernas. De hecho, la Lección Siete originalmente iba a ser acerca de los beneficios de la auto-expresión integrada por medio del concientemente unificado y Elementalmente balanceado cuerpo físico-astra-mental, envés de ser acerca de la Divagación Astra-Mental. Lo que me disuadió de este plan fue el recibimiento de varias notas indicando que personas se habían dado cuenta de las posibilidades de proyección inherentes en las Lecciones Cuatro y Cinco que tenían que ver con la separación pasiva de los tres cuerpos. Por eso se hizo imperativo que explicara la manera *apropiada* de usar el Archaeous para lograr la divagación astra-mental.

Para poder divagar astra-mentalmente sin riesgos, debe de haber un estado de balance Elemental dentro de los tres cuerpos. Por ejemplo, la separación astra-mental espontánea o intencional ocurre a veces cuando hay un balance Elemental **natural** dentro de los tres cuerpos. Cuando todo es justo de esta manera y todos los factores correctos llegan a un acuerdo temporal, el cuerpo astra-mental espontáneamente abandona el cuerpo físico. Lo principal en esas condiciones es un estado donde los tres cuerpos logran un estado temporal de balance Elemental. También hay condiciones adicionales que deben de ser cumplidas al mismo tiempo, como una petición de los niveles más altos de Ser, necesidad kármica, etc. El vínculo que une el cuerpo astra-mental al cuerpo físico no es aflojado **naturalmente** a menos que estas condiciones sean cumplidas. Sin embargo, muchas técnicas populares intentan poner a un lado estas condiciones naturales por medio de una intensa acumulación y proyección de energía cruda. Y es ahí donde se encuentra el peligro más grande de estas técnicas, ya que abusan e ignoran las protecciones que la Naturaleza ha considerado necesarias.

Sin embargo, como Bardon ilustró en Iniciación al Hermetismo, cuando un *Equilibrio* Elemental de *todos los tres* cuerpos es logrado, la separación del cuerpo Astra-mental se convierte en un asunto de intención conciente, envés de cumplir con ciertas condiciones. Esta es una razón por la que Bardon puso la Divagación Mental en el Paso Ocho y la Divagación Astral en el Paso Nueve – para el Paso Ocho, todos los tres cuerpos han sido llevados a un estado de Equilibrio Elemental.

Desde el principio, el Archaeous trata de incubar este Equilibrio. Primero con el cuerpo físico y un proceso que lleva al entendimiento de como se manifiestan las Cualidades Universales de los Elementos dentro del cuerpo físico. Luego con el cuerpo astral por medio de un proceso similar con el mismo fin. Y finalmente con el cuerpo mental de la misma manera. Una vez que las Cualidades son reconocidas y a un cierto grado esta realización ha sido integrada dentro de los tres cuerpos, **separación** – NO divagación o viaje – se hace posible. Esto coincide con el trabajo del Paso Tres en donde uno ha logrado lo que yo llamo el “rudimentario balance Astral Elemental”, en donde las características negativas más sobresalientes de la personalidad han sido transformadas.

Luego, una vez que uno haya obtenido un buen progreso con el Paso Cuatro, se encuentra la Lección Seis del Archaeous, en donde hablo acerca de balancear los Elementos, por medio de la acumulación, dentro de cada uno de los tres cuerpos, seguida por una minuciosa reintegración. En este punto del entrenamiento de Iniciación al Hermetismo, el Equilibrio Elemental Astral se encuentra cerca, si es que no esta ya en su lugar, así que la Lección Seis refuerza el naciente Equilibrio Astral y acelera al practicante hacia su madurez.

Comparado al paso que marca Bardon, el único ingrediente que falta para que exista una segura divagación astra-mental, es el Equilibrio Elemental **Mental**. En Iniciación al Hermetismo, Bardon no comienza dirigiéndose directamente al Equilibrio Mental hasta el Paso Siete (Lo cual es otra razón porque la que la divagación mental no ocurre hasta el Paso Ocho), pero aquí en la Lección Seis del Archaeous, se encuentra un ejercicio que se dirige directamente al Equilibrio Mental al final del Paso Cuatro.

Para el final del Paso Cuatro / el comienzo del Paso Cinco, ya hay un **balance** Mental en su lugar, así que los ejercicios de la Lección Seis le darán fuerza a este balance y acelerarán su evolución hacia un verdadero Equilibrio. Lo que hace que esta aceleración sea segura, es la cuidadosa integración de la armonía Elemental dentro de cada uno de los tres cuerpos en sucesión. Esto “arraiga” la armonía que es lo que transforma la ‘armonía’ transitoria en ‘balance’ menos fugaz y últimamente, en Equilibrio.

Como dije, para divagar astra-mentalmente con seguridad, debe de haber un estado de balance Elemental dentro de los tres cuerpos. Este grado de balance puede ser inducido por medio del proceso del Archaeous y en esta Lección Siete, estaré explicando un método por medio del cual esto es logrado.

Justo como en la Lección Seis, esta Lección requiere un profundo nivel de concentración y separación de los tres cuerpos y no sería práctico para mi guiarlo a través de la práctica como lo hice en las Lecciones previas. En cambio, estaré de nuevo describiendo el proceso y dependerá de usted ponerlo en práctica.

Así que, continuemos con la descripción de la práctica.

La Lección Siete comienza con un duplicado completo de la Lección Seis. Esta es la fundación que establece el balance Elemental de todos los tres cuerpos.

Así que primeramente, usted separará sus tres cuerpos y luego creará una armonía Elemental dentro de su solitario cuerpo mental. Usted luego integra esta armonía mental dentro de su cuerpo astral y crea una armonía Elemental dentro de su cuerpo astra-mental. Luego, usted integra esta armonía astra-mental dentro de su cuerpo físico y crea una armonía Elemental dentro de su cuerpo físico-astra-mental.

Todo este procedimiento debe de ser llevado acabo con mucho cuidado y minuciosamente, con mucha atención brindada a las integraciones sucesivas.

En este punto, usted debe de pasar unos cuantos minutos profundamente enfocado en la unidad de estos tres cuerpos y en su mutuo balance Elemental.

Cuando esta meditación se sienta completa, enfóquese en su intención de divagar astra-mentalmente. Usted debe construir una fuerza de voluntad muy fuerte dentro de esta intención.



Ahora estreche su conciencia a su cuerpo astramental de la manera usual y separe su Elementalmente balanceado cuerpo astramental de su Elementalmente balanceado cuerpo físico. Al principio usted debe de pararse muy quieto, justo enseguida de su envoltura física vacía. Enfóquese de nuevo en el estado balanceado de sus cuerpos y en las sensaciones usuales de su cuerpo astramental. Enfoque su atención exclusivamente en su cuerpo astramental.

Observe el cordón plateado que conecta su cuerpo astramental con su envoltura física. Observe que tan delgado y elástico es. Note que es más elástico que cuando separe su cuerpo astramental previamente, antes de lograr el balance elemental de los tres cuerpos.

Ahora cambie su atención de su cuerpo físico y del cordón plateado y enfóquese exclusivamente en su cuerpo astramental y reafirme su balance Elemental acumulando gentilmente los cuatro Elementos dentro de sus respectivas regiones y luego liberándolos.

Ahora dirija su atención hacia fuera hacia sus alrededores físicos. Es probable que usted sienta una gran sensación de libertad, incrementada por el anhelo de volar inmediatamente, pero esto **debe** ser mantenido en observación. Usted debe de controlarlo, envés de ser controlado. Parece perfectamente quieto hasta que sienta que esta al mando y capaz de resistir cualquier impulso de volar.

Su habilidad de tener auto-dirección durante este fuerte impulso depende de la madurez de su disciplina mental y su Equilibrio Elemental.

Una vez que este seguro que esta en control de usted mismo, tome unos pocos pasos alrededor del cuarto en donde su cuerpo físico se encuentra. Examine los detalles de sus alrededores físicos con las facultades inherentes de su cuerpo astramental.

Después de unos cuantos minutos, deténgase y parece muy quieto de nuevo. Enfóquese adentro y de nuevo reafirme el balance Elemental de su cuerpo astramental. Si es necesario, brevemente acumule y libere los Elementos.

Cuando esto se sienta completo, dirija su atención al cordón plateado y su cuerpo físico en reposo. Observe los cambios en el cordón plateado con respecto a su delgadez y elasticidad. De nuevo, dirija su atención de regreso a sus alrededores físicos y explórelos de nuevo. Esta vez, busque unos pequeños detalles del cuarto y memorícelos. Luego, usted comparará estas memorias con un vistazo físico de los mismos detalles.

Después de unos cuantos minutos de esto, dirija su atención de regreso a su cuerpo físico. Reafirme el Balance Elemental de su cuerpo astramental y luego reentre su cuerpo físico.

Minuciosamente integre su cuerpo astramental con su cuerpo físico como lo hizo en la Lección Seis, incluyendo la acumulación de los cuatro Elementos dentro de sus regiones respectivas. Libere los Elementos y luego regrese a la conciencia normal de la manera usual.

Inmediatamente después de que haya recuperado su conciencia física y sentidos, usted debe examinar sus alrededores físicos y discernir que tan de cerca corresponden sus percepciones astramentales con sus percepciones físicas. Busque detalles específicos que usted memorizó durante su viaje astramental y compare esas memorias a lo que observa ahora.

Repita esta práctica de examinar sus alrededores inmediatos mientras habitando su cuerpo astramental y luego comparándolos con sus percepciones físicas, una y otra vez, hasta que sus percepciones astramentales se alineen con la realidad física. De esta práctica usted aprenderá cómo discernir entre proyecciones subconscientes y realidad objetiva.

Cuando haya llegado a este punto donde sus percepciones astramentales de sus alrededores inmediatos son confiablemente precisas, usted puede empezar a aventurarse más en este campo. Cuando sea posible, observe los lugares a los que usted viaja astramentalmente, con su cuerpo físico, para estar seguro que sus percepciones astramentales son precisas.

Aventúrese más y más lejos de su cuerpo físico a como transcurra el tiempo, pero permanezca dentro del momento presente temporal. Proceda de esta manera hasta que se haya echo adepto a visitar cualquier lugar dentro del momento presente de tiempo-espacio que escoja.

El método por el cual usted se mueve del lugar de su cuerpo físico a cualquier punto en el espacio es muy simple. Es solo un asunto de formar una fuerte intención de visitar tal y tal lugar. Esto crea una resonancia mental que, debido a la ley mental de 'similar atrae a similar', inmediatamente lo trae al lugar de su elección. Por ejemplo, si usted desea divagar astra-mentalmente a la casa de un familiar, usted necesitaría crear una fuerte intención mental para hacerlo y esto llevaría su cuerpo astra-mental a su presencia física.

La práctica de dominar la divagación astra-mental dentro del presente momento físico, prepara al cuerpo astra-mental para poder entrar dentro de las zonas más efímeras del reino astral. Navegación dentro de estas zonas de lo astral es algo diferente e involucra, aparte de una intención fuertemente formulada, la acumulación de los Elementos individuales para explorar los reinos Elementales, y la acumulación de frecuencias específicas de Luz de cierto color para explorar la Zona que Rodea la Tierra. En otras palabras, estas exploraciones requieren una alteración de su cuerpo astra-mental de su estado natural.

Esto concluye la Lección Siete del Self-Healing Archaeous, con respecto a la Divagación Astra-Mental. Espero, por su bien, que usted decida usar este conocimiento sabiamente para avanzar su evolución mágica.

¡Le deseo lo mejor!

# **EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK**

**Escrito de la versión audio © 2003 por Rawn Clark**

## **~ Lección Ocho ~ Técnicas de Divagación Mental**

Hola, soy Rawn Clark y esta es la Lección Ocho del Self-Healing Archaeous. Esta Lección es apropiada sólo para las personas que hayan dominado la Lección Seis.

Existen tres grados o tipos de divagación mental. El primero es cuando el solitario cuerpo mental es separado de su envoltura astra-física. El segundo tipo es cuando el cuerpo astra-mental es primero separado de su envoltura física y luego el solitario cuerpo mental es separado de su envoltura astral. El tercer tipo de divagación es cuando, habiendo hecho la separación astra-mental de lo físico y luego la separación del solitario cuerpo mental de lo astral, la región Fuego del cuerpo mental es separada de la región Aire del solitario cuerpo mental.

El primer grado de divagación es lo que Franz Bardon describe en el Paso 8 de Iniciación al Hermetismo. En este método, el individuo separa el solitario cuerpo mental directamente de su envoltura astra-física, y revela un cordón morado que representa lo que resta de las conjuntas regiones Tierra y Agua del cuerpo mental. Con este grado, las percepciones de uno pueden ser puramente mentales o astrales y la integración de percepciones del solitario cuerpo mental dentro del contexto emocional es muy fácil. Este grado es muy apropiado para la divagación mental del momento presente, de sus alrededores físicos, otros lugares en la tierra, etc. Este es el estado que ocurre antes de la técnica de Divagación Astral que Bardon enseñó en el Paso Nueve de Iniciación al Hermetismo.

En el segundo grado de divagación, uno primero separa el cuerpo astra-mental de la envoltura física, revelando el cordón plateado que es solo la desinflada región Tierra del cuerpo mental. Luego uno separa el solitario cuerpo mental de la envoltura astral, revelando el cordón violeta (enés del más denso color morado), que es solamente la desinflada región Agua del cuerpo mental. Esto provee una separación más profunda del solitario cuerpo mental y es más apropiada para puras percepciones mentales que involucran la integración de percepción directa de significado esencial con pensamiento. Es posible integrar rápidamente las percepciones mentales dentro del nivel emocional pero esto no es automático y por lo tanto requiere de atención. También es un asunto fácil atraer la envoltura astral hacia el solitario cuerpo mental y revertir a la divagación astral desde este estado.

Este segundo grado es el más apropiado para una investigación mental más fina del momento presente y los alrededores físicos de uno, etc., pero principalmente, es el mejor para explorar los Planos superiores o Zonas Planetarias. Sin embargo, las regiones conjuntas de Aire y Fuego del solitario cuerpo mental no pueden viajar más allá de la Zona de Júpiter y solo pueden penetrar el "borde" del Abismo. En otras palabras, el solitario cuerpo mental es una criatura del reino secuencial y como tal, no puede entrar en el reino no-secuencial de la eternidad. Solo la región Fuego del cuerpo mental puede navegar el Abismo entre los reinos secuenciales y los reinos eternos.

Lo que me hace llegar al tercer y final grado de divagación mental – la separación de la región Fuego del solitario cuerpo mental. Uno comienza desde el segundo nivel y luego separa la región Fuego del cuerpo mental de su integración con la región Aire. Esto revela un cordón claro que es todo lo que resta de la región Aire cuando la conciencia de uno es totalmente enfocada dentro de la región Fuego. Con este grado hay solo la percepción directa de significado esencial y SER. Estas percepciones pueden ser periódicamente integradas dentro de la región Aire de pensamiento, pero esto requiere de un acto de voluntad que remueve a uno de una totalidad de enfoque dentro de la región Fuego. La región Fuego es como una flama, siempre alcanzando hacia arriba y hacia afuera. Así, la integración de las percepciones directas de la región Fuego, dentro de la región Aire, requiere de un distanciamiento de lo que uno esta directamente percibiendo. Consecuentemente esto interrumpe la continuidad de las percepciones de uno y

uno debe entonces regresar a un enfoque exclusivo y separación de la región Fuego.

Solo la región Fuego del cuerpo mental es capaz de percibir directamente, e unir conciencia con, el eterno cuerpo mental.

Este es el grado más alto del ejercicio de Bardón acerca del vacío mental del Paso Uno de Iniciación al Hermetismo. Al nivel del Paso Uno, el estudiante está enfocando su conciencia dentro de la región Fuego de su cuerpo mental. Esta es la región de percepción directa de significado esencial y un estado mejor descrito como SIENDO. Aquí no hay pensamiento—solo percepción y SER. Sin embargo, con los ejercicios del Paso Uno, todo esto toma lugar mientras los tres cuerpos aun están justamente integrados. De hecho, la región Fuego esta conectada por un cordón muy gordo y denso que representa las regiones combinadas de Tierra, Agua y Aire del cuerpo mental. Esto genera mucho ruido de trasfondo, por decir, que uno no se da cuenta que esta ahí hasta que uno ha experimentado el silencio más profundo y el gran control que es obtenido cuando el cuerpo mental es separado por primera vez.

Ha como el estudiante profundiza su estado de vacío mental por medio de la práctica continúa, el cordón conectando la región Fuego se hace más delgado y claro, así revelando los varios niveles de la mente en sucesión. Primero las capas de la mente cerebral, luego la mente emocional, luego la mente pensante y finalmente revelando la mente perceptora. Es posible, con mucha persistencia y práctica y tal vez un excepcional talento natural, llegar a un estado en donde el cordón conectando la región Fuego con las regiones combinadas Tierra, Agua, y Aire, obtiene una claridad cristalina. Sin embargo, para muchas personas eso toma *mucho* tiempo.

Al separar los tres cuerpos primero y luego la región Fuego de la región Aire, uno puede lograr el grado más profundo de vacío mental que es posible. Sin embargo, un grado inferior de vacío, pero uno que es aún superior al ejercicio del Paso Uno, puede ser logrado al separar primero el cuerpo astra-mental de la envoltura física y luego separando la región Fuego del cuerpo astra-mental, dejando atrás una conjunta envoltura astra-mental de Agua y Aire. Esto resulta en un translúcido cordón amarillo dorado por medio del cual la región Fuego puede rápidamente integrar sus percepciones directas dentro de los aspectos de Agua y Aire del cuerpo mental. Aun cuando esto significa una interrupción esporádica del estado de vacío y percepción directa, sí toma menos tiempo para clarificar el translucido cordón amarillo dorado a un estado claro y transparente.

Como sería obviamente imposible para mí guiarlo a través de estas prácticas, yo simplemente delinearé el método para cada grado de divagación mental. Seguramente usted será capaz de aplicar este esquema a su práctica personal.

Grado Uno: Comience con el balance Elemental e integración de los tres cuerpos justo como fue instruido en la Lección Seis. Una vez que sus tres cuerpos estén plenamente re-integrados, separe su solitario cuerpo mental de la envoltura astra-física. Perciba el cordón morado y luego investigue sus alrededores. Justo como con mis instrucciones con respecto a la divagación astra-mental en la Lección Siete, usted debe verificar la precisión de sus percepciones después de cada sesión. Comience divagando muy cerca de su envoltura astra-física y luego, a como pase el tiempo, aventúrese más y más lejos. Practique la integración de las percepciones de su solitario cuerpo mental dentro de su cuerpo astra-físico durante su divagación. Al completar su viaje mental, cuidadosamente y minuciosamente re-intégrese dentro de su envoltura astra-física.

El viaje de un lugar a otro es causado por medio de la formulación de una clara intención de viajar a su destino escogido. Por ejemplo, si usted desea visitar un amigo en otro país, usted debe formular la fuerte intención de hacerlo. El viaje a otros planos o zonas es causado por medio de la intención y por medio de la conciente armonización del solitario cuerpo mental con la vibración de la zona escogida. Por ejemplo, si usted desea visitar un reino Elemental, usted debe formular la intención y luego llenar su solitario cuerpo mental con el Elemento relevante.

Grado Dos: Comience con el balance elemental e integración de los tres cuerpos como fue delineado en la Lección Seis. Una vez que sus tres cuerpos estén completamente re-integrados, separe su cuerpo astra-

mental de su envoltura física. Perciba el cordón plateado y luego separe su solitario cuerpo mental de la envoltura astral. Perciba el cordón morado y luego investigue sus alrededores. Como siempre, usted debe verificar la precisión de sus percepciones después de cada sesión. Empiece a divagar muy cerca de su envoltura astral y física y luego, a como pase el tiempo, aventúrese más y más lejos. Practique integrando las percepciones de su solitario cuerpo mental dentro de su cuerpo astral durante su divagación. Al completar su viaje mental, cuidadosamente y minuciosamente re-intégrese dentro de su envoltura astral y física. Los mismos métodos de viaje del grado uno se aplican.

Grado Tres: Empiece exactamente como con el grado dos. Una vez que sus tres cuerpos han sido separados, enfoque su conciencia exclusivamente dentro de la región Fuego de su solitario cuerpo mental. \*Perciba\* el significado esencial de su separación de la región Aire y \*perciba\* el significado esencial del claro cordón que lo conecta con esa región. Aísle su conciencia a solo la Región Fuego – a solo la percepción y SER.

El viaje con la región Fuego del cuerpo mental es también un asunto de intención y de jugar con la ley del reino mental de “lo similar atrae a lo similar.” Sin embargo, uno debe introducir esta intención \*antes\* de separar la región Fuego de la región Aire. La intención de a donde uno desea viajar es muy fuertemente formulada dentro del solitario cuerpo mental justo antes de enfocar la conciencia exclusivamente dentro de la región Fuego. En este punto un Elemento, Fluido o Luz coloreada puede ser condensada dentro del solitario cuerpo mental. Todas estas acciones crean una fuertemente enfocada cristalización de la materia mental que sirve como el punto de anclaje hacia el cual su objetivo o blanco es atraído; y viceversa, el cual es igualmente atraído \*hacia\* y \*por\* su objetivo. A como usted y su objetivo se convergen en el plano mental, usted se enfoca exclusivamente dentro de la región Fuego y se separa de la región Aire. Esto coloca su región Fuego en su objetivo mental. En otras palabras, usted \*apunta\* su región Fuego y luego la libera.

Si usted esta explorando el nivel del plano mental de sus inmediatos alrededores físicos con solo la región Fuego, entonces tomara una gran cantidad de experiencia para “verificarlos” con su vista física, pero en este punto usted debería estar muy seguro de la confiabilidad de sus sentidos mentales.

Durante sus experimentos con solo la región Fuego, usted debería periódicamente integrar sus percepciones dentro de la región Aire. Si es necesario, completamente reúnase con la región Aire y luego integre sus pensamientos dentro de la región Agua desde ahí debido a que esto le otorgará la gran certeza que usted se acordará de ellos claramente después un tiempo. Ultimadamente la transición entre estando solo en la región Fuego y luego integrándose con la región Aire y luego separando solo la región Fuego nuevamente, debería hacerse muy fluida y rápida.

Con la práctica, uno también aprende cómo propulsar solo la región Fuego \*después\* de su separación de la región Aire. Esto es logrado por medio del proceso de abrirse uno mismo a lo que es \*percibido\*, y no a lo que uno \*idea\*. Por ejemplo, uno ha apuntado y llegado a la zona lunar pero ahora desea ascender desde ahí a la zona de mercurio. Lo que es requerido es una \*apertura del ser hacia\* la percepción directa de significado esencial de la vibración de la zona de mercurio.

Ultimadamente, uno puede \*abrirse a\* reinos que el sucesivo solitario cuerpo mental es incapaz de tener como objetivo, simplemente porque no puede completamente concebirlos. La sola región Fuego sin embargo, es capaz de \*percibir\* lo que la conciencia sucesiva no puede concebir. Por ejemplo, cuando el solitario cuerpo mental es llenado con el Akasha antes de separarlo de la región Fuego y la intención de unirse con el Ser Superior de uno es muy fuertemente formulada, esto apuntará la región Fuego \*hacia\* el eterno cuerpo mental. Una vez separada, la región Fuego \*percibe\* el Ser Superior y luego debe \*abrirse asimismo a\* el Ser Superior y plenamente expandir su Fuego como un resplandor que llena y se convierte en uno con el Ser Superior. Este mismo método también puede ser usado para unirse con la forma de Deidad escogida, para explorar facetas específicas de la Causalidad Original, etc.

Cuando cualquier divagación es hecha con solo la región Fuego, mucho cuidado debe ser tomado en el subsiguiente proceso de reintegración de las cuatro regiones y los tres cuerpos. Pase varios momentos, o minutos si es necesario, integrando las regiones Fuego y Aire muy minuciosamente. Tómese su tiempo con

esta integración de sus percepciones dentro de su mente pensante. Igualmente, integre minuciosamente el solitario cuerpo mental con la envoltura astral y deje que todos esos pensamientos se establezcan dentro del nivel de sus percepciones emocionales. Y de igual manera, reintegre su cuerpo astra-mental y físico. Añada los recuerdos de las percepciones, pensamientos y sentimientos de su viaje mental dentro de su conciencia mundana.

Esto finaliza la Lección Ocho del Self-Healing Archaeous. Espero que estas técnicas le ayuden a revelar el Eterno Esplendor de la Luz Ilimitada al servirle para facilitar y estimular sus propias exploraciones de nuestro universo infinito, con todas sus maravillas.

¡Le deseo lo mejor!

# **EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK**

**Escrito de la versión audio © 2003 por Rawn Clark**

## **~ Lección Nueve ~ La Fina Arte de Integración**

### **Introducción:**

Hola, soy Rawn Clark y esta es la Lección Nueve del Self-Healing Archaeous. Esta lección final en la serie es apropiada solo para las personas que ya dominaron la Lección Seis.

Como mencione al principio, el Self-Healing Archaeous sigue el básico principio alquímico de “solve et coagula”, separación y reunificación. La separación en partes purifica esas partes y la reunificación de las partes purificadas resulta en un mejoramiento en conjunto de la materia. Esto es la evolución en acción, el proceso primordial de la Fuerza tomando Forma y luego la Forma liberando su Fuerza para que pueda tomar una nueva Forma.

En la Lección Uno, el proceso de purificación empezó con la completa relajación de cada parte del cuerpo físico, que naturalmente requirió del enfoque de conciencia dentro de cada parte del cuerpo en sucesión. Luego hubo el enfoque de conciencia dentro de cada región Elemental, en sucesión. Este enfoque de conciencia dentro de una parte individual es un primer aspecto importante de la purificación. Al traer nuestra conciencia conciente plenamente dentro de la parte, reforzamos el patrón astra-mental sobre el cual la parte o región es cimentada. En otras palabras, incrementamos la pureza de la Fuerza que se ha manifestad como esa Forma en particular.

Habiendo purificado cada parte de esta manera, el siguiente paso en el Archaeous es conscientemente reunir cada una de las partes y volver a reunir las dentro de una conciencia de la unidad. La conciencia de una región Elemental es añadida a la de otra y la conciencia de las dos regiones conjuntas, es añadida a una tercera, etc., hasta que todas las cuatro regiones son unidas en una sola conciencia. Esto es el proceso rudimentario de integración en donde cada parte purificada es re-unida con todas las otras partes purificadas y la conciencia de cada parte individual es mantenida simultáneamente como una nueva, conciencia completa.

En la Lección Dos, este mismo proceso fue aplicado al cuerpo astra-mental. Comenzó con el enfoque de la conciencia en el cuerpo astra-mental, distinguiéndolo aparte del cuerpo físico, y luego enfocándonos en cada una de sus regiones Elementales, en sucesión. Una vez que esta purificación de partes había sido lograda, todas las partes del cuerpo astra-mental eran reensambladas en una completa conciencia astra-mental. Luego, la completa conciencia del cuerpo astra-mental fue integrada con la completa conciencia del cuerpo físico, resultando en una completa conciencia aun más comprensiva.

Con la Lección Tres, este mismo proceso fue nuevamente repetido pero esta vez, en el cuerpo mental. El resultado fue una completa conciencia física-astra-mental.

La separación de partes en las primeras tres Lecciones ocurrieron *in situ*, por decir, y era meramente un asunto de desplazar y contraer el enfoque de conciencia de uno. En las Lecciones Cuatro y Cinco sin embargo, esta separación de partes fue llevada un paso más adelante y se convirtió en una separación espacial también, aunque aun arraigada en el desplazo y contracción de nuestra conciencia. Como consecuencia, la resultante purificación fue mucho más profunda que la que fue producida *in situ*. La actual separación pasiva de los tres cuerpos cedió a un más profundo, más exclusivo enfoque dentro de cada cuerpo y permitió una profunda relajación en el nivel astral y mental que no era disponible *in situ*.

El siguiente paso para adelantar la profundidad de la purificación de cada parte o cuerpo, vino con el trabajo de la Lección Seis de equilibrio Elemental en cada uno de los tres cuerpos separados. El desarrollo de la armonía Elemental exponencialmente incremento la purificación de cada parte y, debido al efecto de

armonía en cada parte, la subsiguiente integración de esas partes fue exponencialmente más completa.

Las primeras seis Lecciones lo prepararon para las Lecciones Siete y Ocho, y el siguiente paso en la purificación – divagación. Divagación astra-mental y mental son ocupaciones educacionales. Ellos expanden al Ser por medio de la experiencia directa. Y mientras aun arraigado en el enfoque de la conciencia de uno, ellos requieren Auto-expresión tanto como la percepción pasiva. En otras palabras, ellos ejercitan esa conciencia enfocada en nuevas maneras que lo causan que evolucione rápidamente.

Como siempre, las recién purificadas partes deben de ser reintegradas en una holista conciencia física-astra-mental. Pero cuando se trata de integrar las purificaciones forjadas por medio de la divagación astra-mental y mental, uno enfrenta una labor más grande que la encontrada en Lecciones previas. Uno debe desarrollar nuevas habilidades de integración para verdaderamente tomar beneficio de las sutiles experiencias que uno se encontrará en la divagación mental y astra-mental. Principalmente, estas nuevas habilidades tienen que ver con la integración de esas experiencias dentro de la mundana conciencia y memoria. Y secundariamente, ellas tienen que ver con concientemente integrar las lecciones que uno aprende de esas experiencias dentro de cada uno de los tres cuerpos a tal grado que cada cuerpo es purificado aun más y transformado por esas lecciones aprendidas.

Por eso e titulado esta última Lección en las series del Self-Healing Archæous, “La Fina Arte de Integración”, porque verdaderamente, esto es una de las Artes mágicas más importantes.

Cada parte del ascenso de uno *debe* ser integrado dentro de los niveles mundanos del Ser o no servirá para nada. La separación sin la reintegración se convierte en destrucción, e igualmente, la integración sin la separación se estanca. La iniciación hermética está arraigada en construir una sólida fundación y luego erigir el ascenso de uno sobre esa base, siempre asegurándose de unir con seguridad el ascenso a esa fundación sólida o si no toda la estructura se caerá. La integración es lo que asegura un sano y continuo ascenso, por eso esto es un Arte que vale la pena dominar. Y es mejor comenzarla tan pronto posible porque a como mas avanza en el camino de la iniciación, sus habilidades para la integración tendrán retos más y mas grandes.

La parte practica de esta Lección final esta dividida en tres secciones: Integración de la Divagación Astra-mental, Integración de la Divagación Mental, y Auto-Expresión Integrada. Esto es lo que Bardón describe como “acción mágica” en el Paso Seis de Iniciación al Hermetismo. A mi me gusta considerarla como la Divagación Física-Astra-Mental. :)

Así que sigamos con las partes prácticas...

### **Integración de la Divagación Astra-Mental:**

La integración de percepciones y estados superiores de conciencia dentro de niveles inferiores de conciencia es un arte muy fina. Justo como el maestro pintor maneja el color y la forma para expresar muchas capas profundas de significado simultáneamente, así también el artista de integración moldea los colores de pensamiento y las formas de la emoción para capturar sus más sublimes experiencias en símbolos que los niveles inferiores de conciencia pueden retener y comprender. Esto toma tiempo y practica para ser dominado.

El primer paso de cualquier integración dentro de la conciencia mundana es fijar las percepciones superiores y pensamientos dentro de nuestra memoria. El segundo paso es activamente emplear las realizaciones que surgen de esas memorias al hacerlas la fundación de nuestras acciones.

Se dice que el cerebro físico captura todo lo que los ojos ven y lo que los oídos escuchan, pero haciéndonos concientemente concientes de esa información guardada requiere de algo más que solo la función orgánica cerebral. El ingrediente que hace que partes específicas de esa inconcebible cantidad de información guardada sean concientemente memorables es el significado emocional que le atribuimos a ellas. Si es información que es totalmente inocua, como cuantos carros pasaron por su ventana entre el mediodía y las 3:00 p.m. del sábado, entonces se mantiene inalcanzable por la conciencia conciente. Pero si es



emocionalmente importante, como que tipo de carro pasó por su ventana a las 3:15 p.m. del sábado, entonces seguramente lo recordaremos.

Can la divagación astra-mental, recordar no es mucho asunto debido a que estas experiencias son percibidas por medio del filtro del cuerpo astral o la región Agua del cuerpo mental *mientras* están ocurriendo. En otras palabras, las experiencias de la divagación astra-mental ocurren dentro del ambiente de significación emocional y todas las percepciones astra-mentales son coloreadas por la misma. La percepción ocurre en formas simbólicas – figuras, colores, sonidos, sensaciones, etc., y todas expresan un contenido emocional. Dentro de ese contenido emocional yace el significado esencial que es directamente percibido por los sentidos mentales de uno al mismo instante de su percepción astral. Así las formas simbólicas de la materia astral claramente comunican su significado esencial al divagador astra-mental.

Sin embargo, el enfoque principal del divagador astra-mental es el nivel astral de percepción. La percepción astral misma no revela inmediatamente la totalidad del nivel mental, la percepción *directa* de significado esencial – muy apenas *simboliza* la percepción directa. Por eso, el divagador astra-mental debería pasar algún tiempo al final de su viaje repasando sus experiencias para asegurarse que mas adelante, cuando el símbolo astral es *recordado*, la totalidad del nivel mental de percepción directa es aun accesible *por medio* del símbolo astral.

Cuando el asunto de su divagación astra-mental haya sido completado, regrese a la ubicación de su envoltura física y párese en seguida de ella. Pase los siguientes momentos repasando su experiencia. Empiece con el principio y repase toda la experiencia cronológicamente, tratando de recordar cada detalle. A como va recordando, tome nota de como diferentes segmentos de su experiencia resuenan con regiones específicas de su cuerpo astral.

Cuando haya terminado con su repaso, re-entre su envoltura física y minuciosamente reintegre sus tres cuerpos. Inmediatamente después, una vez más repase sus experiencias y escriba suficientes notas sobre sus experiencias para que usted luego sea capaz de recuperar sus recuerdos de los eventos.

Durante los días y semanas que siguen su sesión de divagación, medite acerca de su experiencia. Repase sus notas para refrescar su memoria, si es necesario, y tome más notas de puntos clave que usted descubra durante sus meditaciones.

El propósito de estas meditaciones es descubrir y luego completamente comprender, las lecciones que se encuentran en su experiencia de divagación. Una vez que las lecciones hayan sido comprendidas, usted entonces debe aplicarlas a su vida en cualquier manera que aparente más apropiada. Usted debe integrarlas dentro de su experiencia de su Ser en cualquier nivel que las lecciones requieran.

### **Integración de la Divagación Mental:**

La divagación mental es, por supuesto, la forma más versátil de divagación, y todavía puede presentar muchos retos en cuestión de recordar las experiencias de uno y percepciones, sin mencionar integrando y aplicando sus lecciones. Pero como el cuerpo mental mismo es muy versátil, el individuo es presentado con la herramienta perfecta para adaptarse a todos los retos. Todo lo que uno necesita es un poco de creatividad e imaginación. :)

En la Lección Ocho, yo definí tres grados de divagación mental, así que para dar forma a mi discusión, usaré la misma estructura y describiré algunas de las opciones disponibles para cada grado.

#### **1. Separación del solitario cuerpo mental directamente del cuerpo físico.**

Como este tipo de divagación mental involucra las regiones conjuntas de Aire y Fuego, la percepción ocurre en la forma de pensamientos y percepción directa, simultáneamente. Sin embargo, estas percepciones carecen de significación emocional al tiempo en el que están ocurriendo. Con un profundo grado de separación, la única densidad de forma simbólica que estas percepciones tienen son los pensamientos. No hay forma astral, color, sonido, etc., así que para obtener significación emocional y

forma astral, estas percepciones deben ser procesadas por el cuerpo astral o la región Agua del cuerpo mental.

Como este grado de divagación mental revela el cordón más denso de color púrpura, que son las conjuntas regiones comprimidas de Agua y Tierra, es muy fácil crear una corriente de entrada entre el solitario cuerpo mental y la región Agua.

El nivel de corriente entre los dos puede ser regulado a voluntad. Al principio, le sugiero que usted experimente con abrir y cerrarlo. Por ejemplo, pase algunos momentos en profunda separación del solitario cuerpo mental de la envoltura astra-física, y luego expanda su conciencia a lo largo del cordón morado muy ligeramente, un grado a la vez, hasta que usted sienta la intrusión de significación emocional y forma astral, dentro de sus pensamientos. Deje que sus pensamientos se sitúen dentro de este nivel de su conciencia y luego regrese el enfoque a la profunda separación del solitario cuerpo mental de la envoltura astra-física.

Una vez que le entienda, se hace muy fácil para cambiar rápidamente entre estos estados y rápidamente integrar sus solitarias divagaciones mentales dentro de su conciencia astral. Con mucha práctica, es posible alimentar continuamente su solitaria percepción mental dentro de su conciencia astral, sin ninguna interrupción de enfoque dentro del solitario cuerpo mental. Esto involucra una ligera separación de conciencia para que una parte insignificante de su enfoque este concentrada en el nivel astral. Esto crea un sutil puente a través del cordón morado específicamente en la región Agua de su cuerpo mental.

Cuando haya terminado con su solitaria divagación mental, regrese a su envoltura astra-física y levite enseguida de ella. Antes de reentrar en ella, repase su divagación. Luego expanda su conciencia hacia abajo a lo largo del cordón morado hasta que usted toque de nuevo la región Agua. Una vez más repase su divagación pero esta vez en su forma astral. Luego plenamente reintégrese dentro de su cuerpo astra-físico. Inmediatamente escriba suficientes notas para que usted sea capaz de recapturar sus memorias.

Como con mis comentarios sobre la divagación astra-mental, usted debe seguir su solitaria divagación mental con meditaciones y la implementación de la lección aprendida. Esto, y solo esto, es lo que completa el proceso de integración.

## 2. Separación del solitario cuerpo mental del cuerpo astra-mental

Debido a que la completa separación de todos los tres cuerpos resulta en un significativamente profundo y más exclusivo enfoque dentro del solitario cuerpo mental, toma una gran cantidad de conciencia de uno para integrar las solitarias percepciones mentales dentro de la región Agua. Como antes, le sugiero que usted experimente con abrir y cerrar el flujo de entrada a lo largo del cordón morado entre el solitario cuerpo mental y la envoltura astral. Como la región Agua no esta conjunta con la región Tierra, necesitará hacer un poco más de esfuerzo para solidificar el procesamiento astral de sus solitarias percepciones mentales. Con gran práctica, es posible hacer un intercambio secuencial entre los dos para ser casi continuo, pero esto sí requiere de la fragmentación de su conciencia aun más que antes.

El tema principal al principio es la continuidad. Si usted interrumpe su divagación solitaria muy a menudo para integrar la experiencia dentro de su conciencia astral, entonces usted arriesga perder cualquier sentido de continuidad. Y si usted interrumpe muy infrecuentemente, usted toma el riesgo de perder su habilidad para recordar su experiencia mas adelante. Pero con la práctica, usted aprenderá qué tan frecuente es apropiado y usted se hará más y más eficaz.

Al final de su solitaria divagación mental repase su experiencia y luego reintégrese con su envoltura astral. Dentro del contexto astra-mental, de nuevo repase su experiencia y firmemente fije su forma astral. Luego reintegre su cuerpo astra-mental con su envoltura física. Inmediatamente repase y tome notas. Y como siempre, medite sobre sus experiencias, aprenda de ellas y aplíquelas.

## 3. Separación de sólo la región Fuego del solitario cuerpo mental.

Las percepciones de este grado de divagación mental son talvez las mas desafiantes para integrar

completamente ya que son, por naturaleza, percepciones directas del infinito. También es imposible controlar efectivamente la frecuencia con la cual la integración de ellas dentro de las regiones Aire y Agua ocurrirán ya que no hay voluntad *pensante* existiendo dentro de la sola región Fuego del cuerpo mental. En otras palabras, una vez que uno ha separado sólo la región Fuego de la envoltura de la región Aire, no hay *pensamiento* de necesidad de regresar. Sólo hay *intención* y, como mencioné en la Lección Ocho, es como uno apunta la región Fuego. Así que es posible entrar dentro de la separación cargando la intención de regresar a la región Aire periódicamente para integrar las percepciones de la región Fuego.

Como sea que esto ocurra, cuando usted sí encuentre sus percepciones empezando a tomar forma de pensamientos, pase varios momentos en ese estado de transición y muy cuidadosamente deje que la plenitud de las percepciones de su sola región Fuego se sitúen dentro de su conciencia pensante. Déjelas que se condensan en una fina niebla Airosa.

Es sabio en este punto descender aun más con estos pensamientos e integrarlos dentro de la región Agua de su conciencia, dándoles algún grado de forma astral. Luego regrese a su solitario cuerpo mental, de nuevo separe la región Fuego y continúe con la divagación de solo la región Fuego.

Descendiendo todo hacia dentro de la región Agua con sus pensamientos es muy molesto para la continuidad de la divagación de la región Fuego. En algunos casos es, de hecho, extremadamente tonto programar la intención de retorno periódico a la conciencia pensante, sin mencionar a una conciencia astral. Algunos viajes de la región Fuego deben de ser dejados a encontrar sus propias duraciones y alcances, y la subsiguiente calidad de integración dentro de la memoria, debe de ser dejada a la Sabiduría Divina.

Sin embargo, es importante que usted experimente con esta integración periódica, seguida por un retorno a la sola región Fuego. Con la práctica, es posible integrar periódicamente solo la región Aire de pensamientos y guardar algunos pocos segmentos de experiencia hasta hacer un descenso más grande dentro de la región Agua. Mientras que descender dentro de solo la región Aire es un poco menos molesto para la continuidad de la divagación con solo la región Fuego, el verdadero truco es guardar segmentos de las percepciones de la sola región Fuego dentro de la región Aire. Para lograr este almacenaje, uno debe depender en el Agua que es inherente al Aire.

Cuando su divagación con solo la región Fuego ha sido completada, usted debe cuidadosamente re-integrar su conciencia con la envoltura de la región Aire. En el contexto del solitario cuerpo mental, repase todos los pensamientos que se juntan con respecto a su divagación con solo la región Fuego. Sea *muy* minucioso y paciente con este paso ya que puede tomar mucho más que la divagación misma.

Luego reintégrese con la envoltura astral y solidifique todos sus pensamientos con forma astral. Deje que los pensamientos Airosos se reduzcan aun más hasta que se hagan una masa fluida, todos conectados, uno con el otro. Note las diferencias y similitudes entre cual de esas ideas se asientan en qué regiones de su cuerpo astral.

Cuando la integración astral este completa, reintégrese con su envoltura física. Inmediatamente escriba sus notas y arraigue estas muy efímeras experiencias dentro de su conciencia despierta.

Las experiencias de la divagación con solo la región Fuego son las más importantes de todas las experiencias de divagación. Sus lecciones son las más relevantes a su avance y por lo tanto, ellas requieren la mas minuciosa integración dentro de cada aspecto de su ser. Puede tomar años para plenamente integrar algunas de las lecciones adquiridas por medio de la divagación con solo la región Fuego, talvez hasta vidas enteras de esfuerzo.

Esto es especialmente verdadero con las divagaciones de la región Fuego que ocasionan fusión con el Ser Superior de uno o Eterno Cuerpo Mental. Estas experiencias son infinitamente profundas y catárticas, y producen reverberaciones a través de toda la existencia de uno. Integración de la Eterna experiencia dentro de las secuenciales capas de conciencia requiere meditación repetida y prolongada. Y luego integrar esos aspectos de la experiencia Eterna de los cuales uno se ha hecho conciente, dentro de las capas de personalidad y fisicalidad, requiere gran creatividad. Uno nunca debe ceder.

Mientras que estas experiencias son eternas y nosecuenciales por naturaleza, toma tiempo para que ellas sean integradas dentro de las capas secuenciales de Ser. O mas bien, toma tiempo para que *usted* las integre dentro de su conciencia mundana que existe en un solo momento de tiempo-espacio. Es literalmente como si estuviera tratando de amontonar toda la infinidad que pueda dentro de algo del tamaño de un átomo. Ultimadamente, es cuestión de completamente entregarnos a los aspectos eternos del Ser para que ellos puedan libremente expresarse a si mismos por medio de cada uno de sus pensamientos, palabras, o hechos. Solo entonces se manifiesta la infinidad que existe dentro de un átomo.

### **Auto-Expresión Integrada:**

En los ejercicios mentales del Paso Seis de Iniciación al Hermetismo, Bardón describe la acción mágica de tres partes en donde uno esta conciente de todos los tres cuerpos simultáneamente. I mi me gusta llamar esto divagación física-astra-mental, ya que en realidad eso es lo que es. En este estado, uno esta conciente de existir en todos los tres cuerpos, simultáneamente: uno percibe con sus sentidos físicos, astrales, y mentales, simultáneamente, y cada movimiento físico es simultáneamente y concientemente, hecho con el cuerpo astral y mental en unisión.

Esto es presentado como un ejercicio mental debido a que depende completamente de la habilidad de diferenciar entre las cuatro regiones del cuerpo mental y estar concientemente conciente dentro de todas las cuatro regiones simultáneamente. La administración es transferida totalmente al solitario cuerpo mental. Como he dicho antes, esto es esencialmente el Ser Individual o Ser Tiphareth – el *punto* de profundidad. Con su administración firmemente en mano, el Ser Individual entonces se expresa asimismo *por medio* de la región Agua o cuerpo astral y *por medio* de la región Tierra o cuerpo físico.

En otras palabras, es una Auto-expresión integrada en donde el cuerpo astral y físico sirven como los vehículos por medio de los cuales el Ser Individual se expresa y se manifiesta a si mismo dentro del reino físico. Cuando el brazo físico es movido por del aire, el aire astral y mental es alterado también. Bardón lo llamó acción mágica porque en ritual ceremonial, todos los movimientos de uno deben ocurrir en el plano físico, astral, y mental, simultáneamente.

Para cualquier persona que haya logrado alcanzar la Lección Seis en el Archaeous, el ejercicio que propongo ahora, no le presentara dificultades. La dificultad sin embargo, puede surgir en el mantenimiento y prolongación del estado que este ejercicio desarrolla.

Esto es una pequeña alteración de la Lección Seis y el balance Elemental de los tres cuerpos.

Separe sus tres cuerpos de la manera usual. Equilibre los Elementos en el cuerpo mental y luego reintegre el solitario cuerpo mental con la envoltura astral, juntando las regiones Fuego, Aire, y Agua del cuerpo mental. Equilibre los Elementos en el cuerpo astral. A como va haciendo eso, permanezca concientemente conciente de su cuerpo astral y mental, simultáneamente. Usted debe sentir *ambos* cuerpos al mismo tiempo y al mismo grado y poder diferenciar entre los dos. Esto es como observar una cosa desde dos perspectivas diferentes al mismo tiempo. Como Bardón lo describió, deje que la mano mental se deslice dentro del guante astral.

Reteniendo esta dual, conciencia astral y mental, reintégrese con su envoltura física y la región Tierra del cuerpo mental. Equilibre los Elementos en el cuerpo físico mientras simultáneamente permanece conciente de su cuerpo astral y mental. Sienta los tres al mismo tiempo y al mismo grado. Deje que la mano astra-mental se deslice dentro del guante físico.

Mantenga esta triple conciencia de sus tres cuerpos simultáneamente por el más tiempo que pueda. Solo esté de pie, siéntese, o recuéstese y sin moverse, enfóquese en percibir sus alrededores físicos, astrales y mentales simultáneamente. A como observa por medio de sus ojos físicos, son verdaderamente sus ojos mentales, observando por medio de ambos sus ojos astrales y físicos. A como siente su respiración física es en verdad su voluntad mental de respirar manifestándose a través de su respiración astral y física.

Cuando se capaz de prolongar este estado por 5 minutos, introduzca el movimiento físico. Muévase alrededor de su espacio de meditación y enfóquese en unificar los componentes mentales, astrales, y físicos de cada movimiento.

Cuando esto se sienta cómodo por al menos 5 minutos, divague más lejos. Siga labrando su camino hacia la prolongación de la triple conciencia y la retención de ella en una variedad de circunstancias. Después de algún tiempo, la separación y Equilibrio elemental de los tres cuerpos de antemano se hará innecesario. Todo lo que uno tendrá que hacer es hacerse conciente de cada cuerpo y luego concientemente unir estas conciencias dentro de la triple conciencia.

Cuando uno haya tenido éxito proyectando sólo la región Fuego dentro del Akasha y se haya unido con el Eterno Cuerpo Mental de su Ser Superior, entonces uno puede seguir con la acción de cuatro-partes. Esto involucra integrar la conciencia simultánea del Ser Superior dentro de la triple conciencia. Todas las cuatro perspectivas -- eterna mental, temporal mental, astral y física – son mantenidas simultáneamente en la conciencia conciente de uno, dentro de un solo momento de tiempo-espacio. Es entonces el Ser Superior, concientemente expresando y manifestándose ASIMISMO por medio de los vehículos Individual, astral y físico.

Cuando esto es dominado uno entonces tiene la oportunidad de manifestar la acción de cinco partes – la verdadera unión con lo Divino. Aquí, la conciencia *como* La Unidad es añadida a la conciencia de cuatro partes y uno existe dentro el momento físico temporal plenamente conciente de La Unidad, su Ser Superior e Individual, ser astral y físico, simultáneamente. Es entonces lo Divino manifestándose ASIMISMO directamente dentro del momento temporal por medio de los vehículos Superior, Individual, astral y niveles físicos del Ser. Esto, claro, es la máxima forma de integración lograda por el proceso del Archaeous.

Esto finaliza la Lección Nueve y completa las series audio del Self-Healing Archaeous. Rezo que estas Lecciones, que han sido un placer presentar, le sirvan bien a lo largo de su camino a la perfección.

Les deseo lo mejor,  
:) Rawn Clark  
Dic 19 2003