



**LAS ENSEÑANZAS DE LA
ANTIGUA FRATERNIDAD
ROSA-CRUZ**

por el Maestro A. Krumm - Heller «Huiracocha»



Metafísica práctica

DISCIPLINA INDIVIDUAL – A

1.- Al levantarse por la mañana: Colóquese en el suelo con el pie derecho o izquierdo, conforme la respiración predominante sea por la fosa derecha o izquierda.

2.- Vuelto hacia el Oriente, en el propio cuarto o local destinado a las prácticas, hacer la señal de la Cruz, trazando con la mano derecha y el brazo extendido una Cruz, cuya línea vertical deberá partir de la altura de la frente y terminar al nivel del plexo solar, y la horizontal del hombro izquierdo al derecho, cerrándola con un círculo, cuyo trazado deberá partir de ese mismo punto, descender al nivel del plexo citado, subir a la altura del hombro izquierdo, continuar hasta el nivel de la frente y, finalmente, descender por la derecha, para terminar en el punto donde se inició la circunferencia.

3.- Hacer siete respiraciones rítmicas y profundas sin esfuerzo, inspirando por la nariz y dilatando el abdomen (como si éste se hinchase), para, en seguida, contrayendo el vientre, expeler el aire por la boca, con los dientes cerrados, haciéndolo silbar: sssssssssss

Es necesario mantener en la mente que, como realmente se da, el ambiente está lleno de sustancias en estado coloidal, las cuales, como el prana, la FUERZA CRISTONICA, que, al inspirar, llevas a tu interior, impregnando todo tu ser y cargándolo como a un acumulador, que pones así en contacto con la Vida Universal, aumentando o mejorando tu salud, intelectualidad, espiritualidad, fuerza y poder; en fin, todo lo que en ti es positivo.

Al expeler el aire, piensa plásticamente en todas tus intoxicaciones, debilidades, estado enfermizo, ignorancia y maldad; o en otras palabras, que lo que es negativo está siendo en esa forma expulsado de ti.

4.- Pronuncia la siguiente Oración procurando sentir íntimamente las palabras:

"AMOR PURO QUE REINAS SOBRE TODO EL UNIVERSO, llena plenamente mi corazón y mi cuerpo, a fin de que yo pueda amar con todas mis fuerzas al DIVINO SEÑOR DE LA CREACION, a mis prójimos y a todos los seres vivientes.

DIVINO MAESTRO, te doy las gracias por todo cuanto hiciste por mí. Deposito en Ti toda mi confianza y todas mis esperanzas, tengo absoluta FE en tu saber infinito, en tu Omnipotencia Divina y en tu inmenso amor para con todas las criaturas.

SABIDURIA DIVINA, refléjate continuamente en mi espíritu. Seas tú mi Luz, mi amparo y mi guía, y así marcharé firmemente en el camino de la justicia y de la verdad.
ASI SEA".

5.- Hacer la práctica número 1 preparatoria. (En separado).

6.- Hinchar plenamente los pulmones de aire, imaginando que el aire, después de pasar por los mismos, descende hasta el bajo vientre. Más o menos en la tonalidad de la nota musical Mi-media de la clave de sol, pronunciar la vocal Iiiiiiiiiiii....., con un sonido continuo, hasta que los pulmones expulsen todo el aire en ellos contenido y procurando conseguir que el sonido producido haga vibrar todo el cuerpo de la cabeza a los pies.

Esta práctica deberá ser rítmica, con su inspiración y expiración completas, efectuada lentamente y obedeciendo el siguiente orden: 7 veces en cada práctica, durante la primera semana; 14, 21, 28 veces respectivamente en la segunda, tercera, etc. semanas.

7.- Proferir la Oración que sigue:

"Benditos sean los que vivieron antes de nosotros, los que están con nosotros y los que nos siguen y gracias sean dadas a sus Maestros, Directores Invisibles.

Benditos sean los que están por encima, abajo, a la derecha, a la izquierda y vengan a nosotros las fuerzas en ellos incorporadas.

Benditos sean los que nos aman y nos comprenden y benditos los que nos odian porque no nos comprenden y gracias sean dadas a las almas en ellos encarnadas.

Bendícenos, OH FUERZAS CONCENTRADAS EN LOS NAHUAS, en la Logia Blanca de MONTSERRAT y en las otras esparcidas por el mundo y permite que los HERMANOS INVISIBLES cuiden de esta criatura (decir aquí el nombre de cada uno), hasta el fin de sus días.

ASI SEA".

8.- Terminar haciendo el signo de la Cruz tal como fue descrito anteriormente.

NOTA: Las prácticas del 1 al 4 deben ser hechas cada día hasta el fin del curso.
Las prácticas del 5 al 8 deben ser hechas una vez por la tarde o por la noche.

1^{er} MES
DISCIPLINA -A Práctica N° 1 (Preparatoria)

Pensemos intensamente que poseemos mucha Vida y que la manifestamos mental y psíquicamente a través de nuestros pensamientos y de nuestros actos. Retengamos ese pensamiento procurando mantenerlo constantemente. No dejemos que el pensamiento nos huya; conservémoslo siempre en la mente. Repitamos la frase "YO ESTOY VIVO", cuando despertamos por la mañana, al medio día y por la noche antes de dormirnos, durante el día y siempre que sea posible o por lo menos cada hora.

Cuando estemos preocupados por un trabajo importante, debemos decir: "YO ESTOY VIVO" y quiero poner toda la vida posible en esta labor.

Si nos encontramos con el ánimo abatido, digamos: "YO ESTOY VIVO".

Cuando nuestros pulmones aspiren, pensemos intensamente que estamos aspirando VIGOR, FUERZA, VIDA, y cuando expiramos el aire viciado, pensemos que con él sale todo lo que es viejo, muerto, todas las condiciones mórbidas y negativas que podamos tener en nuestro ser.

Y dejemos que nuestros pensamientos se transformen en acciones. No nos conformemos en decir que estamos vivos, sino que debemos dar pruebas de eso en todos nuestros actos.

Tengamos interés en la realización inmediata de nuestros propósitos, no dejando nunca para comenzar "mañana".

Manifestemos, en fin, intensa vida y energía, realizando ahora y siempre el "YO ESTOY VIVO".

DISCIPLINA -A

2º MES

Práctica Nº 2 (Preparatoria)

El Yo interno está constantemente cerrado en la cáscara o envoltura que le pone nuestro Yo externo. A pesar de esto no es posible retenerlo en nuestra imaginación, no obstante esta a nuestro alcance, cuál es nuestra propia fisonomía, en sus más vivos detalles. Conocemos a los demás que nos rodean y por eso podemos decir que fulano se parece a zutano, pero jamás diremos que nosotros mismos nos parecemos a alguien.

A este respecto es muy necesario verse cada día en un espejo, durante media hora si fuese posible, porque no es tiempo perdido. Observarse con ojos de ocultista, de analítico. Con ojos de investigador que busca algo esencial a través de la forma grosera, más o menos bella.

Cumple mirarse al espejo y tratar de encontrar mentalmente lo que está inmediatamente detrás de nuestra retina. Concentrarse tranquilamente sobre sí mismo y pensar, al mismo tiempo, sobre todos los valores internos, sobre todo el valor moral y ver, de pronto, como una especie de fluido alrededor del propio cerebro. Entonces, concentrarse más intensamente sobre la frase: "YO QUIERO", y decir:

"Yo soy Voluntad... Todo cuanto yo quiera, he de realizarlo. Soy un centro magnético que a todos atrae. Soy un acumulador de poder, de fuerza, de vitalidad, de suerte y de fortuna A mi nada me doblega ni nadie me somete. Yo me siento el Paladín de la Voluntad. Donde yo vaya, dejaré siempre huellas de Luz y de energía".

Este ejercicio se repite hasta conseguir que tome forma plástica y real.

Como somos efectivamente vivientes acumuladores de energía y algunos de nuestros discípulos pueden llevar a práctica este ejercicio con todo provecho, permítasenos insistir en recomendar que todos los poderes que se adquieran sean utilizados siempre en beneficio del prójimo necesitado o aún en el nuestro propio, mas, que jamás sea, en caso alguno, en perjuicio de nuestros semejantes.

Téngase siempre en cuenta que el Bien formará el capullo de vuestra Rosa para que se abra, por el contrario el mal os apartará de la Rosa a distancia tan grande que tal vez no se os permita de nuevo emprender el camino.

3^{er} MES

DISCIPLINA - A Práctica N° 3

Siéntese, conserve recta la espina dorsal y el cuerpo relajado. Cierre los ojos, o déjelos semicerrados, concentrando la mirada en el entrecejo, o sea, en lo alto de la nariz.

Después, con la mayor serenidad, sienta como su aliento entra y sale con naturalidad. Cuando el aire penetra pronuncie mentalmente la palabra sagrada H O N G, sin mover la lengua. Cuando el aire es expelido, pronuncie en la forma indicada la palabra S A U.

NO USE DE NINGUN MODO LA VOLUNTAD MENTAL O ESFUERZO PARA HACER ENTRAR O SALIR SU ALIENTO. En cuanto ejecute esta práctica tome una actitud serena como observador silencioso de su aliento natural, que entra y sale, del cual no se tiene, en general, consciencia.

Con gran respeto y atención practique este ejercicio por lo menos 15 minutos diarios al principio. Después, este tiempo puede ser aumentado. Para esta práctica deberá ser utilizada una silla, aislándose el estudiante de la misma y del suelo, en la falta de túnica, por medio de un cobertor de lana, que deberá cubrir el espaldar de la silla, el asiento y la parte del suelo en que posen los pies del practicante.

Deberá éste quedar de frente para el Naciente (Este), teniendo el cuidado de no tocar los costados del espaldar de la silla.

Este ejercicio podrá ser hecho en cualquier ocasión que el estudiante disponga.

La falta de atención durante la práctica acarreará el sueño.

4º MES

DISCIPLINA -A Práctica N° 4

Pronuncia todas las mañanas al levantarte la palabra: EHEIEH. Haz como que el sonido de esta palabra vaya del cerebro al vientre. Por la noche pronuncia, como llamando, CHAJJITH y piensa en invocar ángeles que descienden del cielo envueltos en fuego sagrado. Finalmente piensa, ya en la cama, en el primer mandamiento:

"YO SOY TU DIOS, TU SEÑOR".

EHEIEH, es el nombre de uno de los Sephiroth, o uno de los diez caminos para llegar a Dios, según consta en el texto hebreo de la Biblia, en el Exodo, cap. 3, vers. 14, en que Dios ordena a Abraham decir al pueblo de Israel "Eheieh", que quiere decir: "Yo seré".

CHAJJITH, es encontrado en el libro de Ezequiel, cap. 1, vers. 5, donde así se llama a los ángeles que aparecen. Fue traducido por animales y sería esa la explicación. Del versículo anterior se toma el fuego sagrado en que se debe pensar.

Los textos sagrados de los judíos sustentan que el alfabeto hebreo y todos los alfabetos proceden del cielo, y Eduardo Sturken, el famoso orientalista, probó que esta afirmación es hecha por obras mucho más antiguas que las de los judíos. En un papiro se encuentra lo siguiente: "En el espacio celestial que cubre nuestra tierra hay figuras mediante las cuales se pueden descubrir los más formidables secretos. En estas figuras residen grandes secretos y poderes y son al mismo tiempo las letras con que están escritos los nombres de Dios, mediante los cuales el Altísimo comunica su poder".

De manera que los antiguos afirmaban ya el poder que existe en las figuras Zodiacales y que el Dios que se manifiesta por medio de ellas puede ser evocado por nosotros.

Para los judíos, los Sephiroth constituían parte del organismo de Adam-Kadmón, el hombre divino.

Por otro lado los Sephiroth son los diez caminos para llegar a Dios y son, al mismo tiempo, diez nombres correspondientes a la divinidad.

Dice la Thora –uno de los libros sagrados–: "Los Sephiroth reciben igualmente los pensamientos, las palabras y los hechos de los hombres; en ellos repercute el gran poder divino y los sephiroth son los únicos mediadores entre Dios y los hombres. Con la pronunciación de los nombres de Dios, atraemos sobre nosotros fuerzas inmensas y ángeles que vienen en socorro de los humanos".

De manera que, según estos textos antiguos, hay relaciones entre las fuerzas Zodiacales, los Sephiroth y las letras fundamentales, o sea, las vocales.