

ACERCA DEL PRANA – (1)

SEGÚN LA TRADICIÓN ORIENTAL, EL CUERPO HUMANO ESTÁ CONSTITUIDO POR CINCO ENVOLTURAS: LA ENVOLTURA FÍSICA, LA ENERGÉTICA, LA SENTIMENTAL-EMOCIONAL, LA MENTAL Y LA CAUSAL.

TODAS ESTAS ENVOLTURA CONSTITUYEN EN SU TOTALIDAD LO QUE LLAMAMOS CUERPO, SON MATERIA Y ESTÁN ORDENADAS DE LA MAS DENSA, EXTERNA Y VISIBLE HASTA LA MAS SUTIL, INTERNA E INVISIBLE.

LA ENVOLTURA FÍSICA ES LO QUE COMUNMENTE DENOMINAMOS CUERPO, ES DECIR HUESOS, CARNE, VISCERAS, ETC.

LA ENVOLTURA ENERGÉTICA ESTA CONSTITUIDA POR EL CONJUNTO DE ENERGÍAS QUE ACTUAN EN EL CUERPO HUMANO, QUE PONE EN MOVIMIENTO LOS ELEMENTOS DENSOS DEL CUERPO

LA ENVOLTURA SENTIMENTAL-EMOCIONAL, LLAMADA POR ALGUNOS EL CUERPO ASTRAL, ES LA SEDE DEL SIQUISMO EN GENERAL Y ES LO QUE ESTUDIA LA SICOLOGÍA.

LA ENVOLTURA MENTAL ES LA CEDE DEL INTELECTO, DEL EGO, Y DE LA TOTALIDAD DE FUNCIONES QUE HACEN A LA RAZÓN HUMANA.

LA ENVOLTURA CAUSAL ES LA MAS SUTIL DE TODAS, LA MAS PROXIMA A LA CONCIENCIA HUMANA Y CAUSA DE TODAS LAS DEMAS ENVOLTURAS. SE LA IDENTIFICA CON LA FELICIDAD Y SE PERCIBE EN EL SUEÑO PROFUNDO.

LA ENVOLTURA ENERGÉTICA LA CONSTITUYE UN TIPO ESPECIAL DE ENERGÍA BIOELETRICA TIENE SU FUENTE EN LO QUE EN ORIENTE DENOMINAN PRANA, DE ALLÍ QUE TAMBIEN SE LLAMA ENVOLTURA PRANICA.

HAY DOS TIPOS DE PRANA. EL PRANA UNIVERSAL, GENERAL, INDIFERENCIADO, Y SUS MANIFESTACIONES: FUNDAMENTALMENTE LA ELECTRICIDAD, EL MAGNETISMO Y LA GRAVITACIÓN.

TODO MOVIMIENTO QUE PERCIBIMOS EN EL UNIVERSO ES DIRECTA O INDIRECTAMENTE DEBIDO AL PRANA, ES LA FUENTE FÍSICA DE TODO MOVIMIENTO.

EL MOVIMIENTO DE LOS ASTROS, DE LA TIERRA, EL VIENTO, EL ESTALLIDO DE UNA ESTRELLA, EL CAMINAR O EL MOVIMIENTO MENTAL DE LOS SERES HUMANOS AL PENSAR, O LA LUZ QUE DESPRENDE UNA BOMBITA, TODOS SON MOVIMIENTOS FISICOS QUE TIENEN SU ORIGEN Y FUENTE ÚLTIMA EN EL PRANA UNIVERSAL. ES DECIR EN EL RESERVORIO GENERAL DE ENERGÍA DEL UNIVERSO.

EL UNIVERSO ES UN OCEANO DE PRANA Y CADA ORGANISMO ES UN TORBELLINO, UNA COAGULACIÓN CINÉTICA DE PRANA. CADA ORGANISMO

ATRAE, ACUMULA Y TRANSFORMA EL PRANA EN FORMA DE ENERGÍA BIOELECTRICA Y LA DIRIGE AL SISTEMA NERVIOSO.

EN EL SER HUMANO SE ACUMULA NATURALMENTE COMO UNA BATERÍA EN EL PLEXO SOLAR Y POR ENVOLTURA ENERGÉTICA QUE CUBRE LA TOTALIDAD DEL CUERPO. ES FORTALECIDO SI ES ACOMPAÑADO POR EL PENSAMIENTO COMO FUERZA INTERIOR O EXTERIOR PARA DESARROLLAR DIVERSAS ACTIVIDADES DE ACUERDO CON LA VOLUNTAD Y LOS FINES DEL INDIVIDUO.

EL TERMINO PRANA ES MUY GENERAL Y AMPLIO. ESTÁ EN EL AIRE, PERO NO ES OXIGENO NI NITROGENO. TAMBIEN ESTÁ EN LOS ALIMENTOS, PERO NO ES VITAMINA. ESTÁ TAMBIEN EN LA LUZ SOLAR, PERO NO ES CALOR NI RAYOS ULTRAVIOLETAS.

EL PRANA PENETRA TOTALMENTE EL CUERPO HUMANO, ES UNA ESPECIE DE ENERGÍA ELECTRICA, DE LA MISMA NATURALEZA QUE EL RELÁMPAGO QUE SE CONCENTRA EN LA ENVOLTURA PRANICA O ENERGÉTICA Y ES EL ALIMENTO BIOELÉCTRICO DEL CUERPO, VERDADERO ALIMENTO SIN EL CUAL NO HABRÍA VIDA.

DONDE HAY MOVIMIENTO HAY PRANA. DESDE EL MINÚSCULO MOVIMIENTO DEL ELECTRÓN ALREDEDOR DEL NUCLEO DE UN ATOMO HASTA EL MOVIMIENTO DE LOS ASTROS, PASANDO POR LA SIMPLE FUERZA MUSCULAR SE DEBEN A ESTA FUENTE NATURAL DE ENERGÍA UNIVERSAL.

EN EL SER HUMANO, LA RESPIRACIÓN REGULA EL PRANA EXTRAÍDO DE LA NATURALEZA LA MENTE Y EL PRANA INTERACTÚAN, MEDIANTE EL PENSAMIENTO Y LA FUERZA DE VOLUNTAD ES POSIBLE OBTENER, ALMACENARY DISTRIBUIR PRANA DONDE QUERRAMOS.

DE DONDE SALE LA FUERZA DE GRAVITACIÓN, LA ELECTRICIDAD, EL MAGNETISMO? CIENTÍFICOS, FILÓSOFOS Y RELIGIOSOS DAN RESPUESTAS DISTINTAS Y CON DISTINTO NIVEL DE PROFUNDIDAD.

HAY UNA FUERZA GENERAL, VITAL, PODEROSA E INCOMPENSIBLE DE LA NATURALEZA CUYA EXISTENCIA POSIBLEMENTE SEA INCOMPENSIBLE PERO QUE NO PODEMOS NEGARLA PUES PERCIBIMOS SUS EFECTOS Y ES LAS LA FUENTE DE TODAS LAS DEMAS FUERZAS DEL MUNDO FÍSICO Y ORGANICO.

UNA FUERZA SUTIL, PENETRANTE E INVISIBLE QUE PRODUCE, CONSERVA Y RENUEVA TODA LA NATURALEZA, FUERZA VITAL QUE INFLAMA EL PENSAMIENTO Y EL ALMA, QUE DA LOZANÍA Y CONTENTO A LA VIDA, QUE PENETRA EL CUERPO, UNE LOS ORGANOS, MODIFICA SUS ESTRUCTURAS, SU ORGANIZACIÓN Y DISPOSICIÓN DE LAS PARTÍCULAS QUE LO COMPONEN

ES AQUELLO A QUE NOS REFERIMOS CUANDO DECIMOS A ALGUIEN QUE TIENE LAS PILAS CARGADAS, SIN EL PRANA EL CUERPO ESTARÍA INERTE, ESTARÍA MUERTO.

OTRA FORMA DE ENTENDER EL PRANA ES IMAGINARNOS UN BARCO SIN ELECTRICIDAD. TODAS SUS FUNCIONES SE SUSPENDERÍAN, NO TENDRÍA MOVIMIENTO Y SOLO QUEDARÍA LA CARCAZA INERTE. LO MISMO OCURRE CON EL CUERPO SIN EL PRANA.

DESDE CIERTO PUNTO DE VISTA, LA VIDA ES UNA SIMPLE REACCIÓN QUÍMICA, PROCESOS DE NUTRICIÓN, INTERCAMBIOS MECANICOS Y GASEOSOS, VARIACIONES ATÓMICAS Y ELECTRONICAS, QUE DEPENDEN DEL POTENCIAL ELECTRICO DISPONIBLE Y EMPLEADO POR EL ORGANISMO. SIN ESTE POTENCIAL ELECTRICO QUE LLAMAMOS PRANA, NINGUNO DE ESTOS PROCESOS SERÍA POSIBLE Y NO EXISTIRÍA VIDA.

EL CUERPO HUMANO ES UNA VASTA SÍNTESIS BIOELÉCTRICA Y EL SISTEMA NERVIOSO ES LA SEDE DE LAS REDES DONDE SE PRODUCEN LAS MANIFESTACIONES ELECTRICAS. EL CEREBRO ES EL ORDENADOR QUE COORDINA EL FUNCIONAMIENTO.

LOS FENOMENOS ELECTRICOS CONTROLAN LOS FENOMENOS VITALES Y LAS VARIACIONES DEL POTENCIAL ELÉCTRICO PRANICO PUEDEN ALTERAR EL EQUILIBRIO DE LOS NIVELES NORMALES ELECTRICIDAD EN LOS ATOMOS Y CÉLULAS AFECTANDO EL FUNCIONAMIENTO DE ORGANOS Y PROVOCANDO FINALMENTE ENFERMEDADES EN EL CUERPO FÍSICO.

EN GENERAL, LAS ENFERMEDADES DEL CUERPO FÍSICO SE PRODUCEN INICIALMENTE POR AFECCIONES EN LA ENVOLTURA PRANICA. PUEDE SER QUE EL CUERPO FÍSICO TODAVÍA NO MANIFIESTE LOS SÍNTOMAS DE LA ENFERMEDAD QUE YA PADECE LA ENVOLTURA PRANICA Y SI NO ES RESUELTO EL DESAJUSTE PRANICO SE TRADUCIRÁ EN UNA ENFERMEDAD FÍSICA.

EL PRANA DE LA ATMOSFERA ESTÁ CONSTITUIDO POR PARTICULAS ELECTRIZADAS LLAMADAS IONES NEGATIVOS, LA ATMOSFERA ES SU FUENTE

ESTOS IONES INFLUYEN EN EL MEDIO EN QUE VIVIMOS Y NUESTRO CUERPO METABOLIZA LA ELECTRICIDAD CAPTADA EN LA ATMOSFERA.

EN LA TIERRA EXISTEN TAMBIEN CAMPOS ELECTROSTATICOS Y A SU VEZ LA TIERRA ES UN CONDUCTOR ELECTRICO CARGADO NEGATIVAMENTE. Y EN SU SUPERFICIE EXISTEN CAMPOS ELECTROSTÁTICOS CARGADOS POSITIVAMENTE.

LOS IONES NEGATIVOS VAN DE LA ATMOSFERA HACIA ABAJO, ATRAÍDOS POR LOS CAMPOS ELECTROSTATICOS TERRESTRES CARGADOS POSITIVAMENTE.

LOS CHINOS YA CONOCIAN ESTAS FUERZAS -EL YIN Y YANG- QUE DIERON LUGAR A LA ACUPUNTURA, BASADA EN EL CRITERIO DE QUE LO QUE ESTÁ ARRIBA ESTÁ EN RELACIÓN CON LO QUE ESTÁ ABAJO. PORQUE EXISTE UNA RELACIÓN ENTRE LA ELECTRICIDAD ATMOSFÉRICA Y COSMICA CON LA FISIOLOGÍA DEL CUERPO HUMANO.

LA ATMOSFERA ES LA FUENTE DEL PRANA, DE ESTA ENERGÍA SUTIL. FUENTE DE TODAS LAS ENERGBÍAS, POR LA CUAL TODO VIBRA Y POR LA CUAL SE PRODUCE TODO MOVIMIENTO EN EL UNIVERSO.

LOS PÓSITIVOS SON GRANDES, LENTOS, ESTÁN CARGADOS POR UN ION NEGATIVO Y ATRAEN Y CAPTURAS O IONES NEGATIVOS QUE ESTÁN EN LA ATMOSFERA. DISMINUYEN LA CONDUCTIVIDAD DEL AIRE POR LA SUCIEDAD, EL HUGO Y EN GENERAL EL SMOG.

LOS CAMPOS ELECTROSTATICOS TERRESTRES DEPENDEN DE NUMEROSOS FACTORES, ZONAS GEOGRAFICAS, FACTORES METEREOLÓGICOS, FENOMENOS CLIMATICAS, TODO INFLUYE EN LOS CAMPOS ELECTRICOS DONDE HABITAMOS.

EL RAYO ES UNA EVIDENCIA DE LOS IONES NEGATIVOS -PRANA-, CARGADOS CON ELECTRICIDAD, PERO SIN RAYOS IGUALMENTE LA ATMOSFERA ESTÁ CARGADA ELECTRICAMENTE.

ENLA ATMOSFERA HAY DOS TIPOS DE IONES, LOS NEGATIVOS Y LOS POSITIVOS. LOS NEGATIVOS SON MUY PEQUEÑOS, MUY ACTIVOS ELECTRICAMENTE, SON PEQUEÑOS PAQUETES DE ENERGÍA CONSTITUIDOS POR UN ATOMO DE OXIGENO O NITROGENO Y UN UNICO ELECTRON. A MAYOR CANTIDAD DE IONES NEGATIVOS EN LA ATMOSFERA MAYOR CANTIDAD DE ENERGÍA O PRANA ENCONTRAMOS.

PERO PARA QUE HAYA MAYOR CANTIDAD DE IONES NEGATIVOS, DEBEN SER ATRAIDOS POR CAMPOS ELECTRICOS TERRESTRES CARGADOS CON ELECTRICIDAD POSITIVA.

DE ESTA RELACIÓN DEPENDE QUE DIGAMOS QUE EN DETERMINADO LUGAR HAY MUCHA O POCA ENERGÍA, ES DECIR QUE UN LUGAR CON GRAN CANDIDAD DE IONES NEGATIVOS HAY MUCHA ENERGÍA. PARA ELLO ES NECESARIO QUE ADEMAS DEL CAMPO ELECTRICO POSITIVO, LOS IONES NEGATIVOS NO SEAN CAPTURADOS POR LA ELECTRICIDAD POSITIVA DEL POLVO DE LA ATOMSFERA, DEL SMOG POR LAS EMANACIONES DE GAS DE FÁBRICAS Y AUTOMOVILES, ETC.

EN UNA HABITACIÓN AISLADA NO HAY CAMPO ELÉCTRICO, POTENCIAL CERO, NO ATRAE A LOS IONES NEGATIVOS VITALIZANTES.

EL CAMPO ELÉCTRICO PRODUCE EL AL ENVOLTURA PRÁNICA UNA CORRIENTE ELÉCTRICA, EXCITA EL ORGANISMO Y EL SISTEMA NERVIOSO, AUMENTANDO EL RENDIMIENTO CEREBRAL.

EL EFECTO BENEFICO DE LOS CAMPOS ELÉCTRICOS SE DEBE A LA COMBINACIÓN DE SU CARGA ELÉCTRICA POSITIVA ATRAE A LOS IONES CON CARGA ELÉCTRICA NEGATIVA SUSPENDIDOS EN LA ATMÓSFERA Y SON ABSORBIDOS POR EL CUERPO HUMANO CARGÁNDOLO DE ENERGÍA.. LOS POSITIVOS SON GRANDES Y LENTOS, SU NÚCLEO ESTÁ CARGADO CON UN IÓN NEGATIVO Y BUSCA ENLAZAR A OTROS IONES NEGATIVOS HACIÉNDOLOS DESAPARECER DE LA ATMÓSFERA. A MAYOR CONCENTRACIÓN DE IONES POSITIVOS MENOR CANTIDAD DE IONES NEGATIVOS Y VICEVERSA.

EN LAS GRANDES CIUDADES EN LA ATMÓSFERA UN IÓN PEQUEÑO NEGATIVO POR 300 A 600 POSITIVOS O GRANDES. HAY PRANA MUY POBRE. EN EL CAMPO HAY DOS O TRES IONES NEGATIVOS PEQUEÑOS POR UNO POSITIVO O GRANDE. HAY MÁS ENERGÍA EN EL CAMPO.

LAS INDUSTRIAS ARROJAN MILES DE TONELADAS DE POLVO, ES EL PROBLEMA DE LAS GRANDES CIUDADES Y CADA PARTICULA DE POLVO ES UN LAZO QUE CAPTA LOS IONES NEGATIVOS VITALIZANTES Y AUMENTAN LA PROPORCIÓN DE IONES POSITIVOS, PERJUDICIALES PARA LA SALUD ENERGÉTICA DE LA ENVOLTURA PRÁNICA.

LA POLUCIÓN, RESIDUOS Y GASES NOCIVOS, ÓXIDO DE CARBONO, GAS SULFUROSO Y GASTOSO DE FABRICAS Y AUTOS CONTAMIANAN EL AIRE.

INCLUYSO LOS APARATOS DE AIRE ACONDICIONADO ATRAPAN LOS IONES NEGATIVOS, Y POR LO TANTO EL AIRE FRÍO QUE PRODUCEN ES INERTE, CARENTE DE PODER VITALIZANTE, AIRE SIN PRANA.

LA DISTINTA PROPORCIÓN DE IONES ELÉCTRICOS NO CAMBIA LA COMPOSICIÓN QUÍMICA DE LAS MOLÉCULAS, PUES EL OXÍGENO Y EL NITRÓGENO DEL AIRE SE MANTIENEN EN IGUAL CANTIDAD Y PROPORCIÓN, PERO LA ENERGÍA DEL AIRE ES DISTINTA.

A MAYOR CANTIDAD DE IONES NEGATIVOS, PEQUEÑOS Y VITALIZANTES, HAY MÁS PRANA, MÁS ENERGÍA.

MUY PERNICIOSO PARA LOS IONES NEGATIVOS ES EL HUMO, LOS GASES DE LOS ESCAPES, EL POLVO DEL AMBIENTE, Y EL SMOG EN GENERAL HACE BAJAR LA PROPORCIÓN DE IONES NEGATIVOS Y POR LO TANTO EL PRANA Y LA ENRGÍA BAJAN DE NIVEL, AFECTANDO ALLA ENERGÍA.

IONIZAR NEGATIVAMENTE LOS ÁTOMOS DE OXÍGENO ES AGREGARLES ENERGÍA ELÉCTRICA OBTENIDA DEL SOL, PRINCIPAL FUERZA INAGOTABLE

GENERADOR DE ENERGÍA, DE RADIACIONES TELÚRICAS EMANADAS DEL PROPIO SUELO DE LA TIERRA, DE LOS RAYOS CÓSMICOS QUE ATRAVIESAN LA ATMÓSFERA
POR ESO DECIMOS QUE EL COSMOS ES UN OCEANO DE PRANA, DE ENERGÍA VITALIZANTE DE IONES NEGATIVOS DE CORTA LONGITUD.

EL PRANA ORGANISMO DEBE ESTAR EQUILIBRADO Y DEBE CIRCULAR. LA FALTA DE IONES NEGATIVOS EN EL AIRE DEL CAMPO MAGNÉTICO DONDE HABITAMOS HACE QUE NOS SINTAMOS FATIGADOS, CANSADOS, SIN ANIMO PARA HACER LAS COSAS, ES DECIR ESTAMOS CON LAS PILAS DESCARGADAS.
EL EXCESO DE ENERGÍA PRODUCE NERVIOSISMO, IRRITABILIDAD Y PUEDE HACER PERDER EL SUEÑO.

ES NECESARIO EL EQUILIBRIO ENERGÉTICO, SI NO SE ESTÁ EQUILIBRADO ENERGÉTICAMENTE ES LA PRIMER CAUSA DE UNA ENFERMEDAD FUTURA, AÚN IMPERCETIBLE EN LA ENVOLTURA FÍSICA GROSERA, EN EL CUERPO FÍSICO TODAVÍA NO SE NOTA.

EL METABOLISMO DE LOS ALIMENTOS ES LA TRANSFORMACIÓN QUE EL CUERPO HACE PARA CREAR Y MANTENER SU PROPIA ESTRUCTURA CELULAR, ELIMINANDO LUEGO LOS DESECHOS.
EL METABOLISMO DEL AGUA TAMBIEN ES TRANSFORMACIÓN EN LIQUIDO DEL CUERPO, LA SANGRE, LINFA PARA LUEGO EXPULSAR LAS TOXINAS EN FORMA DE SUDOR U ORINA.

PERO TAMBIEN EXISTE EL METABOLISMO DE LA ELECTRICIDAD. LOS CUERPOS SE CARGAN NEGATIVAMENTE, ABSORBEN IONES NEGATIVOS QUE SE ASOCIA A FENÓMINOS DE OXIDACIÓN, VITALES CON GRAN EFECTO SOBRE LAS CELULAS NERVIOSAS.
DE ESTA MANERA EL CUERPO SE COMPORTA COMO UNA BATERÍA FORMADA A SU VEZ POR UN CONJUNTO DE OTRAS BATERÍAS

LOS MAMIFEROS TIENEN CARGAS ELECTRICAS NEGATIVAS, LIGADAS AL OXIGENO DEL AIRE Y POR LA PIEL ELIMINAN EL EXCESO, IGUAL QUE UNA BATERIA. EL METABOLISMO DE LA ELECTRICIDAD PUEDE SER MEDIDO Y EXPLICA MUCHOS SUCESOS DE LA ENVOLTURA FÍSICA, DE LA PSIQUIS Y DE LA MENTE.

LOS DESEQUIBRIOS EN ESTAS ENVOLTURAS OBEDECEN MUCHAS VECES A DESEQUILIBRIOS ENERGÉTICOS.
PARA MANTENER ESTE EQUILIBRIO ES NECESARIO LA PROVISIÓN DE IONES NEGATIVOS Y SU PÓSTERIOR EVACUACIÓN DEL CUERPO. ES DECIR EL ORGANISMO DEBE RENOVAR CONSTANTE Y ACTIVAMENTE LAS CARGAS ELÉCTRICAS.

ES IMPORTANTE CARGAR LOS ACUMULADORES, MANTENER LA ENERGÍA VITAL PARA TENER MAXIMA ACTIVIDAD, Y ASEGURAR LUEGO LA EVACUACIÓN DE LOS IONES UTILIZADOS.

PARA ELLO EL CUERPO NO DEBE ESTAR AISLADO ELECTRICAMENTE, DEBE CAPTAR PRANA Y A SU VEZ ESTAR CONECTADO AL SUELO PARA DAR SALIDA ELECTRICA CONSTANTE Y FAVORECER EL METABOLISMO ELECTRICO.

POR ELLO ES BUENO CAMINAR DESCALZO, SOBRE LA TIERRA O EN ARROYOS CON AGUA CORRIENTE

ES PROCESO METABOLICO LOS ANIMALES LO HACEN NATURALMENTE. EL CALZADO, LA ROPA SON CAPAS AISLANTES QUE IMPIDEN LA CAPTACIÓN Y EVACUACIÓN DE LA ELECTRICIDAD POR LA PIEL. TODO ESO HACE QUE LA VITALIDAD DISMINUYA.

CAMINAR CON CALZADO EQUIVALE A NO TENER TOMA A TIERRA LA COMPOSICIÓN QUIMICA DEL AIRES ES 21% DE OXIGENO, 78% DE NITROGENO Y 1 % DE OTROS GASES RAROS. ES UNA COMPOSICIÓN BASTANTE ESTABLE Y CONSTANTE, PERO ELECTRICAMENTE ES MUY VARIABLE.

DEPENDE DE LA ATOMSFERA, DEL LUGAR GEOGRAFICO, DE LAS CONDICIONES CLIMATICAS, PRESIÓN BAROMETRICA, ETC.

DONDE SE CAPTA EL PRANA?

LA LENGUA, EN EL SABOR DE LOS ALIMENTOS

EN LA NARIZ, AL TOMAR DE LOS OLORES SU EFECTO REVITALIZANTE E INFLUYENTE ANIMISTICO

EN LA PIEZ, DE LOS RAYOS SOLARES Y CÓSMICOS

EN LOS ALVEOLOS DE LOS PULMONES, AL RESPIRAR AIRE PURO

EN TODOS LOS CASOS SE EXTRAEN CARGAS ELÉCTRICAS DE LOS IONES NEGATIVOS

DE TODOS ELLOS LA RESPIRACIÓN ES LA FORMA MAS IMPOTANTE DE CAPTACIÓN DE ENERGÍA.

RESPIRACIONES PROFUNDAS, CAPTAN GRAN CANTIDAD DE IONES NEGATIVOS REVITALIZANTES

PERO CUANDO EL ORGANISMO ESTÁ EQUILIBRADO ENERGÉTICAMENTE, ES DECIR CUANDO TIENE ENERGÍA SUFICIENTE, EL PENSAMIENTO SE CONCENTRA Y PROFUNDIZA, ES MAS APTO PARA LA ACTIVIDAD INTERIOR

PODEMOS UTILIZAR LA ENERGÍA INTERIORMENTE O EXTERIORMENTE.

HAY UNA RELACION BIUNÍVOCA ENTRE EL PENSAMIENTO Y LA RESPIRACIÓN.
CUANDO PENSAMOS DEMASIADO, NUESTRA RESPIRACIÓN ES MAYOR.
Y

INTERIORMENTE PARA FAVORECER LA ORACIÓN Y LA MEDITACIÓN PUES Y EXTERIORMENTE PARA REALIZAR LA ACTIVIDAD FÍSICA QUE QUERRAMOS.

AL ESTAR REGIDAS POR UN RITMO, UNA CADENCIA SONORA, VIBRATORIA, HACE LA LA RESPIRACIÓN SE NORMALICE,

NO ES MARAVILLOSO SABER QUE A TRAVES DE CIERTOS EJERCICIOS RESPIRATORIOS PODEMOS CARGAR NUESTRAS BATERIAS PARA QUE PODEAMOS USAR ESA ENERGÍA EN LO QUE QUERRAMOS?