



SWARA YOGA Respiración Consciente Parte II



Continuando con nuestro auto-estudio (Swadhyaya) encontramos que la energía vital (**Prana**), dadora de vida, está relacionada con la respiración. Esta se puede dividir en:

1) **Respiración Pulmonar o Superficial** donde el aire entra por las fosas nasales, hasta llegar a los alvéolos pulmonares, donde se realiza un intercambio de gases (CO₂ y O₂). Luego regresa a las fosas nasales para ser exhalado.

2) **Respiración Celular o Profunda** donde el oxígeno pasa de los pulmones a todas las células a través de la sangre que se mueve en los vasos sanguíneos. Luego el dióxido de carbono, como desecho celular, es transportado a los pulmones para ser exhalado.

Junto con la respiración del aire también se toma el Prana para animar los procesos constructores (anabólicos), mantenimiento y destructivos (catabólicos).

Así también podemos observar la participación del Sistema Nervioso Central, del Sistema Nervioso Simpático y del Sistema Nervioso Parasimpático.

Si observamos con más atención, nos damos cuenta que el flujo del aire tiende a ser mayor por una fosa nasal y que se alternan cada 90 minutos (más o menos) y eso tiene un efecto psicosomático, es decir un efecto específico en nuestra mente y en nuestro cuerpo.

¿Porque pasa esto?

Por la sencilla razón de que hay unos canales sutiles (no físicos) llamados Nadis, que se activan y desactivan y son responsables de animar los procesos psico-fisiológicos.

A pesar de que el **Hatha Yoga Pradipica** dice que hay 72 000 Nadis y el **Shiva Samhita** menciona que hay más de 350 000 Nadis emergiendo del ombligo, todos coinciden que **los 3 Nadis principales son: Ida, Píngala y Sushumna.**

Pero en este momento nos concentraremos en algunas correlaciones que existen entre Ida y Píngala:

Ida	Píngala
Fosa nasal izquierda	Fosa nasal derecha
Sistema nervioso parasimpático SNP	Sistema nervioso simpático SNS
Femenino	Masculino
Introverso	Extroverso
Pasivo, pacífico	Agresivo, activo
Tristeza	Felicidad
Mente	Cuerpo

NOTA DEL EDITOR

HISTORIAS DE SANACIÓN HOMA

AGRICULTURA HOMA

ECO NOTICIAS

EVENTOS

FUTUROS EVENTOS

NIÑOS, PADRES & EDUCADORES

PSICOTERAPIA HOMA

MUJERES EN COMUNIÓN

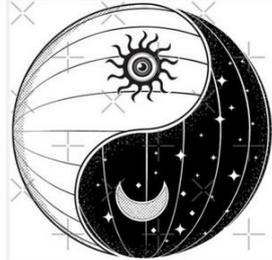
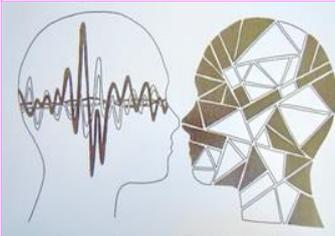
MEDITACIÓN con MÁNDALA

UN DEVOTO COMPARTE

MENSAJES DEL MAESTRO SHREE VASANT

EXTRACTOS DE GUÍA INTUITIVA

NOTA DEL EDITOR - continuación



Ida	Píngala
Actividad mental	Actividad física
Estrógeno	Testosterona
Shakti	Shiva
Manas	Prana
Relajamiento físico	Relajamiento mental
Frio	Calor
Baja frecuencia cardiaca	Sube frecuencia cardiaca
Baja frecuencia respiratoria	Sube frecuencia respiratoria
Callar y escuchar	Hablar
PES percepción extrasensorial	Lógica
Creatividad	Matemática
Hemisferio cerebral derecho	Hemisferio cerebral izquierdo
Procesos anabólicos	Procesos catabólicos

De acuerdo a los científicos espirituales, gracias a la ley de la polaridad en los planos manifestados, la vida es una serie de experiencias, caracterizados por un juego de fuerzas opuestas (tira y jala), contracción y expansión, etc. Estas Fuerzas nos ponen a prueba y nos enseñan que la vida es como:

- un caminar en una cuerda floja sosteniendo una barra
- o volar un avión con alas, en la cual es muy importante distribuir bien el peso a los lados para seguir adelante.

Y si, si, si, la clave es “El Equilibrio”.

La práctica del Sendero Quintuple nos ayuda a discernir y regular nuestras fuerzas y talentos. El Sendero Quintuple también nos ayuda a atravesar zonas de perturbaciones o momentos tormentosos que podamos encontrar en el camino.

**OM SWARA YOGA OM
OM SENDERO QUÍNTUPLE OM
OM SHREE OM**

HISTORIAS DE SANACIÓN HOMA

Alodia Meca Ruiz
Sullana, Perú, Sur América

Tengo 92 años. Ahora yo estoy bien con la práctica del Agnihotra de la Terapia Homa que mi hijo y mi nuera hacen todos los días a la salida y puesta del sol.

Antes de esto, yo tenía miedo de entrar en mi cuarto. Sentía algo muy oscuro. **Me daba pena y me ponía a llorar en silencio.** Mi familia no sabía que yo sufría bastante en mi cuarto en las noches.

Yo he llorado mucho, pero ahora yo superé eso. **Estoy participando en la Terapia Homa con mi familia por más de un mes y estoy feliz y muy agradecida por estos hermosos fuegos de Dios.** (Fotos: Sra. Alodia/con la familia en el Agnihotra.)



HISTORIAS DE SANACIÓN HOMA

Dra. Lilibeth Villamizar Pérez
Piura, Perú, Sur América

Paciente Mariano Panta, edad 97 años

El **Sr. Mariano** es paciente mío desde hace 2 años por diferentes tratamientos; sus familiares acuden a mí y refieren que su padre **ha perdido su movilidad motriz por su edad y se encuentra todo el tiempo en su cama por sus limitaciones de movimiento**. El paciente está presentando **escaras en diferentes partes de su cuerpo** previa evaluación: en su espalda alta, coxis, tobillo y talones, las cuales requieren ser tratada a la brevedad del caso.



La escara se forma en un área donde el tejido cutáneo se daña por presión continua que reduce la micro circulación de la sangre hacia el área que está recibiendo la presión. Al estar mucho tiempo esa presión, el tejido cutáneo se muere. Esto les ocurre a personas que están en cama o silla de ruedas. Este tipo de lesión se desarrolla en horas o días, porque la zona afectada no recibe circulación y oxigenación y muere seguidamente. Se tomo las siguientes medidas y se procedió a aplicar las siguientes terapias de: ozono, plasma rico en plaquetas, sueros vitamínicos.

(Foto arriba: Dra. Lilibeth; fotos a la izq. y abajo del paciente Mariano, con la escara en el talón derecho, resistente a todos los tratamientos.)



En 3 semanas de tratamiento y evaluación, la mayoría de las escaras en su proceso de curación tuvieron éxito.

Pero una escara en su talón derecho no tuvo regeneración y se tomó la decisión de colocar terapia de antibióticos vía intravenosa por 4 días. Sin embargo, tampoco hubo mejoría en su cicatrización.

Agotado todos los recursos de las ciencias médicas se tomó la decisión de colocar ceniza de Agnihotra de la Terapia Homa en esta zona y se cubrió con una gasa hasta el día siguiente.

¡Mi sorpresa ocurrió cuando fui hacer la limpieza y curación, la lesión estaba en un proceso de Cicatrización Completa!

(Foto a la derecha: tratamiento exitoso con la aplicación de la ceniza Agnihotra.)

Yo práctico la Terapia Homa desde hace 3 años. Yo sufría de Asma Alérgica desde que tenía meses de edad. Ahora tengo 3 años que no tengo ninguna crisis, ni uso medicamentos hasta la presente fecha.



TERAPIA HOMA - ¡ LA SOLUCIÓN PARA EL FUTURO DEL PLANETA !

Mis EXPERIENCIAS con los FUEGOS HOMA - En los canarios

Por Dra. Veterinaria Carla Cossyleon
West Palm Beach, FL, USA

Soy médica veterinaria, Zootecnista y coordinadora de programas alternativos "animaloterapia" para niños con situaciones de discapacidad.

Les quiero compartir mi experiencia con los Fuegos Homa:



Mis canarios se Súper Reproducen por:

- estar expuestos a las energías revitalizantes del fuego Agnihotra
- tomar su ceniza sanadores en el agua que beben.

De 2 que compré, tuve 22. **¡La temporada pasada poniendo más de 4 huevos!**

El que me vendió la parejita inicial dice que a él se le hace difícil reproducirlos. Ponen 2 huevitos a lo máximo.

Ya me pidió que le venda machos.

Tengo que decir, que compro comida orgánica para mis pajaritos. Una actitud que he visto con mis canarios es que desarrollan algo como el "**deseo de servir**", **son muy empáticos**. Por ejemplo, **Navi**, uno de los primeros canarios que nació, cuando nacen sus "hermanitos, sobrinos, etc." **él ayuda a la mamá de nutrirlos**. Él va de nido a nido y está dando de comer a los más pequeños. Es un tío espléndido.

Merlín se quedó viudo, **Gwinefer** falleció hace 3 semanas; ellos son la parejita que compré.

Creo que ella ya era una pajarita cansadita y uno no sabe la edad cuando te lo venden.

Merlín, lo que hace ahora es que ha comenzado a dar comida a los más pequeñitos.

Mis canarios tienen una jaula grande y están allí todos juntos. Usualmente se tienen solo dos en una jaula bastante pequeña. **Se ve la diferencia de estar en una atmósfera Homa, en alimentarlos bien, y permitirles que pueden convivir y socializar. Ellos son muy empáticos, disfrutan la vida, alegran con su canto, son sanos, hermosos y son parte de mi familia. OM SHREE**



ECO NOTICIAS

Nada es más precioso
que estar en el
momento presente.
Plenamente vivo,
plenamente consciente.

— Thich Nhat Hanh



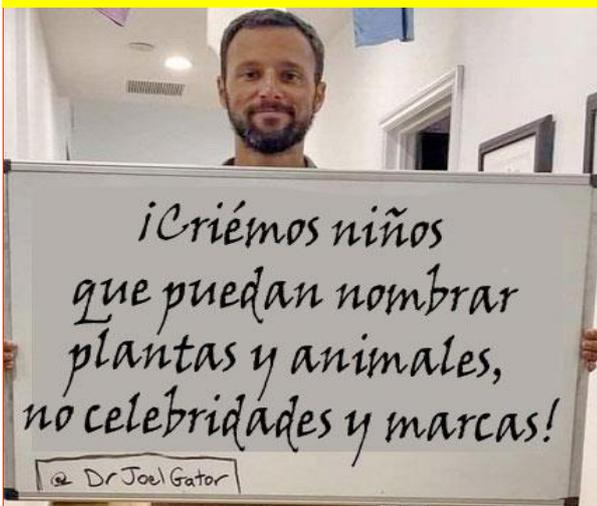
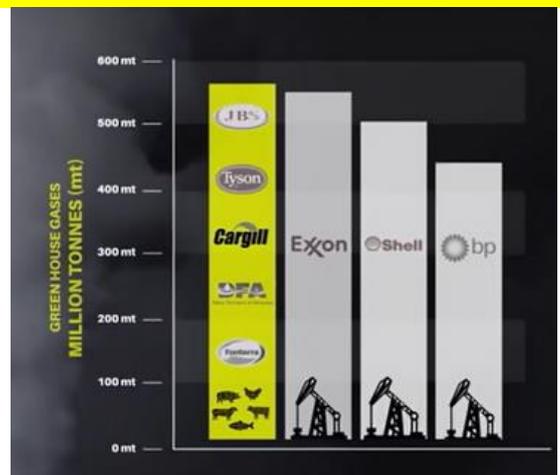
¿Será que un agricultor es más importante que un futbolista?

COMIENDO NUESTRO CAMINO A LA EXTINCIÓN

Documental Oficial en Español

Un documental cinematográfico, que lleva al público a un viaje alrededor del mundo y aborda el tema tabú del que nadie quiere hablar. Este poderoso documental envía un mensaje sencillo pero impactante al descubrir verdades duras y abordar, en la gran pantalla, el problema más urgente de nuestra generación: **el Colapso Ecológico**.
¿Seremos la próxima especie en vías de extinción?

Para ver este documental: <https://www.youtube.com/watch?v=NW663nybCCQ>



He aquí por qué el sistema alimentario está roto...

Un agricultor puede rociar productos químicos para matar insectos, luego rociar más productos químicos para matar las malas hierbas y luego agregar productos químicos al suelo y no necesitamos ninguna etiqueta.

Pero si un agricultor quiere usar esta etiqueta, tiene que pagar un montón de dinero y completar un montón de documentos para demostrar que no usó productos químicos.



En tiempos de engaño,
decir la verdad es un
acto revolucionario.

George Orwell



DIBUJOS DE NIÑOS en 1982 y 2012



DOS ESPECIALES CONMEMORACIONES EN MAYO:

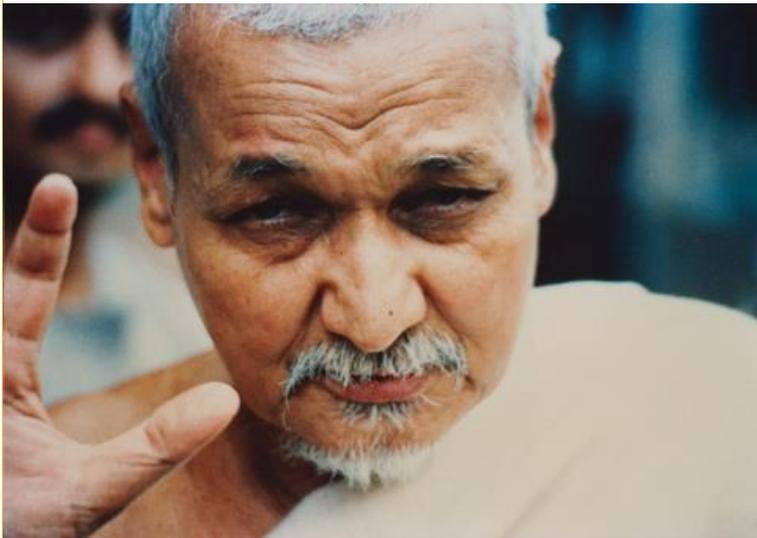
- PARAMA SADGURÚ SHREE GAJANAN MAHARAJ

Por Lisa Powers

Parama Dham (Casa del Padre Todopoderoso), Madison, Virginia, USA

(Extracto:) *El 17 de mayo se festeja el cumpleaños de PARAMA SADGURÚ SHREE GAJANAN MAHARAJ (1918-1987) de Akkalkot, India, quien resucitó el antiguo conocimiento del Agnihotra y el Quintuple Sendero para los tiempos modernos.*

*Parama Sadguru Shree Gajanan Maharaj
Del libro "I Wish I Had Known" (Hubiera Deseado Saberlo),
de Fran Rosen-Sawyer (ahora Parvati Rosen-Bizberg):*



«Shree es el KALKI AVATAR. La palabra AVATAR significa el descendiente del Poder Divino en la tierra, que viene para cumplir una tarea asignada por el Padre Todopoderoso. KALKA significa contaminación y, por lo tanto, KALKI AVATAR significa el Divino Mensajero para la destrucción de la contaminación. SADGURÚ significa MAESTRO PERFECTO. PARAMA SADGURÚ significa el más elevado entre los MAESTROS PERFECTOS».

«El linaje de Shree refleja una gloriosa herencia espiritual. Su madre, Sonamata, fue una gran YOGUINI. (YOGUINI es el término femenino para YOGUI). El padre de Shree, Swami Shivananda, fue un renombrado NADA BRAHMA YOGUI.... El abuelo de Shree, Tatyaji Maharaj, fue un santo que poseyó un gran conocimiento intuitivo sobre medicina y astrología...»

«El día de Navidad, el 25 de diciembre de 1941, la tarea asignada a Shree fue revelada por Voluntad del Padre Todopoderoso...Se le informó además a Shree que el momento para su desarrollo estaba aún por venir.... En 1944 Shree hizo el voto: 'Resucitaré los Vedas'».

«Parama Sadgurú una vez dijo:

“Lo que sea que el Todopoderoso quiera que se realice a través de nuestro instrumento, se hará. Nuestra vida entera está totalmente dedicada a Él. Él, quien nos reveló nuestra asignada tarea, nos proporcionará la fuerza necesaria para cumplirla”.

“No nos corresponde aconsejar a la gente que siga a ninguna persona en particular”.

“Si es voluntad del Todopoderoso comunicar al mundo cualquier mensaje a través de nosotros, Él lo hará. Somos simplemente sus servidores”.

“No somos devotos de ninguna religión. Sea la Biblia o el Corán o las doctrinas de los hindúes, comunicaremos el mensaje con igual empeño”.

“No somos devotos de ninguna religión. Sea la Biblia o el Corán o las doctrinas de los hindúes, comunicaremos el mensaje con igual empeño”.

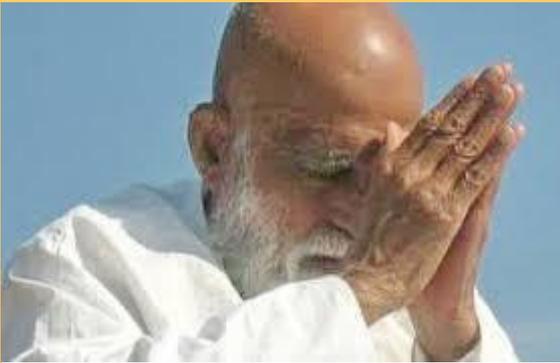
DOS ESPECIALES CONMEMORACIONES EN MAYO

PARAMA SADGURÚ SHREE GAJANAN MAHARAJ - cont.

Parama Sadgurú Shree Gajanan Maharaj dejó el cuerpo el 6 de diciembre de 1987. En referencia al linaje después de que Él dejara el Cuerpo, Mahashree expresó: «después de Nosotros, vienen los Vedas», “después de Nosotros, viene el Fuego”. “No hay sucesor. El Fuego es de máxima importancia”».

(Nota: Agnihotra, el Quintuple Sendero y la Terapia Homa pueden ser practicados por cualquier persona, sin importar su religión, creencias o credo. A nadie se le pide seguir a ningún individuo en particular. Sin embargo, las personas a veces preguntan acerca de aquellos Mensajeros que presentaron este conocimiento en tiempos modernos.)

- SHREE VASANT PARANJPE



El 13 de mayo se celebra el cumpleaños de Shree Vasant V. Paranjpe, quien dejó el cuerpo el 30 de diciembre del 2008, en Maheshwar, India.

Nunca se podría expresar con palabras el impacto de Su vida en innumerables personas alrededor del mundo, a quienes Él llevó el mensaje del Agnihotra y el Quintuple Sendero.

En Su misión, dio la vuelta al globo año tras año, sirviendo con inquebrantable devoción, máxima humildad, sorprendente energía y amor sin límites. Fue un instrumento vital en la transformación de la vida de personas de todos los ámbitos sociales.

Muy escrupulosamente evitó la atención personal durante toda Su vida de servicio, y nunca buscó acumular seguidores. (Durante años, se negó a tener Su foto en este boletín de noticias, el cual Él mismo fundó.) Con toda humildad, orientó a las personas a enfocarse en el mensaje de Yagnya, Dana, Tapa, Karma, Swadhyaya, no en el mensajero.

En 1970, Parama Sadgurú Shree Gajanan Maharaj de Akkalkot, India, quien resucitó el Agnihotra y el Quintuple Sendero de los Vedas en tiempos modernos, le ordenó a Shree Vasant: “Nuestras palabras que conducen a la FELICIDAD, comunícaselas a todas las personas”.

Así comenzó Shree Vasant sus treinta y ocho años de viaje y enseñanza, de Gracia y de total entrega a la Divinidad. A lo largo de los años, Su misión lo llevó a America del Norte, Europa, América del Sur, Australia, África y Asia. Él llevó el Agnihotra y el Quintuple Sendero a miles de personas en todo el planeta.

Él fue pionero en el uso de la Terapia Homa en la agricultura, psicoterapia, medicina alternativa, crecimiento personal y sanación del medio ambiente. Bajo Su guía surgieron granjas y centros Homa en diversas partes del planeta. Él ofreció una solución que las personas alrededor del mundo podían usar para sanarse y sanar su medio ambiente: Agnihotra y el Quintuple Sendero.

Por favor ver este video de 11 minutos, amorosamente hecho por **Margie Arana, Lima, Perú** en su intento de ilustrar cómo se retoma la práctica del Agnihotra y la Terapia HOMA, y presentar el Quintuple Sendero como el fundamento de la Religión Eterna, Satya Dharma, sin que ello signifique que pertenecemos a alguna religión. Creemos en Dios y los avatares que han encarnado a lo largo de la historia para recordarnos el mismo mensaje: el AMOR.

<https://www.youtube.com/watch?v=vZXVyNPDs-4>

TIEMPO de FUEGOS HOMA - PIURA, PERÚ, SUR AMÉRICA



“Hacer las disciplinas es entrenar la mente hacia un espíritu de humildad, porque en esos momentos en realidad la mente está tranquila y las cosas se pueden dar en ese momento.”

-Maestro Shree Vasant-



TIEMPO de FUEGOS HOMA - PIURA, PERÚ, SUR AMÉRICA



“La comprensión puede llegar en un momento. No todo es intelecto. No todo es análisis. La comprensión requiere que uno tenga la voluntad de ver su parte en una situación dada, rompiendo así la resistencia, permitiéndose una claridad de visión que resulte en un entendimiento más profundo.”

-Maestro Shree Vasant-



TIEMPO de FUEGOS HOMA - PIURA, PERÚ, SUR AMÉRICA



***“Siempre se requiere Tapa.
Incluso yo debo realizar Tapas
todos los días.
A través de Tapa,
la mente y el cuerpo
se fortalecen.”***

-Maestro Shree Vasant-



PIURA, PERÚ, SUR AMÉRICA - DÍA DE LA MADRE TIERRA



*Fotos de esta y de la próxima página:
Festividad Homa en el
Día de la Tierra en el
Club Grau de Piura.*



PIURA, PERÚ, SUR AMÉRICA - DÍA DE LA MADRE TIERRA



“Vas un poco más alto y todo se convierte en alegría. Esto no es para el futuro. Esta alegría está dentro de ti ahora mismo. Una vez que estés lleno de este amor, todo cambia. Con tal amor no hay expectativas. ÚNICAMENTE AMOR. Puro y simple. Está esperando por ti. Haz el esfuerzo.”

- Maestro Shree Vasant -

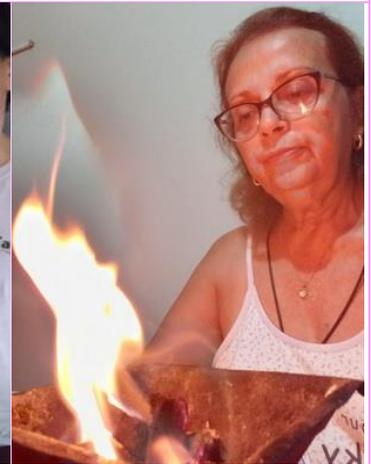


TIEMPO de FUEGOS HOMA - PIURA, PERÚ, SUR AMÉRICA



"No hay tiempo que perder. Actúa con rapidez, pero nunca apresurada. Muévete y habla directamente pero nunca con enfado. Complete las tareas de manera oportuna y eficiente, pero nunca apresurada. No te permitas volverte frenético por la preocupación. No te dejes paralizar por el miedo, ni acribillar por las dudas."

-Maestro Shree Vasant-



TIEMPO de FUEGOS HOMA - PIURA, PERÚ, SUR AMÉRICA



TIEMPO de FUEGOS HOMA - PIURA, PERÚ, SUR AMÉRICA



“El yoga es más beneficioso para los sistemas del cuerpo y rejuvenece si se hace correctamente. El yoga puede ralentizar el proceso de envejecimiento.”

-Maestro Shree Vasant-



TIEMPO de FUEGOS HOMA - SULLANA, PERÚ, SUR AMÉRICA



En el municipio de Sullana, bajo la autorización del **alcalde, Sr. Marlem Mogollón**, practicante de Agnihotra, se dio la oportunidad de enseñar todos los viernes más acerca de esta terapia sanadora ancestral.



TIEMPO de FUEGOS HOMA - PUCALLPA, PERÚ, SUR AMÉRICA



In la ciudad de Pucallpa, situada en la selva amazónica del Perú, siguen los fuegos sanadores de Agnihotra ardiendo en el hospital de EsSalud y en hogares, para el bien de todos y de nuestra única madre tierra.



TIEMPO de FUEGOS HOMA - CHICLAYO, PERÚ, SUR AMÉRICA

YOGA TERAPÉUTICO & MEDITACIÓN HOMA

DR. ABEL HERNÁNDEZ
ALETA MACAN

¿TIENES PROBLEMAS DE...?

<input checked="" type="checkbox"/> PRESIÓN ALTA	<input checked="" type="checkbox"/> RESPIRATORIOS
<input checked="" type="checkbox"/> DEPRESIÓN	<input checked="" type="checkbox"/> ADICIONES
<input checked="" type="checkbox"/> CÁNCER	<input checked="" type="checkbox"/> MAL HUMOR
<input checked="" type="checkbox"/> ALERGIAS	<input checked="" type="checkbox"/> HIPERTIVIDAD
<input checked="" type="checkbox"/> ESTRÉS	<input checked="" type="checkbox"/> ASMA
<input checked="" type="checkbox"/> INSOMIO	<input checked="" type="checkbox"/> VIOLENCIA
<input checked="" type="checkbox"/> DIABETES	<input checked="" type="checkbox"/> ETC....

ABRIL DEL 09 AL 13

11 DE ABRIL EN LA SANIDAD HRPCH
MANUEL MARÍA IZAGA CDRA 1 5 PM

13 DE ABRIL -HOSPITAL ALMANZOR
AGUINAGA ASENJO/ CHICLAYO- PAD

TE ESPERAMOS 9941 19932



Invitados por la **Coronel de la PNP (Policía Nacional del Perú), Betty Graciela Girón Hernández**, llegamos nuevamente al Hospital de esta institución, para presentar las bondades de la Terapia Homa. La Coronel, practicante de Agnihotra desde hace varios años, junto al médico, **Dr. Víctor Aguilar Calderón**, también practicante de esta técnica de sanación ancestral (**foto a la derecha**), organizaron dos eventos para dejar conocer está herramienta de sanación y práctica milenaria.



TIEMPO de FUEGOS HOMA - CHICLAYO, PERÚ, SUR AMÉRICA



La segunda presentación fue dirigido a jóvenes con dificultades y sus padres. El Prof. Abel enseñó técnicas simples de Yoga terapéutico y de respiración rítmica para aumentar su propia energía y de esta manera poder controlar/manejar el bienestar físico. Con la práctica de Agnihotra llegó la paz, un descanso profundo mental y alegría con gratitud.

¡Qué gran ayuda pueden brindar los padres a sus hijos con la práctica diaria de esta técnica de sanación a todo nivel! Se expande la Luz desde adentro y la vida toma la coloración de alegría ...



“Concéntrate totalmente en cada actividad cuando realizas tu tarea. Encontrarás que tu mente está siendo llevada de un pensamiento a otro. En el momento exacto en que encuentras que tu mente está a la deriva, inmediatamente regrésala con un Mantra y nuevamente concéntrate en la tarea que estás realizando. De esta manera tu trabajo se vuelve un tipo de meditación. Esta es una técnica de concienciación.”

-Maestro Shree Vasant-

TIEMPO de FUEGOS HOMA - REQUETE, PERÚ, SUR AMÉRICA



A través del psicólogo **Robin Paredes Saldarriaga** (foto abajo a la derecha) del **Centro de Rehabilitación Samaritano Rurales**, practicante de Agnihotra, llegamos a este lugar para fortalecer esta práctica con este grupo de hermosas personas, ayudándoles a encontrar el camino del corazón, que les regresará a sus hogares, sanos y fuertes. (Ver fotos de esta página y de la próxima.)



**TIEMPO de FUEGOS HOMA - CHICLAYO, TARAPOTO & JAÉN,
PERÚ, SUR AMÉRICA**



**Fotos arriba y a la izquierda:
Agnihotra y cantos devocionales en el Centro de Rehabilitación en Requete.**

“En una casa donde se observan estrictamente las disciplinas resulta difícil ser perezoso. Por supuesto, se puede decir fácilmente que en una casa donde la gente se ha vuelto perezosa es difícil ser disciplinado. Todo lo que se necesita es esfuerzo. Es infinitamente más fácil volverse disciplinado y las recompensas son aún mayores.”

-Maestro Shree Vasant-

(Foto a la derecha: Fuego Homa en Tarapoto y fotos abajo de Agnihotris en Jaén.)



TIEMPO de FUEGOS HOMA - CHAFLÚ, ESMERALDA, GUAYAQUIL & VINCES, ECUADOR, SUR AMÉRICA



“Se da la oportunidad. La única manera de aprovechar esa oportunidad con mente clara y humildad es a través de la disciplina. Las buenas intenciones no tienen ningún peso. Es como promesas vacías hechas sin pensar cómo se van a cumplir.”

-Maestro Shree Vasant-



TIEMPO de FUEGOS HOMA - CHAFLÚ, GUAYAQUIL & QUITO, ECUADOR, SUR AMÉRICA



TIEMPO de FUEGOS HOMA - STA. MARTHA, MEDELLÍN, CALI, TENJO, COLOMBIA, SUR AMÉRICA



“Cuando se alcanza el poder curativo, uno debe dejar de abusar del propio cuerpo y de todos los demás. Es decir, uno debe buscar purificar su cuerpo y su mente. Hemos sugerido la práctica del HATHA YOGA y la RESPIRACIÓN PRÁNICA. Tomen muy en serio lo que se les dice ya que estos son verdaderamente los últimos días. El poder curativo disminuye enormemente cuando la mente no está en armonía. Limita los hábitos negativos que dañan el cuerpo. La atención debe centrarse en el crecimiento espiritual. Mantente alejado de la tentación; Reacciona con amor, no sólo manteniendo el buen humor. Da estos pasos y el Divino dará cien más.”

-Maestro Shree Vasant-



**TIEMPO de FUEGOS HOMA - VILLAVICENCIO & PEREIRA,
COLOMBIA, SUR AMÉRICA**



TIEMPO de FUEGOS HOMA - BHARGAVA DHAM, CURICO & SANTIAGO, CHILE, SUR AMÉRICA



“Ahora tenemos que prepararnos por medio de una adecuada alimentación, Yoga, Pranayama y Meditación para los tiempos venideros. Tenemos que ser un refugio para otros. Aprendamos a nunca quejarnos. Inicialmente, será difícil porque naturalmente las cosas van a perturbar el equilibrio natural.

Si toda la naturaleza está siendo perturbada, se le está faltando el respeto a los ciclos naturales, esto va a afectar a todos los seres vivientes. Particularmente serán afectadas las mentes humanas.”

-Maestro Shree Vasant-



TIEMPO de FUEGOS HOMA - URUGUAY, PANAMÁ, MÉXICO & VENEZUELA



“Este solo mandamiento: “Amar a tu prójimo como a ti mismo”, debería de ser el primero en cada acción, cada pensamiento, cada movimiento que realicen.

Recuerden esto siempre.

Si verdaderamente se vuelven llenos de amor, ello solamente es suficiente. A través de dicho amor, cualquier persona con quien se encuentren sentirá la vibración sanadora del amor. ¿Pueden imaginar los efectos positivos si dejaran ir el miedo, se rehusasen a someterse a la ira y mantuvieran un estado mental positivo?

Entonces la GRACIA escalaría. El amor es la energía más poderosa disponible. Existen fuerzas perturbadoras en el planeta. Ellas están afectando a todos. Debemos estar armados con tan solo un arma y esa arma es el AMOR. Ninguna otra combatirá las fuerzas del mal.”

-Maestro Shree Vasant-



TIEMPO de FUEGOS HOMA - WEST PALM BEACH, FLORIDA, USA



“Si Ud. Verdaderamente siente la necesidad de cambiar, intente no negar todo lo bueno en usted. Si siente que estas características que a usted no le gustan, son tan insoportables de enfrentar en usted mismo, entonces déjelas a un lado y focalícese en el Maestro. Haga Mantra intensamente.

Uno por uno estos miedos desaparecerán. Poco a poco podrá tomar la oportunidad de mejorar la característica que encuentra perturbante en usted. Si siente que es muy crítico, en vez de encontrar falta en otros, encuentre algo positivo y piense en ello, o dígalos, o ambos.

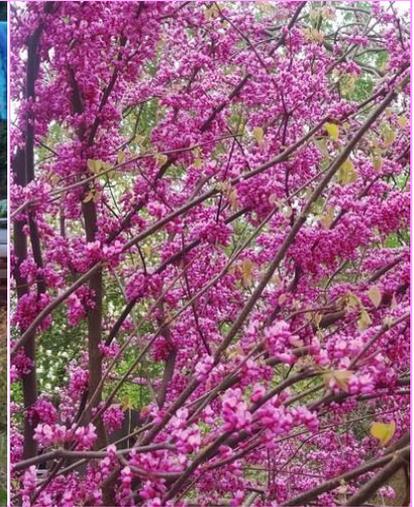


Haga las mismas cosas con usted mismo. Rehúcese a enfocarse en lo que es negativo en usted. Véalo, luego déjelo ir. No se vea obstaculizado por esta negativa apreciación de Ud. mismo. Humildad. Al mismo tiempo deje ir las expectativas en usted mismo y en otros. Cuanto menos se juzgue usted mismo, menos juzgará a aquellos en su alrededor.”
-Maestro Shree Vasant-

TIEMPO de FUEGOS - MANRESA, BARCELONA & MÁLAGA, ESPAÑA, EUROPA



TIEMPO de FUEGOS HOMA - AUSTRIA, ALEMANIA, ITALIA, RUSIA, KYRGYZSTAN & MALASIA



TIEMPO de FUEGOS HOMA - MAHESHWAR, AUROVILLE, CALCUTA en BENGAL OESTE & ARUNACHAL PRADESH, INDIA



"Cuando la mente desea algo, la mente acepta, rechaza, la mente se entristece o se alegra, entonces se crea esclavitud. Cuando la mente no desea nada, no se preocupa de nada, entonces es la liberación. Cuando la mente está absorta en el placer sensorial, eso es esclavitud. Cuando la mente se desapega, eso es liberación. El deseo es esclavitud. "Que se haga Su Voluntad", es liberación. El desapego significa "Amar al prójimo" totalmente. Entonces Ud. experimenta el estado "Estoy en el mundo, pero no soy del mundo".

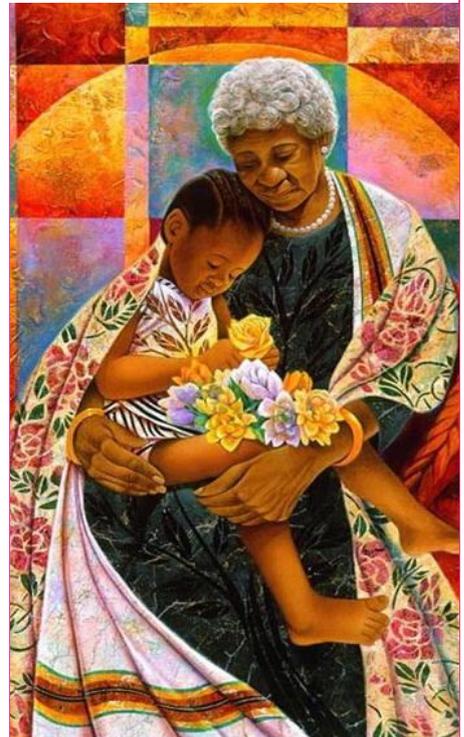
-Maestro Shree Vasant-

De los Transmisiones de Orión

Recibidos por Parvati

Ahora bien, ¿cómo asegurar la concienciación de sus HIJOS? Verán, si quienes tienen el control tienen alguna noción de cómo lograr el control sobre las masas, fácilmente notarán que es en los niños en quienes se pueden plantar las semillas del control. Los niños son abiertos, flexibles y están preparados para recibir cualquier estímulo nuevo. Por lo tanto, es vital incluir a los niños en sus propios esfuerzos de autosuficiencia y conciencia. De hecho, también se debe dar a los niños la libertad de elegir la dirección que desean tomar en sus vidas. Sin embargo, si ustedes, como adultos, no tienen interés en guiarlos o al menos compartir algunas de sus realizaciones con ellos, entonces la dirección de sus vidas estará abierta a muchas otras influencias que van desde energías negativas, oscuras y drogas hasta tácticas gubernamentales de control mental. Por supuesto, no sugerimos que utilice tácticas militares para mantener el control de sus propios hijos, sino más bien impartirles una base espiritual desde la cual comenzar. Es una línea delicada, ¿no? Sin embargo, muchos lo han logrado con éxito gracias a corazones amorosos. Por lo tanto, nuevamente, abran sus propios corazones.

Vemos a muchos cuyo enfoque es su propio desarrollo espiritual. Ellos dejan a sus hijos en manos de familiares y amigos mientras se van de retiro o a talleres y cursos de meditación. En algunos casos, esto es en realidad un beneficio para el niño, pero en muchos casos, el adulto olvida que el niño también es un trabajo en proceso y que es necesario prestarle más atención, de lo que creen, a su desarrollo. Ayúdenlos en su búsqueda. Pueden encontrar un camino diferente o un Maestro diferente, por ejemplo, pero la dirección aún puede ser hacia la Luz. **INCULQUEN VALORES DE HONESTIDAD, AMOR, COMPRENSIÓN Y COMPASIÓN EN SUS HIJOS.** Si practican Yoga, compártanlo con ellos. Si oran oren con ellos. Si meditan enseñenles una meditación sencilla. Mantenga estas cosas simples, para no complicar lo que se pretende que sea ligero. Sí, sí, respondan a sus consultas. No pierdan la oportunidad de despertar juntos, porque de hecho, aquellos que ahora son vuestros hijos muy bien pueden haber sido sus padres o madres en tiempos pasados. **¡HÓNRENSE MUTUAMENTE!**



PSICOTERAPIA HOMA:

Por Barry Rathner, Psicólogo Clínico

LA ILUSIÓN DE TODO ESTO



Si crees que lo entiendes todo, piénsalo otra vez. Así como utilizamos un pequeño porcentaje de nuestra capacidad cerebral/mental, comprendemos un pequeño porcentaje de la "realidad". Esto no es necesariamente tan deprimente como suena. Tal y como los Maestros muy elevados han dicho, que sólo saben lo que necesitan saber, puede ser una bendición que no veamos, oigamos o sintamos todo. No hay nada malo en filtrar no sólo la escoria, sino también otro material irrelevante o menos relevante.

La serenidad bien podría usar la SIMPLICIDAD como una herramienta valiosa. Y la simplicidad es lo que es, ¿no? Bastante simple.

¿Por qué atosigarnos con información que no es de utilidad para nosotros o para nuestros objetivos? Cuando sólo existían tres canales de televisión, podría haber tenido sentido navegar por los canales.

La llegada del cable, con sus cientos de canales, hace que sea propicio escoger. Igualmente, Internet o la Red Mundial, como solíamos llamarla, lo pone todo al alcance de la mano: ¡lo bueno, lo malo y lo feo!!

De ahí que utilizar nuestro poder de discriminación y juicio (del bueno) para deambular y serpentear por la vida, sean hoy menos lujos y más herramientas indispensables.

Entonces, cuando tomamos decisiones que parecen ser menos sárvicas e incluso "erróneas" en ocasiones, lo mejor es que gestionemos el otro tipo de juicio (del yo) y rápidamente tras breves periodos de evaluación, sigamos adelante.

Esa es una de las alegrías de vivir en el presente. Lo hecho, hecho está. ¿Y ahora qué?

¿Podemos aprender del pasado para no repetir errores? Claro que sí. Pero analizar en exceso u obsesionarse con el pasado es contraproducente.

Ya que hemos hablado de cambiarnos a nosotros mismos como mecanismo para

cambiar el mundo, en lugar de centrarnos en los "árboles" de lo ocurrido en una situación concreta, ¿por qué no fijarnos en el "bosque" - cambiarnos a nosotros mismos-, que también se ocupa de los "árboles"?

Otra de las ventajas de centrarnos en nosotros mismos como paso hacia el cambio, no sólo interno sino también externo, es que cambiarnos a nosotros mismos tiene las mayores posibilidades de éxito. Cambiar a los demás.... no tanto.

Incluso en la escena mundial, observar a los llamados líderes mundiales revela probablemente las causas subyacentes de los acontecimientos: los dictadores persiguen agendas fascistas, los narcisistas, por definición, buscan ante todo su propio bienestar y no el de aquellos a quienes deben servir. Los sinvergüenzas actúan de forma corrupta.

Las grandes industrias farmacéuticas persiguen ganancias, a las grandes petroleras no les interesa el cambio climático. El resultado: LA MADRE NATURALEZA SUFRE.

Por tanto, si sentimos que nos han dejado solos, puede que así sea.

Por supuesto, nosotros los que hemos aprendido y practicamos el Agnihotra, el fuego sanador de la pirámide de cobre, nos sentimos reconfortados por el hecho de que este proceso contribuye -en gran medida- a tratar mucho de lo que nos aqueja individual y colectivamente.

Notamos que nuestra mente es empujada sutilmente en la dirección adecuada y que la naturaleza que nos rodea prospera. Y estos cambios, sutiles y palpables a la vez, son tan, tan reales.

Pero, no te fíes de mi palabra. Cree en lo que experimentas.

(Texto en el corazón: El mundo es cambiado por tu ejemplo, no por tu opinión.)





La compasión hacia los demás y hacia nosotras mismas.

“Sólo cuando conocemos bien nuestra propia oscuridad podemos estar presentes con la oscuridad de los demás. La compasión se vuelve real cuando reconocemos nuestra humanidad compartida”. Pema Chödrön

Este es un buen tema para desarrollar durante el círculo de mujeres, ya que es de alguna manera, una herramienta para contribuir a sanar nuestro entorno, incluyendo el planeta.

El diccionario presenta la siguiente definición de compasión: “Sentimiento de pena, de ternura y de identificación ante los males de alguien”.

El sentimiento de compasión es inherente al ser humano, una respuesta casi instintiva al sufrimiento del otro. Esto da paso a otras respuestas, tales como la empatía y la preocupación por el confort del otro. Sin embargo, producto del estrés permanente en que la sociedad moderna se mueve, hemos ido perdiendo la capacidad de sentir compasión por otros que sufren, y peor aún nos hemos olvidado de sentir autocompasión, y para qué mencionar la compasión hacia los otros reinos que coexisten en el planeta.

El cultivar la compasión, no es solo sentir empatía por el sufrimiento del otro y tratar de aliviar el dolor de aquel que sufre. Es también aprender a fortalecernos internamente y de este modo poder aceptar el sufrimiento, y tener la valentía para actuar compasivamente y la resiliencia para permanecer con el corazón abierto hacia la compasión y no quedar agotados por tener que sentir compasión constantemente. Todos estos sentimientos originan, finalmente, cambios extremadamente positivos, que van desde una mejora en las relaciones interpersonales, hasta provocar, realmente, una diferencia positiva en el planeta.

Para mí uno de los actos más compasivos que conozco, es el encender el fuego de



LA COMPASIÓN Y EL
AMOR SON DOS
GRANDES NECESIDADES
Y NO LUJOS. LA
HUMANIDAD NO PUEDE
VIVIR SIN ELLAS

Agnihotra, al amanecer y atardecer. Con este acto estoy aceptando el sufrimiento que hemos impuesto a la madre naturaleza, y al mismo tiempo tratando de devolver al planeta lo que me ha entregado, desde el inicio de mi vida.

Esta es una de las maravillas del Quintuple Sendero y la práctica de los fuegos Homa. Los distintos pasos nos conducen por el camino de la compasión, ante todo, la compasión hacia nosotras mismas. ¿Cómo podemos empatizar, sostener, acunar, amar a los demás, si no lo hacemos con nosotras mismas? Y como dice el dicho, la caridad empieza por casa...

En un círculo podemos practicar alguno de los ejercicios que comparto más adelante. No olvidemos, siempre comenzar con un fuego, ya sea el Agnihotra o un Vyahruti.

El primer ejercicio nos ayuda también a sentir auto-compasión, que es fundamental para el cultivo de la compasión.

1- “EL COLOR COMPASIVO” (de Paul Gilbert)

Nos sentamos en un lugar cómodo, con una postura cómoda y relajada. Hacemos un par de respiraciones, tomando conciencia de cómo se encuentra nuestro cuerpo, sin cambiarlo o juzgarlo, simplemente observándolo. Después comienza a pensar en un color que asocien con compasión y que transmita calidez y amabilidad. Imaginen este color y cómo las rodea poco a poco, sin prisa. Observen cómo va penetrando en cada una a través del corazón, y sientan cómo este color tiene sabiduría, amabilidad y está para cuidarlas. A medida que entra dentro de nosotras, sientan ese cuidado y esta amabilidad en el cuerpo.

Creen una expresión de amabilidad en sus rostros a medida que hacen el ejercicio. Sientan cómo este color quiere ayudarlas, céntrense en percibir esta intención.

El siguiente ejercicio es uno de mis ejercicios favoritos y proviene de un artículo de la revista Ode – es un ejercicio de cinco pasos para probar en el círculo. Me gusta muchísimo, puesto que lo podemos realizar en cualquier instante, pero a la vez una bueno practicarlo con el círculo, pues le dará poder.

2- SIMILITUDES CON LOS DEMÁS

En vez de reconocer las diferencias entre nosotras y otros, trataremos de reconocer lo que tenemos en común. Al final, todos somos seres humanos. Necesitamos comida y refugio y amor. Añoramos la atención, el reconocimiento y el afecto, y, sobre todo, la felicidad.

Elegimos a una persona determinada y seguimos los 5 pasos. Puede ser una persona a la que queremos mucho o puede ser incluso alguien que nos ha causado dolor.

Paso 1: “Al igual que yo, esta persona está buscando la felicidad en su vida.”

Paso 2: “Al igual que yo, esta persona está tratando de evitar el sufrimiento en su / la vida.”

Paso 3: “Al igual que yo, esta persona ha conocido la tristeza, la soledad y la desesperación.”

Paso 4: “Al igual que yo, esta persona está tratando de llenar sus necesidades”.

Paso 5: “Al igual que yo, esta persona está aprendiendo sobre la vida.”

Una vez terminado este ejercicio y logrado empatizar con otra persona y comprender su humanidad y su sufrimiento. Una vez terminado este ejercicio y logrado empatizar con otra persona y comprender su humanidad y su sufrimiento, el siguiente paso es querer que esa persona se libere del sufrimiento. Este es el eje central de la compasión – en realidad la definición de la misma.

Se puede continuar con la segunda parte del ejercicio: Imaginar el sufrimiento de otro ser humano que ha conocido recientemente. Ahora imaginen que son ustedes las que atraviesan ese sufrimiento. Reflexionen sobre lo mucho que les gustaría que el sufrimiento termine.

Reflexione sobre lo feliz que sería si otro ser humano les deseara que su sufrimiento termine, y actúe en consecuencia. Abran sus corazones a ese ser humano y si sienten verdaderamente, aunque sea un poco, que les gustaría poner fin a su sufrimiento, reflexionen sobre esa sensación. Esa es la sensación que se quiere desarrollar. Con la práctica constante, esa sensación puede ser cultivada y alimentada.

3- CARTA A TI MISMA

Este es otro ejercicio para ayudarnos a la auto-compasión. Es un poco largo, de modo que se puede dejar para hacerlo en casa y compartir la experiencia en el siguiente círculo.

Escribe una carta a una persona que quieres y respetas mucho y que está pasando por un mal momento; incluye en esta carta todas las razones por las que es completamente entendible que se sienta de esta manera, por qué sigue siendo la misma persona asombrosa ante tus ojos y cómo esperas que ese dolor pase. Una vez que termines de escribir, dirígela a ti misma. Guarda esta carta y léela cada vez que sientas dolor, angustia o malestar. Esta carta puede ser tan simple como “siento mucho que tengas que pasar por esto, te amo”.

Estos ejercicios de compasión y autocompasión, van tomados de la mano con los ejercicios del perdón, que mencionamos en otro artículo, y a la vez forman un tapiz espléndido con la práctica de Tapa y Swadhyaya, que sin duda nos darán un empuje en nuestro caminar por el Sendero de la autorrealización, el Sendero de la luz.

Cuando tenemos este tipo de sesiones en el círculo, siempre recomiendo terminar bailando o cantando por algunos minutos, para armonizar la energía que se ha creado. La duración exacta de cada ejercicio dependerá de la dinámica del grupo y de la mujer que lo esté liderando en ese momento. Si el grupo lo requiere, una vez terminado el/los ejercicio(s) podemos darnos unos minutos para intercambiar la experiencia, en forma breve, si el grupo es grande, entonces describir la experiencia con una o dos palabras, y de ese modo darle a todas las mujeres la posibilidad de hablar.

¡Hasta la próxima!

MEDITACIÓN con MÁNDALA SANADOR



"CALÍOPE -
Diosa de la poesía épica."

Mandala compartido por Parvati Rosen-Bizberg, © 2022

(Todos los Mandalas son propiedad de Parvati (Fran) Rosen-Bizberg. Mandalas sanadores, en impresiones y en polos, del arte original están disponibles en www.agnihotra.pl)

Una devota comparte:

Experiencias con el Maestro Shree Vasant

Por Darlene Debo Haggerty, USA



La primera vez que conocí a Shree Vasant, fue en el año 1976 en Charlottesville, Virginia. En aquel momento estaba viviendo lo que se consideraba una vida “normal”, pero la sensación de que había mucho más que aquello que estaba experimentando, estaba creciendo firmemente dentro de mí. Empecé a leer diferentes libros espirituales, intentando encontrar las respuestas.

Mientras es deseo de encontrar algo o a alguien que “tuviera las respuestas” crecía en mí, empecé a investigar varios grupos y prácticas espirituales en la zona. Sin embargo, parecía que cada esfuerzo para asistir a una reunión o alguna clase, de alguna manera se bloqueaba y nunca podía ir a ninguna de ellas. Un día leí acerca de clases sobre el Quintuple Sendero, que se ofrecían gratuitamente, en un centro comunitario local. ¡Decidí que esta era la clase que no perdería!

Llegué a la primera reunión, casi quince minutos tarde. Al entrar a la habitación que ya estaba llena de gente, busque un lugar donde sentarme. El único lugar disponible se encontraba directamente al frente del expositor invitado, un tranquilo hombre indio con la más increíble aura de paz.

Me hizo señas para que me sentara frente a Él. Cuando me senté frente a Shree Vasant, a tan solo unos pocos pies de distancia, Lo miré a los ojos. ¡Fue en ese preciso instante que encontré lo que estaba buscando! Sus ojos estaban llenos de amor, compasión y sabiduría. Supe instantáneamente que este hombre poseía el conocimiento que me ayudaría a transformar mi vida.

Mientras Shree Vasant le hablaba al grupo sobre el fuego sanador de Agnihotra y el Quintuple Sendero, no podía despegarle la mirada, sin casi escuchar palabra alguna de lo que se decía. De alguna manera, no parecía importar. Estaba en casa. Mi búsqueda terminó donde había comenzada.

Hoy, 30 años más tarde, el Agnihotra y las enseñanzas de Shree Vasant siguen siendo el eje de mi vida.

Con su amor, guía y la Gracia de Parama Sadguru Shree Gajanan Maharaj, mi vida tiene sentido. Estoy eternamente agradecida por esto.

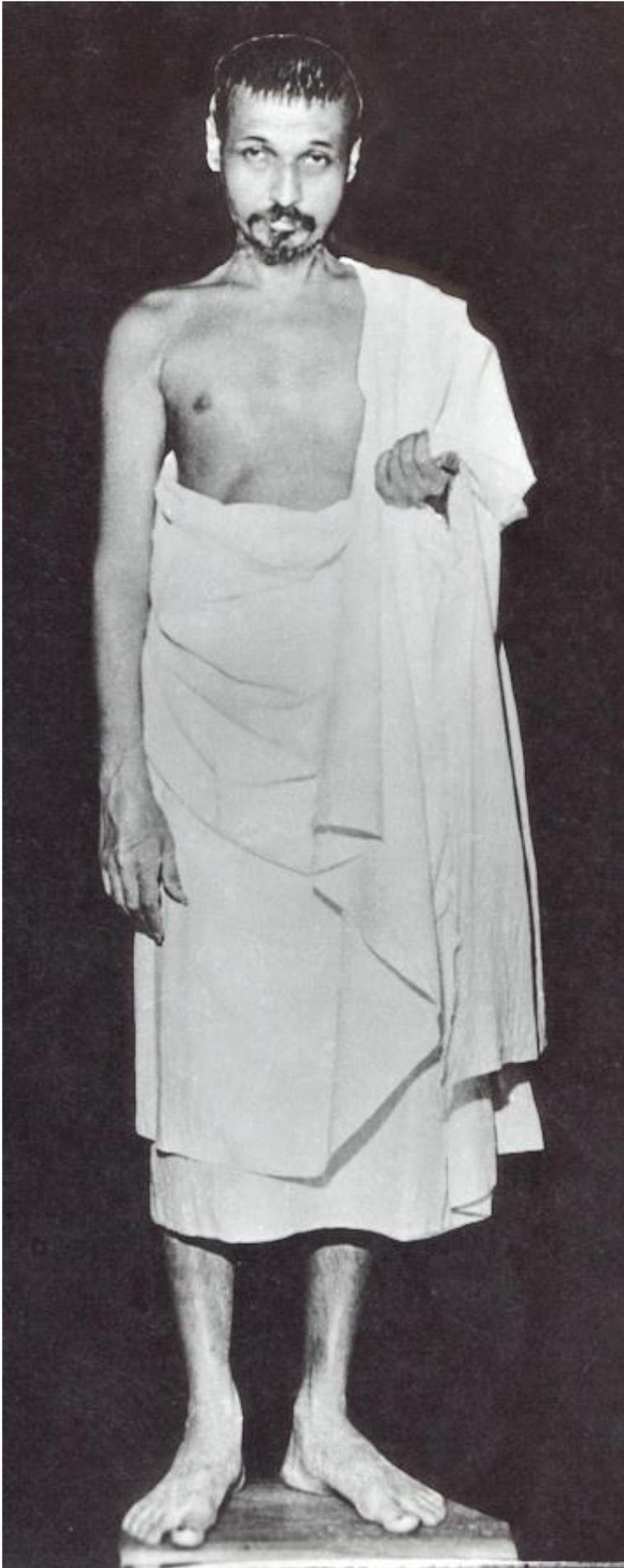
En la foto desde la izquierda a la derecha: Erin Haggerty, Patty Powers, Shree Vasant, Sean Haggerty, Kristin Powers. 2da fila: Lisa & Matt Powers, Barry R, Darlene Haggerty and Parvati.



Del libro:
Mensajero del Fuego Sagrado
- La extraordinaria Vida y Obra de Shree Vasant Paranpje

Por Parvati Rosen-Bizberg

MENSAJE DE MAHASHREE GAJANAN MAHARAJ



Mensaje recibido el 17 de mayo
2003 por Parvati

Exactamente a las 12:42, Su Voz
habló:

***"A medida que la Luz sea
entregada al Universo,
cesará todo odio.***

Todo sufrimiento cesará.

***Toda violencia y amenaza
de violencia cesará.***

***Y al final como al
principio,
habrá PAZ,
BIENAVENTURANZA y
PROSPERIDAD PARA
TODOS.***

***Y aunque no estéis
seguros, aquellos de
vosotros a quienes
Nuestra Mano ha
bendecido,
llegarán a conocer una
VERDAD mayor, un
AMOR más maravilloso
de lo que puedan
imaginar.***

***Te tomamos de la mano y
te conducimos como un
niño pequeño a través de
la oscuridad,
SIEMPRE PRESENTE...
ESTAMOS SIEMPRE
PRESENTES, hacia la
LUZ.***

CAMINA EN LA LUZ

NO TENGA MIEDO

OM TAT SAT.

MENSAJES DEL MAESTRO SHREE VASANT



Mensaje recibido el 13 de mayo 2021
por Parvati:

Nuestro mensaje es simple. En las presentes condiciones del mundo de hoy, uno debe mantenerse firme en su práctica. Uno debe ser fiel a su camino en la vida. No hay tiempo para perder, no hay tiempo para nadar entre dos aguas.

Caminen en Luz. Dejen todos los miedos atrás y permanezcan claramente enfocados en la Luz.

Enciendan estos fuegos por todo el mundo. Una llama enciende a la otra, hasta que alrededor de todo el globo haya fuegos de amor en todas partes.

De llama en llama, todo es LA GRACIA DEL TODOPODEROSO.

Agnihotra debe llegar a todas las personas, a todas partes, a los ricos y los pobres, de todas las razas, religiones y credos.

Como Parama Sadguru Shree Gajanan Maharaj ha dicho:

"LLENEN TODAS LAS ESFERAS CON AMOR."

OM TAT SAT.

Acerca de cómo usar el tiempo sabiamente

No hay tiempo que perder. Actúa con rapidez, pero nunca apresurada. Muévete y habla directamente pero nunca con enfado. Complete las tareas de manera oportuna y eficiente, pero nunca apresurada. No te permitas volverte frenético por la preocupación. No te dejes paralizar por el miedo ni acibillada por dudas.

No actúes por impulso. Nunca responda desde la emoción. Solamente amor.

Acerca de la envidia

Nunca deberías sentir envidia de otra persona. Si la vida de otra persona te parece simple, deberías decir: "¿Qué es lo que esa persona está haciendo para simplificar su vida? ¿Qué prioridades tienen que ser establecidos para simplificar la vida?"

Notarás que se están estableciendo prioridades, que se mantienen las disciplinas y que se brinda servicio sin expectativas. Esto simplifica la vida. Todo esto es Gracia.

Acerca de la ciencia

La ciencia se fusionará con la religión. Una y la misma.

EXTRACTOS DE GUÍA INTUITIVA

(Recibido por la Sra. Parvati Bizberg, Polonia)



Sobre el Mal uso del Poder y el Regresar al Pozo de Amor

Si, si. En los Estados Unidos, el descarado mal uso del poder está erosionando lo que alguna vez fue la democracia. Está mostrando profundas grietas en los cimientos y está muy lejos de sus originales propuestos ideales de “libertad y justicia para todos”.

La política se ha endurecido y en vez de la compasión por otros menos afortunados, ha girado hacia un estado militar. ¿Dónde está la humanidad?

Sí, sí, sí. No nos inclinamos hacia el debate político, ni tampoco lo recomendamos como un camino de resistencia. No se puede ganar nada, ni la paz puede lograrse a través de la política. Es como andar por aguas infestadas de tiburones, y no puede dar lugar a la paz.

Sí, la firma de peticiones puede enviar un potente mensaje de las personas, pero la gente ha sido eficientemente dividida. Por lo tanto, una voz se topa con una voz en oposición y ambas se anulan y se invalidan. Aun así, manténganse firmes por la paz. Expongan lo que es cruel e inhumano en el mundo de hoy.

Se alcanzará un punto álgido y finalmente se encontrará justicia y protección, tan necesitadas por aquellos privados de ellas.

Mientras la gente está siendo arreada hacia campos de detención, el foco de atención de todos está en sus dificultades. Simultáneamente se están aprobando leyes que ignoran por completo la naturaleza, el medio ambiente.

Sí, efectivamente, hablen. Pero vayan a su interior para fortalecer sus fronteras, de

modo que no se vean arrasados por la ola de descontento. Mantengan sus límites internos intactos.

Mantengan su centro interior donde la oración no solamente es posible, sino que una verosímil fuerza de cambio.

Vuélvanse más compasivos en sus propias vidas. Realicen activamente espontáneos o planeados actos de bondad.

No se desanimen con la guerra externa. Mantengan sus cimientos. Mantengan su equilibrio.

No permanezcan en silencio frente al feo rostro de la injusticia, pero tampoco se vean arrastrados por ella.

Continúen regresando al manantial de amor dentro de ustedes, de donde sacan agua para llenar su alma. Que todos ustedes caminen en Luz.

Guarden en su corazón estas caras y lugares donde con más urgencia se necesita la Luz. Más oración—aquellos de ustedes que recorren el Camino del Amor.

Que todos a quienes ustedes valoran profundamente, sean bañados de protección y que las oraciones de muchas almas compasivas den fruto.

Pronto verán los efectos de la humanidad levantándose en masa al unísono, oponiéndose a injustas leyes y regulaciones que están siendo impuestas de una manera insensible, hiriente y calculadora. La situación ha comenzado a cambiar y dará frutos.

Más información:
www.oriontransmissions.com

¡Gracias por compartir las "Buenas Noticias" con este Boletín Homa!

Para más noticias acerca de la Terapia Homa puede ver la revista 'Satsang'.