

Ciprian Bachigeanu

Șamanismul modern și vindecarea

1. Șamanismul contemporan
2. Cosmosul șamanului
3. Conștiința extinsă, conștiința alternativă
4. Recuperarea Sufletului
5. Călătoria Șamanică și Recuperarea Sufletului
6. Howard G.Charing - biografie

1. Șamanismul contemporan



Rădăcinile noastre antice sunt în **șamanism**, oriunde am trăi și în orice fel de cultură am crescut. Aceasta este moștenirea noastră spirituală. Dacă privim înapoi în timp suficient de departe, vom găsi că toți venim din culturi de tip șamanic. Cu mult timp înaintea unor concepte ca religia organizată, oamenii au căutat înțelegerea și cunoașterea marelui univers folosind o varietate de moduri și unelte experiențiale, care sunt și astăzi la fel de aplicabile ca dintotdeauna. Aceste practici sunt încă folosite într-un număr surprinzător de mare, de locuri din lume și mulți șamani din culturi indigene îi învață acum pe vestici.

Șamanismul este cea mai veche cale spirituală a planetei Pământ, o cale de vindecare și menținere a armoniei în societate și individ și o cale de a ne păstra conexiunea cu planeta vie Pământ și cu toată creația. Poate că lumea

Ciprian Bachigeanu

noastră exterioară e diferită, dar peisajul nostru interior ca oameni are aceleași componente ca întotdeauna. Sănătatea și integritatea noastre exterioare sunt expresii ale sănătății și sfințeniei noastre interioare. Călătoria șamanică, dansul ecstatic, căutarea viziunii, ceremonia purificatoare a băii de aburi, acestea sunt moduri antice, dar perpetuu relevante de a contacta realitatea din afara timpului, realitate care există paralel cu și în afara vederii acelei lumi pe care, atât de eronat, noi o numim "lumea cea adevărată". Este aici, în realitatea de fiecare zi, locul în care experimentăm reflexiile noastre înșine, ale acțiunilor noastre, ale credințelor noastre cele mai adânci, "visele" noastre, dar, de fapt, interacțiunile cauzale ascunse au loc în lumea non - manifestă a spiritului. Această lume este ascunsă până când începem să deschidem ușile percepției și începem să "vedem" cu o viziune extinsă.

Renașterea șamanismului începută în anii 60 în lumea vestică încorporează o manieră de a reflecta și înțelege căile culturilor antice și indigene. Această mișcare către dezvoltarea personală și conștiență spirituală și potențial către un mod de a trăi mai puternic orientat spre comunitate, reprezintă un pas înainte pentru aceste culturi (culturile vestice, n.tr.) care au fost cele mai "prădătoare" către alte culturi și către planeta însăși în aceste secole recente. A folosi "leacul bun" al șamanismului este ca și cum ne-am conecta într-o comoară vastă de cunoaștere antică, practic fără vârstă, care poate fi practică oriunde și în orice condiții. Este vorba de a ne ajuta pe noi oamenii să vindecăm efectele traumelor trecutului, să trăim într-o stare interioară de echilibru și armonie în timp ce avem de-a face cu provocările și vicisitudinile vieții, să dezvoltăm tot ceea ce este mai bun în noi înșine, orice ne-ar ieși în cale și de asemenea este vorba de calitatea modului în care ne relaționăm unii la alții și la planeta Pământ. Toate acestea sunt la fel de importante acum pe cât de importante au fost și în trecut și pe cât de importante vor fi și în viitor. Lumea noastră exterioară poate să fie altfel acum, dar peisajul nostru interior ca oameni are aceleași componente ca întotdeauna. Sănătatea și integritatea noastre exterioare sunt expresii ale sănătății și sfințeniei interiorului nostru. Ma aflu aici ca să aduc spirit în materie și materie în spirit.

2. Cosmosul șamanului

De-a lungul timpului, șamanii au știut că modul în care experimentăm lumea din jurul nostru prin simțurile fizice este doar o descriere a acestei realități nevăzute. Modul în care percem timpul este, de asemenea, iluzoriu, de fapt este ca și cum ar exista doar un singur moment în timp, un singur și vast și mereu în mișcare moment, în care se poate spune că orice s-a întâmplat vreodată încă se mai întâmplă undeva.

Între această vedere a realității de către șamanii tradiționali și fizica modernă cuantică există o convergență. Fizicienii cuantici au adus provocări

Ciprian Bachigeanu

celor mai fundamentale convenții ale înțelegerii umane. Fizicianul cuantic **David Bohm** descrie această vedere a materialului din care e făcută realitatea ca fiind un univers holografic. Această vedere a realității implică o "unitate nedivizată în mișcare curgătoare", pe care el o numește "**holomișcare**", concept care descrie un flux de substrat (care are calități încă nedefinite) al unui univers intrinsec holistic de gânduri, materie și energie, în care experimentăm realitatea.

De exemplu, în cartea sa "Sfârșitul Timpului", eminentul fizician britanic **Julian Barbour** aduce provocări celor mai fundamentale convenții ale înțelegerii științifice. În această carte Barbour dezbată faptul că trăim într-un univers care nu are nici trecut nici viitor. O lume nouă și stranie, în care suntem și vii și morți în aceeași secundă. În acest etern prezent, sentimentul nostru că timpul trece nu este nimic altceva decât o gigantică iluzie cosmică. Dintotdeauna a existat un paradox în relația noastră cu timpul. Noi facem presupunerea că timpul are o mișcare către înainte, totuși dintr-o altă perspectivă – cea a culturilor antice șamanice și a fizicii cuantice moderne – timpul ar putea să nu aiba început și nici sfârșit. Aceasta nu este vederea newtoniană asupra realității, dar încercarea de a înțelege realitatea timpului a ridicat dintotdeauna întrebări incomode.

Barbour ne prezintă această altă dimensiune, acest moment unic, vast și mereu în mișcare care a fost experimentat și exprimat de către oamenii indigeni încă din antichitate, deseori numit "lumea (lumile) spiritului" și descris elocvent de către Black Elk, marele vizionar și om sfânt Oglala Lakota, după cum urmează: "Lumea unde nu sunt decât spiritele tuturor lucrurilor. Aceasta este lumea cea adevărată care se află în spatele acesteia (pe care o vedem - n.tr.) și tot ceea ce vedem noi aici este ca o umbră a acelei lumi."

În cartea sa "Jivaro-Oamenii cascadelor sacre", Michael Harner scrie despre lumea ascunsă a oamenilor Jivaro (pronunțat "hivaro" - n.tr.): "Viața normală, trează, este explicit văzută ca "falsă" sau "o minciună" și există credința fermă că adevărul despre cauzalitate este de găsit prin intrarea în lumea supranaturală, pe care oamenii Jivaro o văd ca fiind "adevărata lume" pentru că ei simt că evenimentele care au loc în ea sunt la originea multelor manifestări de suprafață și mistere ale vieții de zi cu zi." Deasemeni, în cuvintele renumitei Maria Sabina, femeie - șaman Mazatec: "Există o lume dincolo de a noastră, o lume care este foarte departe, aproape și invizibilă și acolo trăiește Dumnezeu, acolo trăiesc cei ce au murit, spiritele și sfinții. În acea lume, totul deja s-a întâmplat și totul e deja cunoscut."

3. Conștiința extinsă, conștiința alternativă

Poate că e o nevoie biologică și socială a noastră aceea de a explora realitățile invizibile și alternative. În multele sute de mii de ani de evoluție umană, ne-am dezvoltat aceste abilități și neurochimia exact și precis pentru

Ciprian Bachigeanu

scopul de a avea o conștiință lărgită pentru a percepe și a înțelege dincolo de lumea fizică. Studii moderne au arătat că în creierul uman există neurotransmițători specifici, cum ar fi serotonina și beta - endorfinele. În funcție de nivelele la care creierul uman le poate sintetiza, pot apare importante schimbări fiziologice și de stare mentală. Șamanii antichi erau maeștri ai înțelegerii conștiinței umane și cunoașterea lor includea înțelegerea exactă a modurilor de a intra prin porțile multidimensionalității (și bineînțeles, de întoarcere la conștiința funcțională de zi cu zi).

4. Recuperarea Sufletului

Recapitularea forței vitale este corpul de tehnici care restaurează sau recapitulează forța vitală pierdută. Recuperarea Sufletului este una din cele mai bine cunoscute și mai eficiente practici de până acum.

Pentru a înțelege cum lucrează practicile de recapitulare trebuie să privim la natura multidimensională a realității și să ne îndepărtăm de perspectiva lineară, secvențială. Din perspectivă extinsă, orice i s-a întâmplat oricui, oriunde, încă se mai întâmplă undeva”. Dacă un eveniment traumatic s-a întâmplat cuiva cu 10 - 20 sau mai mulți ani în urmă, pentru acea persoană încă se mai întâmplă și încă mai influențează viața acelei persoane.

Șamanismul nu se blochează asupra evenimentelor trecutului; de fapt există doar acest minunat, vast și mereu în mișcare moment de acum în care nu există în mod separat trecut - prezent - viitor. Este posibil pentru un practicant să călătorească și să iasă în afara timpului linear pentru a se duce în acel loc în care, în formă energetică, acel eveniment încă se întâmplă pentru persoana în cauză, să gasească și să aducă înapoi persoanei acea forță vitală care este blocată în acel eveniment energetic și când această sarcină s-a îndeplinit, atunci poate cu adevărat începe vindecarea terapeutică a acelui eveniment și a consecințelor sale.

Pierderea forței vitale este cunoscută ca pierdere de suflet și aceasta se poate întâmpla când suferim o traumă, avem un accident, experimentăm schimburi emoționale puternice cu cineva iubit, ne separăm de un partener, ne moare cineva iubit sau trecem printr-o lungă perioadă de circumstanțe dificile. Când trecem printr-o traumă severă, de obicei o parte a naturii noastre vitale pleacă pentru ca noi să putem să supraviețuim evenimentului care ni se întâmplă. Acesta este un mod al corpului și a conștiinței noastre de a supraviețui unor traume severe. Problemele apar atunci când fragmentul său partea de suflet în cauză nu se mai întoarce. Poate că nu dorește să se întoarcă sau poate nu are posibilitatea să se întoarcă. Mi-am amintit recent despre aceasta citind un articol care trata “politica violului”: sfatul dat femeilor era că, dacă erau violate, să pretindă că “ele nu erau acolo”. Aceasta este prescrierea clară a pierderii de suflet ca mecanism de supraviețuire. Singurul lucru care ar fi trebuit adăugat la aceasta era sugerarea modului în care, într-un stadiu ulterior, persoana ar putea

Ciprian Bachigeanu

să-și recapituleze forța vitală pierdută. Există un număr de simptome ale pierderii de suflet, de exemplu când oamenii simt că ei observă viața din afară mai degrabă decât participând și fiind complet implicați. Alte simptome comune sunt: când oamenii simt că ei sunt undeva departe ("în spațiu"), "nu cu adevărat acolo" sau teme de viață cum ar fi frică persistentă, inabilitatea de a avea încredere în oameni. De asemenea am găsit că, uneori, depresia puternică e datorată pierderii de suflet. Bolile cronice pot fi datorate pierderii de suflet. Aceasta are legătură directă cu puterea personală.

Din punct de vedere **șamanic**, puterea personală și menținerea sănătății merg mână în mână: dacă trupul este plin de putere, atunci nu este loc pentru boală sau durere, care sunt deseori privite ca fiind forțe invazive. În practica mea am lucrat cu multe persoane care lucraseră considerabil de mult asupra traumei originale, dar erau încă blocați în ea; în alte cuvinte, ei au devenit disociați, separați. Una din diferențele dintre Recuperarea Sufletului și unele sisteme psihologice moderne vestice este că Recuperarea Sufletului se focalizează pe reîntoarcerea și integrarea forței vitale pierdute, mai degrabă decât să se focalizeze pe trauma originală în sine. Din punctul meu de vedere, Recuperarea Sufletului și terapia lucrează foarte bine împreună, cea mai bună combinație fiind întâi recapitularea forței vitale pierdute urmată de o abordare terapeutică de susținere a persoanei prin procesul de lucru cu sentimentele și energia emoțională eliberate de Recuperarea Sufletului, proces care poate fi inconfortabil și chiar brutal pentru persoana în cauză. Această eliberare și experimentare de sentimente și emoții este o parte fundamentală a întregului proces de vindecare și acest aspect îl accentuez cât de puternic pot. Acest proces de vindecare conduce la ceea ce eu numesc **uniunea forței vitale**, atunci când persoana se poate mișca înainte cu viața proprie fără a mai fi ancorată în trecut, trăind o viață de creativitate și productivitate.

Conceptul de pierdere a sufletului și ceremoniile de Recuperare a Sufletului se regăsesc în multe culturi. De exemplu, în tradiția șamanică tibetană Bon, una din cele mai importante practici ale șamanilor tibetani Sichen este Recuperarea Sufletului - Lahu (literalmente restaurarea, răscumpărarea sufletului) și Chilu (restaurarea energiei vitale). Aceste practici sunt larg răspândite în tradiția Bon și de asemenea, în toate școlile budiste tibetane. Joseph Campbell scrie în lucrarea sa clasică "Măștile lui Dumnezeu": "...boala, conform teoriei șamanice, poate fi cauzată fie de intrarea unui element străin în trup, fie de către plecarea sufletului din trup și prizonieratul sufletului într-una din regiunile lumii spiritelor: deasupra, dedesubtul sau dincolo de marginea lumii. Clarvederea vizionară a șamanului trebuie să-i descopere ascunzătoarea. Apoi, călărind "pe sunetul tobei sale", el (șamanul) va naviga pe aripile transei către acel tărâm spiritual unde se află sufletul respectiv și va face repede munca de salvare a acestuia."

Deși terminologia este diferită, conceptul de pierdere a sufletului este un fenomen bine cunoscut psihologiei. **Jung** descrie în memoriile sale o fantezie în

Ciprian Bachigeanu

care sufletul său a zburat departe de el, adică libido-ul s-a retras în inconștient și a început să ducă o viață secretă acolo. Libido-ul reprezentând forța vitală, iar inconștient-ul reprezentând "tărâmul morților".

5. Călătoria Șamanică și Recuperarea Sufletului

Călătoria șamanică este unul din modurile de accesare acestei Realități Multidimensionale aflată în afara timpului. Această accesare poate avea loc de asemenea prin dans, meditație, prin vise, prin experimentarea frumuseței, prin orice mod prin care ne putem pierde egoul și controlul rațional logic. Totuși, Călătoria Șamanică este o metodă care necesită voință și disciplină. **Șamanul** sau practicantul se îmbarcă într-o călătorie șamanică pentru a descoperi și recupera forța vitală pierdută sau partea de suflet pierdută a unei persoane. De multe ori, se folosesc instrumente de percuție ca tobele și zuruitoarele sau, în anumite tradiții, plante psihotrope sunt folosite pentru a ajuta mișcarea în această realitate lărgită. Ca exemplu de călătorie șamanică de recuperare a sufletului iată două cazuri pe care le detaliez mai jos: Margaret, o persoană aproape de 30 de ani, de când se știa avea sentimentul că este sufocată. Deși știa că acest sentiment nu are o explicație logică (ea a demonstrat o manieră analitică cu detalii fine a propriei sale vieți) și deși știa că nu are nici un motiv să simtă așa, totuși o afecta și o făcea înfricoșată. Am pornit CD-ul cu tobe șamanice și am început călătoria în lumile spirituale. Am mers adânc în jos și am ajuns într-o pădure la ceas de noapte. Aliatul meu spiritual mă aștepta și după ce ne-am salutat, l-am întrebat: cum aș putea s-o ajut cel mai bine pe Margaret? Spiritul Aliat mi-a răspuns prin a-mi indica să-l urmez. Am alergat împreună prin peisajul de noapte până într-o pădure în care era complet întuneric. Mă simțeam în regulă mișcându-mă prin acest ținut, deoarece aveam încredere că aliatul meu știa exact unde trebuie să ajungem. Am ajuns într-o poiană și simțeam spațiul din jurul nostru și o briză blândă. Eram conștient de cerul nopții de deasupra noastră, deși nu se vedea nici o stea.

În această poieniță am devenit gradat conștient că Margaret se afla și ea acolo, rănită și plângând. Mi-am întrebat Aliatul ce s-a întâmplat și am fost martorul unei scene în care Margaret a fost atacată și violată. Violatorul a amenințat-o cu un cuțit și deși Margaret nu a văzut cuțitul, ea nu s-a luptat cu violatorul. Aceasta se pare că a fost o alegere bună pentru că îmi era foarte clar că agresorul era pregătit să folosească acel cuțit. După această scenă, Aliatul mi-a indicat să-l urmez, am luat-o de mână pe Margaret și am intrat cu toții într-o peșteră în care era chiar mai întuneric decât afară. Întunecimea era totală; puteam să simt foarte puternic frica de a nu fi sufocată a lui Margaret. L-am întrebat pe Aliat ce este această peșteră? El a răspuns: "Aceasta este inima ei, care este pentru ea ca o cavernă întunecată".

Aveam un sentiment foarte inconfortabil în această peșteră. Am simțit

Ciprian Bachigeanu

energie autodistructivă și chiar suicidală în acest loc, avea forma, aparența unei caracatițe cu trupul și tentaculele grele și negre. Atât eu, cât și Aliatul meu a trebuit să lucrăm pentru a schimba densitatea acestei forme, pentru a o aduce în situația de a putea fi eliberată. Margaret, care asculta povestirea simultană de către mine a acestei călătorii, a spus că, după viol, a vrut să se arunce sub roțile unui tren, apoi ea a început să elibereze mult din tristețea ei, emoții despre care a spus mai târziu că se separase.

După aceasta o lumină blândă a apărut în peșteră și am văzut o altă scenă și ne-am dat seama că și mama ei a fost, de asemenea, violată și că sursa fricii de a fi sufocată era faptul că a fost aruncată în pătuț de către mama ei când aceasta era violată. Margaret și-a dat seama că a preluat fricile mamei sale și că acestea au fost cumva repuse în scenă în viața ei proprie.

Peștera a devenit mai ușoară și cu toții am ieșit afară, la loc deschis, iar soarele începuse să răsară și puteam să vedem pădurea. Aerul a devenit cald. Era o zi foarte plăcută și toți trei am mers înapoi în pădure, către intrarea pădurii. Pe drum ne-am oprit la un lac limpede unde acea parte de suflet a lui Margaret s-a îmbăiat, curățându-se. La intrare, am spus la revedere Aliatului și am adus înapoi în realitatea de zi cu zi acea parte de suflet. Am continuat cu ceremonia de reîntoarcere, iar Margaret a simțit o imensă ușurare, trupul ei a scos un mare oftat și ea s-a relaxat vizibil.

M-a sunat după două săptămâni și mi-a spus că viața ei a început să se schimbe. Ea simțea că poate să aibă încredere, că poate să-și urmeze sentimentele și instinctul. A spus că, de asemenea a mai apărut o schimbare notabilă în ea. Ea a exprimat-o cum că nu mai simte nevoia de a controla oamenii și evenimentele în modul și în acea măsură în care o făcea până atunci. Am mai primit un telefon de la ea după încă două luni și mi-a spus că viața se deschidea cu adevărat pentru ea, că totul e minunat! Deseori aud de la oameni că, după un accident sau o operație chirurgicală majoră, ei "nu se mai simt aceiași ca până atunci". O povestire care ilustrează clar aceasta este următoarea: Dr Steven Cartwright, medic homeopat care a primit prestigioasa bursă Churchill pentru a conduce o expediție în Peru pentru a studia leacurile indigene, mi-a scris ca urmare a unei sesiuni de Recuperare a Sufletului. În timpul vizitei în Peru, el a suferit un accident pe șosea și a rămas cu serioase răni.

"Am fost implicat într-un accident pe șosea cu cinci luni înainte și acesta m-a lăsat cu un picior rupt foarte urât; eram într-o stare groaznică de depresie, lipsindu-mi energia și vitalitatea. Pot să descriu aceasta doar cu cuvintele că mă simțeam ca și cum nu eram prezent, ci fie drogat, fie adormit, mă simțeam pe jumătate mort pentru lume, cu adevărat nu eram în stare să funcționez eficient sau cu entuziasm.

În timpul sesiunii de Recuperare a Sufletului mi s-a explicat că o mare parte a forței mele vitale mă părăsise în momentul accidentului și încă se afla acolo, la fața locului, într-o stare de șoc. Descrierea locului accidentului a fost

Ciprian Bachigeanu

exactă. Mi-am dat seama că este adevărat, că de fapt nu eram aici - eram la cinci mii de mile departare (cca.7 000 km - n.tr.), în Peru! La câteva minute după Recuperarea Sufletului, când părțile pierdute ale sufletului meu au fost suflate înapoi în mine, m-am simțit viu din nou pentru prima dată în ultimele cinci luni. Efectul a fost atât de dramatic! Entuziasmul, vitalitatea, energia și bucuria s-au întors. O astfel de experiență nu am mai avut niciodată. Au trecut deja câteva săptămâni acum de la Recuperarea Sufletului și pot spune că a fost cea mai extraordinară experiență terapeutică pe care am avut-o vreodată. Simt că sunt "aici" din nou, înapoi acasă.

6. Howard G. Charing - biografie

Atât de multe s-au întâmplat de la "intrarea" mea în lumea șamanismului acum peste douăzeci de ani, în urma unui accident serios (prăbușirea unui lift) din care au rezultat traume severe și o experiență la granița cu moartea... în ultimii nouă ani am organizat călătoriile în jungla Amazoniană și în Anzi, pentru a lucra cu șamani și cu "doctorii sacri ai junglei" (plantele vindecătoare și vizionare) din această regiune. Am scris numeroase articole despre vindecarea cu plante amazoniene și am lucrat cu unii dintre cei mai respectați șamani din regiune. Am fost botezat în tribul lor de către Indienii Shipibo din Amazonia și am fost inițiat în lineajul de maestros al Rio Napo din Amazonul Superior.

Howard G. Charing este un vindecător, facilitator de workshopuri și unul din directorii Centrului de Șamanism Contemporan Eagle's Wing. El a scris numeroase articole despre plantele medicinale ale Amazoniei și a lucrat cu unii dintre cei mai renumiți șamani din această regiune. Howard, de asemenea, a produs o colecție de cântece tradiționale și icaros pe un CD intitulat "Șamanii din Peru". Timp de mulți ani el a organizat sejururi pentru explorarea vindecării cu plante și pentru a lucra cu indienii Shipibo din Bazinul Peruvian al Amazonului precum și sejururi în Anzi, cu șamanii San Pedro din partea de nord a Peru-ului. **Howard** a fost botezat de către Shipibo și inițiat ritual în lineaj-ul de maestros al comunității Rio Napa. Howard și colegul său Peter Cloudsley, de asemenea facilitează sejururi amazoniene de vindecare la Centrul lor dedicat din Parcul Național Mishana. Fiind o rezervă naturală protejată, care cuprinde mai multe mii de acri de junglă peruviană, Mishana este casă a multor specii de plante și animale care nu se mai găsesc niciunde în altă parte a pământului. La Mishana participanții lucrează cu șamanii indigeni și experimentează vindecarea directă de la natură prin liana vizionară a sufletelor.

Lumea de Jos (The Lower World)

Ciprian Bachigeanu

Călătoria șamanică, șamanism

Lumea de Jos, sau mai bine zis Lumile de Jos sunt lumile generate de marea visare a naturii. Aici vom întâlni spiritele animalelor, atât ale speciilor ce traiesc acum, cât și ale speciilor disparute. Tot aici vom întâlni animalele mitologice de genul vasilisc, inorog, aspida, balauri, zmei. De asemenea, aici putem întâlni spiritele plantelor, apelor, pădurilor, elfii și gnomii, salamandrele... Tot bestiarul poveștilor din copilărie ne așteaptă aici, cu înțelepciune, veselie, putere, cunoaștere.

Aspectul general al Lumii de Jos este de natură voluptuoasă în a fi ceea ce este: pădurile sunt păduri măiestruoase, falezile - mărețe, plajele - perfecte, mările - cristal, deșerturile - absolute. Descrierile celor ce au vizitat aceste țărâmurii sunt superlative. Nu am să uit niciodată privirile strălucitoare și emoționate din ochii celor care tocmai au revenit din primele lor călătorii șamanice în Lumea de Jos. Nu am să uit niciodată emoția reîntâlnirii mele personale cu această Lume. Departe de a fi un țărâm josnic, necurat, al pedepsei veșnice pentru păcatele comise de nefericiții damnați ai diverselor doctrine ce propovăduiesc iadul, **Lumea de Jos** este mai degrabă apropiată de un paradis natural, idilic...un loc în care plantele și animalele, toate viețuitoarele, duc o viață apropiată de cea din mitul biblic dinaintea "căderii". E paradisul natural pierdut și regăsit.

Lumea de Jos este locul care trebuie vizitat pentru a ne întâlni cu Spiritele animalelor noastre ajutătoare. Accesul în această Lume se face fie coborând printr-un trunchi de copac gol în interior, sau prin rădăcinile unui copac, sau printr-un puț părăsit, fie printr-o peșteră, fie pe firul unui izvor intrând în pământ în locul din care izvorul iese...Orice deschidere naturală "reală", despre care știm cu certitudine că există în Realitatea Ordinară este bună. Nu este neapărat necesar să fi fost efectiv în acea peșteră / deschidere / copac, ci doar ca ele să existe cu adevărat în lumea cea de toate zilele.

Călătoria șamanică

Călătoria șamanică este de departe cea mai răspândită metoda de lucru pentru obținerea de informații, pentru lucrul cu spiritele, pentru vindecare sau propriu - zis orice sarcină pe care shamanul o are de îndeplinit în cadrul comunității.

Pentru a pleca în **Calatoria Vizionară**, shamanul își schimbă registrul conștiinței, trecând la voința în așa numita Stare Shamanică de Conștiință (SSC - Michel Harner), folosind metodele "tehnologiei sacralului" (vezi Hank Wesselman - "Calatorie în Grădina Sacră"). Aceste metode cel mai adesea constau în folosirea percutiei monotone, repetitive, a tobelor, zuruitoarelor și clopoteilor. Creativitatea bastinasilor iubitori de natură este nemaipomenită - există sute de

Ciprian Bachigeanu

instrumente de percutie diferite, facute din bete, scoarte de copaci, buturugi, tigve, oase, tobe cu apa, tobe cu pietricele, RainStick-uri. Aproape orice poate fi folosit ca instrument pentru a schimba starea de constiinta. Desi instrumentele de percutie domina, totusi nu sunt exclusive: pentru a propulsa sufletul calator al shamanului unele culturi folosesc si vocea (ioik), gonguri, clopote, boluri cantatoare tibetane, didgeridoo-ul, buciumul (tulnicul) fiind probabil unul dintre ele deasemeni.

Studiile efectuate asupra parametrilor fiziologici ai shamanilor aflati in transa arata ca deseori ei se afla in asa numita stare theta de activitate a creierului, in care pulsatiile cerebrale dominante sunt pe frecvente cuprinse intre 3 si 6 cicluri pe secunda. Aceeasi stare a fost observata si la calugarii budisti adanciti in meditatie, sau la yoghini, sau la maestrii zen, precum si in somnul adanc si reconfortant in care majoritatea oamenilor calatoresc in tara viselor.

Fiecare calatorie shamanica este unica, desi se poate vizita de mai multe ori aceeasi regiune a Taramurilor de Dincolo. De cele mai multe ori **shamanul** se duce dincolo "cu treaba", la cererea comunitatii sau a cuiva bolnav. Rareori se face "turism" in Lumea Cealalta. Dintre destinatiile calatoriilor, enumeram Lumea de Sus, cea de Mijloc si cea de Jos, regiuni spirituale multistratificate cu caracteristici distincte care vor fi discutate pe larg in articolele dedicate lor. Scopurile in care shamanul calatoreste "dincolo" pot fi: vindecarea unui bolnav, ajutorarea unui suflet recent ajuns acolo si care are dificultati sa se duca intr-un loc mai confortabil (munca Psihopomp), aflarea de informatii necesare tribului - cum ar fi locul unde sa va gasi hrana -vanatul, contracararea actiunilor magice ale dusmanilor, comunicarea cu zeitatile si spiritele naturii pentru a aduce ploaia, de exemplu si altele.

Desi **statistic** vorbind foarte multi oameni obisnuiti sunt capabili de a efectua calatorii shamanice pentru scopuri personale - cum ar fi intalnirea cu propriii ghizi spirituali si spirite ajutatoare, sau propria vindecare, anumite activitati sunt rezervate shamanilor intrucat acestia au "chemarea" din Cealalta Lume, mai precis Ghizii, ajutoarele si Aliatii lor ii asista in sarcinile mai dificile. Practic, shamanul unei comunitati isi are rostul de a fi intru ajutorarea comunitatii sale, iar eficienta - adica rezultatele practice in realitatea obisnuita - este criteriul care il mentine in aceasta pozitie. El sau ea trebuie sa gaseasca obiectele pierdute sau furate ale membrilor comunitatii, trebuie sa fie in stare sa vindece bolile de care sufera oamenii, trebuie sa fie in stare sa contracareze magia neagra a dusmanilor tribului si sa comunice eficient cu spiritele naturii. Activitatea sa este vitala pentru insasi existenta fizica a comunitatii.

Calatoria in **Lumea de Dincolo** este o calatorie vizionara, sufletul lepadandu-si "haina" ca sa poata explora nestingherit Lumile Spirituale. Sufletul coboara prin radacinile Copacului Sacru sau urca in el pana la cer, sau intra intr-o pechera, sau urca pe un munte sau pe firul unui parau intrand "dincolo" prin izvorul lui, sau intra intr-un vulcan sacru...portile de intrare dincolo sunt foarte

Ciprian Bachigeanu

variate. Multe povesti pentru copii – dintre care amintim celebrele Alice in Tara Minunilor, Jack si Vrejul de fasole, Vrajitorul din Oz – prezinta paralelisme semnificative cu Calatoria Shamanica.

Pe plan international exista la ora actuala numeroase organizatii care predau seminarii de weekend in care participantii sunt invatati sa calatoreasca in **Lumea Cealalta** pentru a lua legatura cu Ghizii lor spirituali.

REALITATEA NON - ORDINARA

LUMEA CEALALTA, LUMILE CELELALTE

Vestea buna pentru toti copiii acestei planete (de la varsta de 0 ani la cea de 100 de ani) este ca vechile povesti cu care eram adormiti, mici fiind, sunt adevarate. Personajele lor exista si au existat dintotdeauna, in **Realitatea Non - Ordinara** in spatiul vizionar. Iar acesta e la doar o bataie de toba departare, doar la o bataie de inima departare. Nu doar ca fiecare dintre noi trecem realmente in Lumea Cealalta noapte de noapte cand sufletul isi lasa "haina" in pat, ci experimentarea starii shamanice de constiinta poate avea loc pentru fiecare dintre noi si fara a intrerupe starea de constienta prin adormire. Aceasta stare atat de speciala de constiinta poate fi atinsa atat de simplu si de rapid incat omiterea sa din repertoriul majoritatii practicilor spirituale "culte" ni se pare cel putin ciudata. Atunci cand cineva experimenteaza in propria constiinta perceptia Realitatii Non-Ordinare, sentimentul este exact ca in cazul unui vis foarte real, foarte viu, foarte semnificativ, a unei realitati virtuale foarte interactive, in care suntem foarte bine integrati.

Unele persoane tind sa perceapa mai mult vizual, dar altele sunt mai degraba "tactile" sau "audio". A percepe in aceste moduri, adica peisaje tactile sau sonore nu este o raritate. Nu e nimic in neregula cu asta. Unele persoane incep prin a avea perceptii fragmentate si amestecate, eventual lipsite de culoare si coeziune, in genul "desene animate", "benzi desenate". Cu timpul, perceptia acestor persoane va deveni mai coerenta, mai vie.

Lumea Viselor este locul in care fiecare dintre noi calatorim noapte de noapte pentru a ne reincarca bateriile sufletului. Daca nu am visa, am muri. De cele mai multe ori, trecerea de la constienta de zi la cea de noapte se face prin adormire, fara continuitate. Visele cele mai vii au loc in stare Theta - Delta. Daca insa continuitatea constiintei nu este intrerupta, ci ne angajam cu intentie ferma cu un anumit scop, in a explora Realitatea Non - Ordinara, linistindu-ne mintea si centrându-ne, cu ochii inchisi, pe sunetul tobei sau al zuruitoarei, cand ritmurile noastre cerebrale ajung in zona Theta vom avea surpriza de a sesiza curand ca perceptia imprejurimilor se schimba. Acest proces este atat de uimitor,

Ciprian Bachigeanu

incat de multe ori mi s-a intamplat ca mintea sa imi reactioneze foarte prompt, scotindu-ma din starea vizionara. Se pare ca uneori mintii, Ego-ului le e frica sa abandoneze controlul. Cu timpul, aceasta problema "tehnica" se va diminua. Unificarea persoanei, integrarea constienta a laturii logice - mentale - egoice - corpusculare a emisferei cerebrale stangi cu intuitia - sentimental - sine - unda a emisferei cerebrale drepte cere timp si dedicatie, dar merita...

STRAMOSII, GHIZII SPIRITUALI SI SPIRITELE AJUTATOARE

1. STRAMOSII

Stramosii (Ancestors) de familie, de neam, de natiune, vad de unde se afla ceea ce se intampla in prezent. Date fiind starea lor actuala (de dupa moarte) de perceptie largita si de intelegere superioara, precum si iubirea de care sunt cuprinsi pentru urmasii lor, nu e de mirare ca aproape fiecare dintre noi are printre ghizii si protectorii sai cel putin cate un stramos personal, pe care l-a cunoscut sau nu in aceasta viata. Nu intamplator fiecare societate traditionala tine la loc de mare cinste stramosii. Ganditi-va putin: societatea moderna este asa cum o stim de relativ putin timp. De foarte putin timp avem computere, automobile, vedete de televiziune si modul de viata contemporan. In schimb, de foarte mult timp, sufletul uman si spiritele sunt la fel. Stramosii decedati recent sau de ceva vreme ne pot vizita in vise, luandu-ne cu ei in Lumea Cealalta, aratandu-ne cate ceva de dincolo de cortina. Mesajele pot fi simple sau elaborate, legate de probleme "minore" sau de intrebari metafizice majore. Initierile in vise sunt foarte frecvente; din pacate sunt de multe ori gresit interpretate, in lipsa unui cadru cultural adecvat.

2. SPIRITELE AJUTATOARE, ANIMALELE - FORTA (Spirit Helpers, Power Animals):

La nasterea fiecaruia dintre noi in aceasta lume, unul sau mai multe spirite ale naturii se ofera voluntari pentru a ne ajuta si proteja. Este vorba de spiritele speciilor respective, nu de spiritele unor animale individuale. O persoana poate avea mai multe spirite ajutatoare; in functie de cum decurge viata persoanei in cauza, un animal - forta poate fi inlocuit de altul, mai adecvat situatiei persoanei. Daca animalul - forta pleaca si nu e inlocuit de altul, aceasta se traduce in pierderea puterii persoanei, scaderea vitalitatii si in cele din urma aparitia unor boli. Remedierea acestei situatii se face prin recuperarea de catre shaman a animalului forta al bolnavului si readucerea lui in Realitatea Ordinara.

Candva, o persoana foarte speciala, de la care am invatat multe, mi-a aratat Animalul - Forta al sau. Sub clar de Luna plina, dupa anumite exercitii, am

Ciprian Bachigeanu

privit adanc in ochii persoanei. Sub privirea mea sustinuta, contururile fetei sale au disparut, iar ceea ce cu secunde in urma alcatuiau trasaturile fetei sale familiare s-au reorganizat formand in fata ochilor mei uimiti un tigru alb, maiestuos, respirand forta si demnitate. Explicatia nu a intarziat sa apara: "Maestrul meu l-a pus in mine ca sa ma protejeze si sa imi dea putere".

3. GHIZII SPIRITUALI

Ghizii Spirituali (Spirit Guides) pot fi in forma umana sau nu. O persoana poate avea (si de obicei si are) mai multi Ghizi Spirituali in acelasi timp. O sugestie: ne poate fi de ajutor in calatoria shamanica exprimarea intentiei de a ne intalni cu exact acel Ghid care ne poate ajuta cel mai mult in situatia data sau cu Ghidul Spiritual principal. De obicei se intampla de la sine asa.

Intalnirea constienta si interactiunea cu aceste spirite este insotita de sentimente foarte puternice si profunde. Sentimentul regasirii de sine este de multe ori atat de coplesitor in fazele initiale, incat multi dintre cei pe care i-am invatat sa calatoreasca pentru a se intalni cu aceste surse de putere si intelepciune raman fara grai sau plang. Aceste spirite sunt cei mai buni prieteni ai nostri, mereu gata sa ne ajute cu tot ce pot, dar, in acelasi timp, se numara si printre cei mai neglijati prieteni ai nostri. Marea majoritate dintre noi nu avem nici cea mai mica idee constienta despre existenta lor, de interactiunea constienta cu ei nu mai vorbim.

Comunicarea cu toate aceste categorii de spirite poate imbraca multe forme. De la inceput trebuie spus ca nu intotdeauna comunicarea este verbala. Uneori, spiritele aleg sa comunice telepatic. Alteori, ele portretizeaza o situatie din viata persoanei in cauza, jucand un fel de "teatru", in care fiecare detaliu e important. Alteori, ele aduc in constiinta persoanei o serie de amintiri ale unor evenimente trecute, aparent fara legatura, sau dimpotriva cu o legatura evidenta cu intrebarea. In sfarsit, in unele cazuri, ele vorbesc sau canta persoanei in cauza. Oricare ar fi cazul, interpretarea acestor comunicari este in sarcina persoanei. Scrierea de notite dupa fiecare calatorie shamanica sau vis semnificativ e o metoda excelenta de a pastra detalii care altminteri ar fi uitate. Totul are importanta: inclusiv culoarea cerului, momentul zilei, starea de spirit a fiecarui personaj, imaginile fugare de pe ecranul interior al memoriei.

4. REGULI DE PROTOCOL IN INTERACTIUNEA CU SPIRITELE

Amintiti-va, in calatoria samanica ne aventuram in Marele Mister. Paradoxul exista la tot pasul. Totusi, anumite reguli profunde de bun simt se aplica permanent. Intotdeauna salutati Spiritele pe care le intalniti. Daca ele dau semne ca nu doresc sa comunice cu dvs, nu fortati nota. Daca sunteti in cautarea animalului - forta al dvs, intrebati-le:

Ciprian Bachigeanu

“Esti tu animalul -forta al meu”? Daca raspunsul este NU, cautati mai departe. Cand il veti intalni pe cel pe care il cautati, atitudinea sa va fi afirmativa. Acel spirit se va arata dvs in mod repetat, de cel putin 4 ori. Sau va veni direct la dvs, raspunzand afirmativ la intrebarea dvs. Intotdeauna multumiti si salutati la plecare. La fel cum nu plecati din casa unui prieten fara a multumi pentru tratatie si fara a saluta, tot asa sa procedati si aici.

Daca apar spirite care par amenintatoare nu intrati in conflict cu ele. Mentineti o distanta sigura sau eventual plecati daca vreun spirit se manifesta agresiv la adresa dvs. Apelati la ajutorul sau sfatul ghidului sau animalului -forta al dvs. in astfel de cazuri.

In sfarsit, o regula foarte importanta: nici un Spirit nu vine la dvs. neinvitat. Daca va faceti rugaciunea inainte de calatorie, multumind si cerand protectie, exprimandu-va intentia de a va intalni si a interactiona cu Ghizii dvs, cu animalele -forta ale dvs., nu exista pericolul de a fi atacat sau posedat de vreun spirit malefic sau rauvoitor.

ŞAMANUL TRADITIONAL SI PRACTICANTUL MODERN AL METODELOR ŞAMANICE

Lectura unei carti tiparite nu vă va face shaman. Un seminar de week-end nu vă va face shaman. Aceste actiuni nu au cum inlocui anii lungi de pregatire psihica, fizica, spirituala care sunt necesari pentru consacrarea cuiva ca shaman in serviciul comunitatii sale. Ceea ce poate sa faca lectura unei carti sau a mai multor carti, este sa trezeasca interesul si respectul, daca nu cumva chiar iubirea fata de acesti pastratori ai traditiilor, fata de acesti minunati oameni care se pun chezasi pentru armonia individuala si colectiva a comunitatii lor cu Cosmosul. Medicina si psihologia moderna invata de la oamenii sfinti ai Amazonului, ai Americii de Nord, ai Siberiei, ai Australiei si ai Africii. Sa facem si noi asta.

Numai practicarea cu succes a metodelor shamanice in folosul comunitatii poate sa arate pe cineva a fi shaman. Nu te numesti tu, pe tine insuti, “shaman”, ci ceilalti membri ai comunitatii, ca urmare a ajutorului foarte real si palpabil pe care li l-ai acordat. Daca shamanul este “marele maestru al extazului” si nu oricine poate face asta, daca shamanul este doctorul sufletelor, cel care le vede, poate ca putem sa invatam si noi sa administram cui are nevoie o aspirina. Poate nu-i este dat fiecaruia sa fie doctor, dar o aspirina ar trebui sa stie fiecare sa administreze cand e cazul.

Initierile shamanice traditionale sunt duceri la limita posibilitatilor personale ale neofitului, deseori deliberat pana aproape de moarte. Primirea puterii de a shamaniza se intampla fie in urma unei boli dure, fie in urma unor accidente, fie in vis, fie prin interactiunea directa cu spiritele in conditii

Ciprian Bachigeanu

cvasinormale. Instruirea de catre un invatator uman, shamanul care isi transmite cunostiintele urmasilor este si ea necesara si binevenita, dar nu e niciodata suficienta.

Suficienta este doar instruirea si validarea din partea Spiritelor. Invatatura primita de la un copac este privita ca fiind mai valoroasa decat instruirea venind din partea unui om. Aceasta raspunde unor intrebari frecvente ale cititorilor pasionati ai cartilor lui Carlos Castaneda si anume: " Cum gasim un invatator? Cum gasim pe cineva care sa ne ajute in cautarea si mai ales in gasirea puterii, a cunoasterii, a vindecarii?". Desi in cartile lui Carlos Castaneda intrebarea aceasta isi primeste de multe ori raspunsul, se pare ca, dintr-un simt al umorului deosebit de dezvoltat, autorul nu a subliniat pasajele respective. Nu pot decat sa rad tinandu-ma cu mainile de burta ca Don Juan si Don Genaro, cand vad de cate ori a scris Carlito despre vorbitul cu plantele, cu copacii, cu orice. Sau, mai bine zis, cu oricine.

INITIERI SHAMANICE

a. Cautarea viziunii (Vision Quest)

Neofitul este lasat singur, fara mancare si fara apa, intr-un loc din natura (un varf de deal, o padure, o peștera), pe o durata de cateva zile (3, 4 zile, uneori mai multe). Singurele obiecte pe care le are la el sunt de uz ritualic. Catre sfarsitul perioadei de post, rugaciune si solitudine, neofitul ajunge in contact constient cu Spiritele sale ajutatoare / invatatori, contact care se mentine de cele mai multe ori pe toata durata vietii sale. Majoritatea societatilor tribale au avut / au astfel de probe initiatice, prin care toti membrii tribului treceau, la o anumita varsta. La daci durata probei era dintre cele mai lungi. Cautarea Viziunii (Vision Quest) este o practica la care se poate apela de mai multe ori in cursul vietii.

b. Ingroparea Sacra (Sacred Burial)

Anumite locuri au o energie mai buna decat a mediei. Ingroparea in pamant a persoanei se face cu un anumit ritual. Persoana este apoi lasata singura pe o anumita durata. Iubirea Mamei Pamant vindeca bolile, da viziuni calauzitoare. Aceasta initiere este asimilata intoarcerii in Pantecul Mamei Pamant. Participantii moderni la astfel de initieri marturisesc trairi deosebit de puternice si de pozitive, precum si efecte pozitive de durata in vietile lor.

c. Intunericul in inima caruia stralucește Lumina (Ceremonial Darkness)

Ciprian Bachigeanu

De cele mai multe ori, noi, oamenii moderni, cautam sa luminam intunericul. Insa "Lumina cea adevarata straluceste in mijlocul intunericului" Expunerea prelungita de ordinul zilelor la intuneric total determina schimbari in modul de perceptie, eventual culminand cu deschiderea ochiului puternic, ochiului inimii. Ceea ce oamenii numesc indeobste "lumina" este de fapt o reflexie intr-o lume a umbrelor, a perceptiilor din exterior. Ceea ce este cunoscuta ca "Lumina" in realitatea non - ordinara, nu produce umbre. Nu este perceputa ca o reflexie, ci ca o calitate intrinseca a tot ceea ce exista. Lumina interioara straluceste in inima intunericului.

d. Moarte - Reinviere (Death - Rebirth)

Initierea prin Moarte si Reinviere este una din cele mai dure. Vom spune doar ca, dupa anumite surse, initierea rezervata faraonilor Egiptului antic era o moarte - reinviere care dura trei zile, rastimp in care spiritului faraonului i se aratau tainele lumilor ascunse, el intorcandu-se cu cunoastere si putere de acolo. Acest tip de initiere este regasit pe toate meridianele, cu variatii nesemnificative.

Procedeele specifice acestui tip de initiere nu vor fi discutate aici, dar vom atinge un subiect mai la indemana si nemaipomenit de similar: Near Death Experiences - experientele la granita dintre viata si moarte sunt un subiect extrem de important. Cercetatori pionieri ai acestui domeniu au pus pietre de hotar deosebit de importante pentru noua paradigma. Persoane ca Raymond Moody, Elisabeth Kubler -Ross, Kenneth Ring, Melvin Morse si altii au scris carti etalon in acest domeniu, punand intr-o noua lumina si profunzime Cartea Tibetana a Mortilor, Cartea Egipteană a Mortilor si alte traditii legate de moarte si unde mergem cand murim. Dar mai important decat acestea, au furnizat materiale nepretuite oamenilor care de azi cauta sa isi regaseasca sensul vietii. Nu vom scrie aici din nou ceea ce au scris ei, dar vom sublinia anumite caracteristici care dupa parerea noastra fac din experienta NDE o INITIERE SUPREMA.

- 1.intalnirea literala cu LUMINA
- 2.starea de libertate , beatitudine , iubire insuflata de prezenta Luminii.
- 3.dorinta de cunoastere , autoimbunatatire manifestate de cei care au trecut prin NDE
- 4.puterea transformatoare , impactul personal al NDE : covarsitoarea majoritate a celor care au trecut prin NDE sunt schimbati pentru totdeauna, si spre bine. NDE sunt intalniri providentiale ale oamenilor din toate categoriile sociale cu Ghizii Spiritualii , cu Lumina , intalniri transformatoare , dupa care cu totii sunt mult mai constienti de necesitatea iubirii in toate aspectele vietii lor.

Ciprian Bachigeanu

Daca fiecare din noi a mai trait inainte de aceasta viata , atunci toti am trecut prin experienta mortii si a regasirii noastre insine dupa moartea fizica in acele stari descrise de literatura consacrata NDE-urilor . Toti am avut parte de initierea prin Moarte-Reinviere , dar nu ne amintim . Se poate spune in acest caz ca e vorba doar de a ne re-aminti ce am trait atunci cand am murit ...

e. Vindecatorul Ranit (Wounded Healer)

Boala privita / valorizata ca initiere este foarte raspandita. Vocatia shamanilor traditionali de peste tot se manifesta deseori ca o boala necrutatoare, care pune insasi viata persoanei in pericol. Cel ce trece el insusi prin chinul fragmentarii si al lipsei de putere, al suferintei, va avea compasiunea, stiinta si puterea necesara ajutorii celor din jurul sau, dupa ce vindecarea sa proprie survine.

STAREA ȘAMANICA DE CONSTIINTA, STARI HOLOTROPICE DE CONSTIINTA

Starea șamanica de constiinta, (SSC), cum a fost ea denumita de Michael Harner, este acea stare a constiintei in care perceptia lumii / Lumilor este modificata, largita, deosebita de perceptia asa zisa "normala" de zi cu zi (OSC - ordinary state of conscience). Realitatea Non - Ordinara este mitul Realitatii Ordinare, Realitatea Ordinara este mitul Realitatii Non - ordinare. (Michael Harner 1980). SSC este acea stare in care shamanul intra la propria vointa si percepe Realitatea Non - ordinara si actioneaza in ea, facand lucruri imposibil de facut in realitatea ordinara.

Eminentul savant de origine ceha **Stanislav Grof**, un psihiatru care si-a dedicat viata studierii starilor de constiinta largita, a denumit o intreaga serie de experiente si stari de constiinta intalnite in spiritualitatea de peste tot din lume, ca fiind "Holotropice" - tinzand spre intreg, spre intregire.

Lista mijloacelor prin care starile holotropice au fost si sunt atinse de catre oameni de-a lungul timpurilor este compusa din exact acele activitati ce au incarcatura initiatica, sacra, de conectare nemijlocita la Spirit, in toate culturile globului:

1. **Deprivarea de:** somn, de mancare (postul negru sau o dieta foarte specifica - precum, de exemplu, este asa numita "shaman's diet" din Amazonia), senzoriala (flotation tank sau varii grade de izolare senzoriala cum ar fi cele ce se regasesc in pesteri si grote)

2. **Dansul ecstic** - asa cum inca se regaseste in Africa, Brazilia, alte miscari specifice ale trupului (rotirile dervisilor, miscari ale capului, leganari,

Ciprian Bachigeanu

scuturari, metoda de dans "The Five Rhythms" a lui Gabrielle Roth, "Terpsichore Trance Therapy" a lui Leo Rutherford de la Eagle's Wing)

3. **Hiperventilatie** (o anumita forma de hiperventilatie este prezenta si in metoda terapeutica dezvoltata de Dr. Stanislav Grof, "Respiratia Holotropica") - anumite respiratii yoghine, tibetane si tinand de o intreaga gama de alte traditii.

4. **Folosirea percutiei monotone sau cvasimonotone** (tratata mai pe larg mai jos).

5. **Adoptarea posturilor corporale generatoare de transa** -redescoperite si sistematizate de Dr. Felicitas Goodman si asociatii sai (webpage: <http://www.ritualbodypostures.com/>) - vezi si articolele noastre despre aceste posturi corporale pe www.shamanism.nierika.ro.

6. **Folosirea Plantelor Invatator** - plantele sacre ale tuturor culturilor, dintre care amintim: Ayahuasca - din Amazonia, Iboga - din Africa, cactusul Peyote, cactusul San Pedro si alte plante sacre si derivati din ele.

7. **Rugaciune, meditatie, ritual, exercitii spirituale** (pentru o sistematizare diferita si mai cuprinzatoare, vezi S. Grof, "Psihologia Viitorului..." p. 21)

HELICOBACTER PYLORI IN STOMAC:

- Cu circa 15 minute inainte de mesele principale, de trei ori pe zi, beti cate o cana de suc proaspat de cartof crud, amestecat cu suc de varza cruda in parti egale. La doza de dimineata, este bine ca dupa ce beti sucul sa stati culcata 15 - 20 minute.

- Intre mese, de trei ori pe zi, luati cate 20 picaturi de tinctura de propolis intr-un pahar de apa calda (propolisul si apa nu sunt miscibile, tinctura precipita la contactul cu apa, asa ca trebuie turnata picatura cu picatura, amestecand mereu si bauta imediat, altfel tot propolisul ajunge pe peretii paharului si nu in stomacul dvs.). - Se poate creste doza de propolis la 40 - 50 de picaturi, de trei ori pe zi. Acest tratament trebuie continuat timp de cel putin trei luni, insotit de regimul alimentar specific si e bine sa fie reluat toamna si primavara timp de cativa ani.

HIDROCEL LA TESTICUL:

- O lingurita rasa de obligeana se lasa peste noapte in 1 / 4 litru de apa rece. Dimineata se incalzeste si se strecoara. Din acest lichid se ia cu o jumatate de ora inainte si dupa masa cate o lingurita, deci 6 inghitituri pe zi.

Ciprian Bachigeanu

- Preparati urmatorul amestec de ceaiuri: 300 g filimica, 100 g coada - soricelului, 10 g urzica, bine amestecate. Se opareste o lingurita de amestec cu o cana de apa. - Ratia pentru o zi este de doi litri de infuzie. Bolnavul bea dupa ceas, la 20 de minute cate o inghititura. In acest mod, ceaiul este bine acceptat de catre stomac. Din ratia zilnica de ceai se scoate cate 1 / 2 ceasca dimineata, la pranz si seara, adaugandu-se in ceai o lingura de bitter suedez. Se bea cu o jumătate de ora inainte si dupa fiecare masa. Ceaiul trebuie pastrat cald, intr-un termos.

- Se pun comprese cu coada - calului pe tot abdomenul, alternativ cu comprese cu bitter suedez (o compresa se umezeste cu solutie de bitter suedez si se aplica, dupa ce, in prealabil, zona a fost unsa cu alifie de galbenele). Compresele trebuie aplicate cat de des (cate doua ore dimineata si doua ore seara) si se lasa peste noapte.

INSOMNIE:

- Somnifer naturist se obtine astfel: se curata 4 mere ionathan, iar coaja se infuzeaza in 250 ml apa, intr-un vas cu capac (se ridica repede capacul, se rastoarna cojile pregatite pe o farfurioara si se pune capacul la loc).

- Se opreste focul, se da vasul deoparte timp de 10 -15 minute (cu capacul pus). Se adauga o lingura rasa de miere. Se consuma cojile de mere ca atare, iar zeama se soarbe incet, din lingura.

- Toata operatiunea trebuie sa dureze 45 de minute. Efecte asemanatoare produc merele sau compotul de mere ionathan consumate seara, inainte de culcare.

- O cana de ceai de urzica vie, inainte de culcare, este adesea un bun somnifer. Masarea puternica a talpilor (cel putin 5 minute fiecare), precum si imitarea cascatului pana cand apare cel natural, sunt metode de inducere a somnului. Imitarea cascatului este un bun mijloc de destresare.

- Un pahar cu apa in care s-a dizolvat o lingurita de miere, baut cu inghitituri mici, poate fi un bun somnifer. Evitati mesele bogate dupa ora 18:00.

Seara, inainte de culcare, lasati fereastra deschisa timp de 10 minute. Lipsa somnului intre orele 2:00 - 4:00 poate indica o oboseala puternica sau iritarea ficatului, acestea fiind orele de maxima activitate a sa. Digestia proasta sau acumularea de toxine este, de cele mai multe ori, adevarata cauza a insomniei = se iau parti egale din urmatoarele plante - musetel, coada - soricelului, sunatoare, busuioc si se amesteca omogen. Se face o infuzie cu un pumn de plante la un litru de apa. Se beau 3 - 4 cani pe zi.

LEACURI:

- Suc pentru sufocari - se prepara o infuzie dintr-o lingurita de spin alb, oparita cu 250 ml apa. Se lasa sa stea 10 minute, se strecoara, apoi se adauga 3

Ciprian Bachigeanu

cuburi de gheata si se bea lichidul dupa ce ele s-au dizolvat.

- Leac pentru picioare obosite - intr-un lighean cu apa calda se dizolva trei aspirine. Se tin picioarele inauntru, pana ce apa se raceste. Este foarte reconfortant.

- Senzatie de lesin - se umple un pahar cu apa si se inclina in sens invers, ca si cum ai vrea sa dai altcuiva sa bea, dar bei tu. L-am incercat pe mine si are efect fulgerator.

- Contra otitei - se incalzeste o felie de slanina de porc, neafumata si nesarata, intr-o tigaie, atat cat sa suporte bolnavul. Apoi se pune intr-o panza curata si se aseaza pe urechea bolnava. Se tine capul aplecat in partea cealalta.

LEUCEMIILE:

Prin **leucemie** se intelege o inmultire maligna a unor celule din sange - globulele albe (leucocite). **Popular**, termenul folosit este de "cancer al sangelui". Alarmanta inmultire a cazurilor de imbolnaviri din ultimele doua decenii face sa se vorbeasca despre o "explozie" a leucemiilor, multe dintre ele fiind puse pe seama iradierii, a accidentului nuclear de la Cernobal. In mod normal, rolul primordial al globulelor albe este acela de a descoperi si anihila prezenta unor "invadatori" sau a unor agenti agresori din afara organismului, care pun in pericol sanatatea. In sens larg, aceasta este imunitatea.

Cauza bolii

Originea leucemiilor este laborios cercetata intr-un Progam Global la care participa mii de medici si biologi din lumea intreaga. Printre cele mai notabile rezultate se afla o descoperire de data recenta: localizarea genelor, care, prin activare in diferite situatii, initiaza procesul de declansare a bolii. Numite **oncogene**, ele sunt localizate in deja cunoscutul cromozom Philadelphia din nucleul celular, banuit de cateva decenii ca are oarecare implicatii in initierea leucemiilor. La originea bolii se afla deci o structura genetica, pe care ceva o activeaza intr-un mod negativ.

Ce factori declanseaza leucemiile

Lista "suspectilor" banuiti ca ar putea declansa un proces leucemic e lunga. Cazuistica adunata de-a lungul timpului plaseaza la loc de frunte **radioactivitatea**, care, peste anumite doze, poate declansa leucemia. In sensul acesta, inca si astazi mai apar cazuri noi de boli semnalate in teritoriile afectate de accidente nucleare, ca de pilda Ucraina (la Cernobal), dar si in teritoriile din nordul Moldovei, unde vantul a purtat norul radioactiv. Cazuri multiple s-au semnalat si dupa Razboiul din Golf ori, mai recent, dupa bombardamentele din Iugoslavia. Cei ce locuiesc in preajma unor surse puternic generatoare de campuri electromagnetice (statii de radio - TV, radar, centrale sau retele electrice

Ciprian Bachigeanu

de inalta tensiune) sunt si ei expusi unor virtuale imbolnaviri de leucemie sau altor forme de cancer. Infectiile repetate, mai ales cele virale, cu anumiți virusi (herpes - 6 - 7, hepatitic - C, infectiile cu HIV sunt, de asemenea, incriminate in producerea leucemiilor). Daca la o analiza a sangelui, **VSH** -ul este mai mare de 30 m.m. / h, in mod repetat, de 2 - 3 ori intr-un trimestru, acesta este un semnal de alarma care indica existenta unei infectii susceptibile de a fi leucemica.

Aspiratoarele de uz casnic si instalatiile de aer conditionat pot fi si ele nocive, pentru ca incarca electrostatic particulele de praf din locuinte si automobile. Arsurile intinse, interventiile chirurgicale si extractiile dentare pot initia un proces leucemic la unii copii debilitati, supraponderali sau alergici, pentru care un mare pericol il reprezinta si expunerile prelungite la soare ori alimentatia incorecta. Cunosc numeroase astfel de cazuri de leucemii; de pilda, un copil de 5 ani, care zilnic primea mancare de varza sau cartofi cu slanina, costita ori sunca; un alt copil, in varsta de 8 ani, care zilnic, la fiecare din cele trei mese, primea cartofi prajiti cu friptura, ciocolata sau alte dulciuri (era putin supraponderal si cu amigdalele scoase in urma cu doi ani). Atat copiii, cat si adultii supraponderali se imbolnavesc mai des. Pe cat posibil, amigdalele si apendicele trebuie pastrate, deoarece isi au rostul lor in imunitatea naturala a organismului pe toata durata vietii. **Factori de risc** in leucemii pot fi considerati si un regim de viata sedentar, hipercaloric, cu multa carne si lipsit de fructe si zarzavaturi proaspete, precum si poluarea atmosferica, cu mult trecuta peste limitele admise, mai ales in orasele mari, ca Bucurestiul, care nu-si protejeaza zonele verzi.

Forme de leucemii

In mare, se disting trei tipuri de boli:

1. **Leucemia Acuta** (cu multe tipuri), cu evolutie mai precipitata, mai frecventa la copii in primii 7 ani de viata, caracterizata printr-o inmultire anormala a diferitelor globule albe.

2. **Leucemia Mieloida Cronica** este caracterizata prin inmultirea leucocitelor patologice, care, pornind de la locul lor de formare in gene, invadeaza sangele, putand sa se infiltreze in orice loc din organismul bolnav, producand simptome locale. Aceasta leucemie este in principal boala adultului tanar, dar poate fi intalnita la orice varsta.

3. **Leucemia Limfatica Cronica** este mai raspandita la adulti, intalnindu-se numai in mod exceptional la copii.

Simptomele percepute de bolnav pot fi: astenie fizica, pierderea poftei de mancare, dureri de oase si incheieturi, paloarea tegumentelor, febra, pete rosietice pe piele, hemoragii nazale sau in conjunctivitele ochilor ori in urina. Nu exista nici o corelatie sigura intre tipul celular de boala si semnele clinice.

Diagnosticul bolii se pune numai prin analiza sangelui, ce poate releva cresterea numarului globulelor albe peste normal (4 - 6 mii), ajungand la zeci ori sute de mii. Exista si

Ciprian Bachigeanu

cazuri in care analiza sangelui este normala, diagnosticul acestor boli, stabilindu-se numai prin punctie osoasa sau ganglionara (sub anestezie locala sunt suportabile si de catre copii). Un semn de prezenta a bolii este si numarul mult scazut al valorii colesterolului.

Tratamente si alte recomandari

Tratamentul in leucemii, ca de altfel in toate bolile maligne, este mai agresiv, cu unele efecte nedorite, greu de suportat de unii bolnavi, motiv pentru care multe familii apeleaza in mod exclusiv la terapia alternativa, naturista, renuntand la cea clasica, conventionala. In calitate de medic, deschis la virtutile unor tratamente cu plante si ale regimului alimentar, atrag atentia ca, in cazul leucemiei, apelarea in mod exclusiv la tratamentele alternative reprezinta o mare eroare. **Tratamentul cu medicamente si raze** are in vedere faptul ca la inceputul bolii, se produc celule bolnave concomitent cu cele sanatoase.

Tratamentul cauta sa distruga focarele de productie a celulelor leucemice si in acelasi timp sa conserve zonele ce nasc celule normale. Este imbucurator faptul ca, in ciuda marii diversitati a bolilor leucemice, medicii specialisti in oncologia sangelui au elaborat pentru fiecare din ele scheme de terapie foarte riguros stabilite. Tratamentele cu medicamente, citostatice, interferoni, radioterapia, transplantul de maduva constituie un arsenal terapeutic eficient. In mod obisnuit, leucemiile regreseaza dupa primele tratamente, daca sunt competent stabilite. Din nefericire, "recaderile" nu mai raspund in totalitate la interventiile medicale actuale. Totusi, graficul vindecarii (atat la copii, cat si la adulti) creste consecvent in ultimul timp. Importanta regimului alimentar si a altor masuri complementare. Cercetatorii din domeniul nutritionist au evidentiat existenta unei relatii intre aparitia leucemiei si felul alimentatiei, mai precis daca aceasta din urma este bogata sau saraca in compusi antioxidanti. Acestia au o foarte puternica actiune de contrare a radicalilor toxici ai oxigenului, implicati direct in mai toate bolile neoplazice, degenerative, cat si in procesele de imbatranire. Noi, oamenii, suntem programati sa vietuim circa 120 de ani, afirma biologia, dar prin alimentatia pe care o folosim, ne ucidem singuri. Iata de ce revistele de specialitate din lume recomanda in ultima vreme insistent orientarea alimentatiei catre fructe si vegetale, cat mai neprelucrate termic si chimic, bogate in compusi antioxidanti, vitaminele A, E, C, unele proteine si enzime, derivati colagenici, anumiti acizi grasi. Se considera ca si aparitia leucemiei este consecinta scaderii rezistentei naturale a organismului, deci a imunitatii, iar redobandirea ei poate fi obtinuta cu mijloace cat mai naturale. (Vitamina A, printr-un derivat activ al sau, are si rol antiproliferativ, astfel ca, in doze uzuale, poate asigura remisia unor leucemii aflate in stare incipienta). Preferintele pentru diverse varietati de varza (alba, rosie, de Bruxelles, broccoli, conopida) explica incidenta scazuta a leucemiilor in tarile unde ele se bucura de un consum sporit (ele fac organismul

Ciprian Bachigeanu

mai rezistent la agresiunea substantelor cancerigene). Incluse in alimentatia pacientilor supusi curelor cu medicamente citostatice si radioterapiei, aceste vegetale reduc efectele secundare si fac curele mai usoare. Despre alimentatia adecvata fiecarui tip de grupa de sange (din sistemul ABC) si despre regimul alimentar mediteranean se poate spune numai de bine, dar cercetarile sunt inca in curs. Postul alimentar isi are locul cu mult succes si in tratarea acestor suferinte. Foarte important este si un consum sporit de apa, care asigura o mai buna circulatie a sangelui asociat, pe cat posibil, cu mai putina cafea si alcool.

Se poate vorbi de posibilitatea prevenirii leucemiilor?

Pana cand ingineria genetica va deveni o arma generala de lupta cu boala (prin depistarea rapida si neutralizarea ei), e bine sa tinem seama de factorii de risc ai proliferarii bolii, incercand sa ii evitam. Astfel, feriti-va de excesul de medicamente. Limitati expunerea la soare a persoanelor cu pielea sensibila, a copiilor limfatici, a alergicilor. Reduceti examenele radiologice, mai ales la copii. Evitati alimentele conservate si cele modificate genetic. Recent s-a interzis clonarea porcilor, motivul fiind transmiterea de virusi la om (30 de retrovirusi necunoscuti, unii suspectati de producerea leucemiei la om).

LICHENI PLAN - ORAL RECIDIVAT:

Faceti o infuzie din pelin (Artemisi absinthium) - 1 / 2 lingurita de planta uscata la 500 ml apa. Faceti gargara dupa fiecare masa, chiar de 5 - 6 ori pe zi. Preparati si o tinctura de usturoi in felul urmatoar: 4 capatani de usturoi se curata, se piseaza si se lasa la macerat cu 100 ml ulei, timp de o saptamana. Se strecoara prin tifon si se pastreaza intr-o sticluta de culoare inchisa. (Tinctura obtinuta nu mai miroase a usturoi, ci a porumb fiert.) Cu un chibrit pe varful caruia infasurati putina vata, ungeti bine toata cavitatea bucala, mai ales gingia, la baza dintilor. Trebuie sa mergeti la dentist, in caz ca aveti carii sau probleme care intretin flora microbiana. Nu consumati lapte si produse lactate, pe toata durata tratamentului. Sugeti o bucatica mica de scortisoara sau cateva cuisoare in timpul zilei, deoarece sunt dezinfectante puternice. Schimbati-va pasta de dinti cu pasta de dinti pentru copii. Alimentatia trebuie sa fie 50% vegetariana.

LOMBOSCIATICA:

2 kg de parafina alba (lumanari de nunta sau botez). Taiati-le bucati si topiti-le in tava de prajituri. Lasati sa se inchege si inca fierbinte (cat sa suporte cotul), rasturnati foaia de parafina pe mijlocul unui prosop impaturit in doua. Pentru a se desprinde de tava, treceti cateva clipe pe dosul tavii un fier incins. Acoperiti cu restul prosopului parafina si cineva sa v-o aplice asa calda pe zona lombara, modeland prin presare forma corpului. Acoperiti-va cu un cearsaf +

Ciprian Bachigeanu

perna + pled si stati asa pana ce parafina se raceste. Scoateti-o, stergeti locul si imbracati-va cu ceva cald. Tratamentul se repeta de 8 -10 ori.

MASTOZA FIBROCHISTICA:

Extract de lemn dulce (*Lycium plus*), un antioxidant foarte puternic: se iau 3 - 4 tablete pe zi. - Cura de dezintoxicare - in care consumam mai mult de 2 litri de lichid pe zi, folosind si Golden Yacca (3 tablete pe zi) si Aloe vera gel.

- Dieta bazata pe proteine vegetale (soia, lecitina de soia), legume cat mai putin procesate termic si fructe cu boabe. Suplimentar, am luat calciu cu magneziu (naturale), consumand si alimente bogate in calciu, recomandate de dna Stavarache, de exemplu: oua, lapte de soia, iaurt natural, sardine, broccoli, spanac.

NAPRASNICUL si MARUL - LUPULUI

(Doi adversari redutabili ai cancerului)

NAPRASNICUL (*Geranium robertianum*), (Ciocul cucoarei, iarba sangelui, incheatoare, priboi, sovarf)

Proprietati terapeutice (exceptionale)

Dupa doi ani de observatii asupra acestei plante, au iesit in evidenta cateva proprietati ale sale, exceptionale in tratamentul urmatoarelor afectiuni: cancer, stari precanceroase, tumori benigne, sterilitate masculina si feminina, afectiuni inflamatorii ale intestinului. El s-a dovedit si un adjuvant pretios in tratarea diabetului, herpesului (mai ales genital), a diverselor disfunctii hormonale, a epistaxisului, a bolilor pulmonare asociate cu o puternica devitalizare. Un secret al puterii tamaduitoare a naprasnicului este actiunea sa vitalizanta foarte puternica, fiind extrem de eficient mai ales la pacientii slabiti de boala, cu resurse vitale scazute, cu un sistem imunitar deprimat. O alta trasatura importanta este actiunea sa reglatoare hormonala deosebita, el avand un efect asemanator progesteronului. In plus, este un adevarat balsam pentru tubul digestiv, taninurile pe care le contine in tulpinile sale cicatrizand leziunile, reducand inflamatiile, inactivand focarele de infectie. Un alt element important este ca naprasnicul are o toxicitate foarte redusa, el putand fi folosit practic fara risc.

Ciprian Bachigeanu

- o calitate foarte importanta a naprasnicului este efectul sau revigorant. Din vremea dacilor, el este folosit contra sterilitatii feminine si masculine, contra impotentei, pentru reintinerire. - un caz de sterilitate masculina s-a vindecat spectaculos cu ajutorul acestei plante. Pacientul, in varsta de 30 de ani, a tinut mai intai un regim de dezintoxicare (alimentatie fara carne, fara aditivi sintetici, fara zahar, fara alcool si tutun) de 45 de zile, dupa care a trecut la o cura cu ceai de naprasnic de trei saptamani. Analiza facuta ulterior a pus in evidenta faptul ca numarul de spermatozoizi crescuse de la 70 de milioane la 100 de milioane pe cm³, iar mobilitatea acestora se imbunatatise extraordinar, medicii constatand uluiti ca pacientul (tratata fara efect vreme de 4 ani cu medicamente clasice) era complet vindecat dupa doar doua luni de tratament cu alimentatie vegetariana si naprasnic.

Preparare si administrare

Pulberea de naprasnic: se macina fin planta uscata, in piua sau cu rasnita electrica, dupa care se cerne prin sita pentru faina alba; din pulberea fina rezultata se iau 1 - 2 lingurite de trei ori pe zi; planta se tine sub limba vreme de un sfert de ora, dupa care se inghite cu apa. Cu aceste remedii s-au obtinut rezultate extraordinare in cancer (mai ales uterin si ovarian, de prostata, al vezicii urinare, mamar, pulmonar, intestinal), adenofibrom uterin si mamar, chist ovarian (ovare polichistice), leucemie, sechele ale iradierii, lichen plan oral.

Unii terapeuti folosesc in cancer naprasnicul si ca un remediu complementar spanzului - naprasnicul opreste diareea (unul din efectele neplacute ale spanzului), revigoreaza organismul si anihileaza partial toxicitatea spanzului.

Ceaiul de naprasnic: o mana de frunze si flori uscate nemacinate se pun cu o cana (250 ml) de apa la inmuiat de seara pana dimineata; dimineata se filtreaza licoarea rezultata (care nu este altceva decat un macerat), iar planta ramasa se fierbe unu - doua minute. Se lasa sa se raceasca vreme de jumatate de ora la temperatura camerei acest decoct, apoi se filtreaza; la sfarsit, se combina maceratul cu decoctul racit; se beau 3 - 4 cani din acest ceai pe zi, pe stomacul gol. Ceaiul se bea inghititura cu inghititura (unii terapeuti recomanda sa se bea cu lingura). Este extrem de eficient in tratarea sterilitatii (la barbati si la femei), a impotentei, frigiditatii, diabetului, afectiunilor pulmonare (pneumonie, tuberculoza, mai ales asociate cu o stare de slabiciune generala), reumatismului. Extern, se fac spalaturi cu acest ceai in tratarea leucoreei si a herpesului genital. Pentru tratarea epistaxisului (curgea sangelui din nas), intr-o cana de ceai concentrat de naprasnic se pune o lingurita de sare si se amesteca bine. Din aceasta solutie se pune putin cate putin in nas, cu ajutorul unei pipete sau al unui tampon de vata.

Descriere si recoltare

Ciprian Bachigeanu

Naprasnicul (*Geranium robertianum*) creste in padurile umbroase de molid, de fag, in locuri umede si numai la umbra. Planta are tulpina frageda, inalta de 25- 40 cm, frunze acoperite pe ambele fete de perisori si flori roz, de nuanta violacee, cu miros neplacut, de oaie. Dupa ce floarea se scutura, ramane fructul, in forma de cioc de barza, plin de seminte marunte. Se culege partea aeriana a plantei, adica tulpina, frunze si flori. Planta se taie de la baza cu foarfeca (nu o smulgeti din radacina). Uscarea ei se face in strat subtire, in poduri umbroase si foarte bine aerisite. O data pe zi, planta trebuie intoarsa, mai ales daca locul de uscare nu este prea bine aerisit. Se pastreaza in punga de hartie. Termenul de valabilitate al plantei uscate este de maximum doi ani.

MARUL - LUPULUI

(*Aristolochia clematitis*)

(*Curcubetica*, boasele popii, remf, lapadatoare)

Utilizata intern si extern, marul - lupului este un adevarat elixir, intr-o multitudine de boli. In tratamentul cancerului, ea concureaza indeaproape spanzul, avand o eficienta extraordinara si o toxicitate considerabil mai mica, fara a da efectele secundare greu suportabile ale acestuia. Marul - lupului este in primul rand un stimulent si regulator de exceptie al sistemului imunitar (dupa parerea multor specialisti - fara egal in flora europeana). Apoi, marul - lupului este un extraordinar cicatrizant si antiinfectios, fiind de neinlocuit in tratarea sechelelor de dupa interventiile chirurgicale complexe (de exemplu, cele facute pentru extirparea tumorilor)

Retete de sanatate cu marul - lupului

- Cancer intestinal, genital, de rect, de prostata - se recomanda clismele si irigatiile cu marul - lupului, facute o data la 1 - 2 zile, cu urmatorul extract: 1 lingura rasa de pulbere de marul - lupului, 1 lingura de radacina de tataneasa si 1 lingura de floare de musetel se lasa la inmuiat in jumătate de litru de apa, de seara pana dimineata, cand se filtreaza. Maceratul se pune deoparte, iar planta ramasa dupa filtrare se fierbe in jumătate de litru de apa, pana cand scade la jumătate. Se lasa la racit decoctul, dupa care se combina cu maceratul. Cu preparatul astfel obtinut se fac clisme cu ajutorul irigatorului. Lichidul se tine in intestin vreme de 10 minute, inainte de a fi eliminat. In cancerul genital la femei, se fac alternativ: o zi clisma si o zi irigatii vaginale cu acest extract.

- Cancer pulmonar - se fac 7 zile la rand clisme, dupa care se face o pauza de trei zile si se continua intern cu ceai de marul - lupului, preparat dupa aceeasi

Ciprian Bachigeanu

metoda de mai sus, dar fara tataneasa. Se beau de trei ori pe zi cate 60 ml (aproximativ 12 linguri) din acest ceai, pe stomacul gol. Daca va confruntati cu inapetenta puternica, puteti adauga in ceai putina menta si macris iepuresc (Rumex acetosa). Este foarte important sa nu depasiti dozele la acest ceai, deoarece in cantitate de peste 1 gram pe zi marul - lupului poate avea efecte toxice.

- Cancer esofagian, la limba - in afara tratamentului descris la cancerul pulmonar se face gargara cu ceaiul de marul - lupului, tataneasa si musetel, preparat intocmai ca si cel pentru clisme.

- Cancerul de piele - se face tratamentul de la cancer pulmonar si in plus se aplica extern o cataplasma cu tataneasa si marul - lupului. Cele doua plante se macina bine (cu rasnita electrica de cafea), iar apoi se iau doua linguri din fiecare, se amesteca cu apa pana se formeaza o pasta. Aceasta pasta se intinde pe locul afectat printr-un tifon si se lasa vreme de 2 - 3 ore. Aplicatia se repeta pana la disparitia totala a leziunii.

- Cicatrici dupa interventii chirurgicale care se vindeca greu - se aplica zilnic cataplasme cu marul - lupului si tataneasa, facute intocmai ca si cele de la cancerul de piele.

- Infectii genitale cu trichomonas, papiloma, chlamidya - se fac spalaturi vaginale cu un ceai preparat la fel ca cel pentru clisme (descrie la cancerul intestinal). Tratamentul se face vreme de 7 -10 zile, cu doua saptamani de pauza, pentru refacerea florei vaginale. In infectiile cu chlamidya si in cele bacteriene, va fi respectat cu strictete tratamentul cu antibiotice prescris de medic, cele doua terapii mergand foarte bine in paralel.

- Abcese, furuncule, rani purulente - cu urmatoarea reteta, foarte multi oameni au scapat de infectii greu vindecabile, de interventii chirurgicale si chiar de amputari. Tinctura de marul -lupului: intr-un borcan cu filet se pun frunze uscate de marul - lupului bine pisate ori macinate cu rasnita de cafea, pana se umple borcanul. Apoi se adauga rachie natural de minimum 400 cat cuprinde, amestecand din cand in cand, ca sa fie bine patrunda planta. Se inchide borcanul si se lasa la macerat vreme de 14 zile, dupa care se filtreaza prin tifon. Se pun comprese pe locurile infectate cu tinctura obtinuta. Am vazut mai multe cazuri cu pacienti carora trebuia sa le fie amputat degetul, salvat ca prin minune, doar tinandu-l la inmuiat intr-un vas cu aceasta tinctura, vreme de cateva zeci de minute pe zi. In cazul in care nu aveti timp sa lasati tinctura la macerat, folositi cataplasma descrisa la cancerul de piele.

- Hepatita virala (A, B, C) - se ia de trei ori pe zi, pe stomacul gol, un varf de cutit de pulbere de marul - lupului (aproximativ 0,25 g) impreuna cu cate o lingurita de pulbere de anghinare (Cynara scolymus) sau iarba de tintaurea (Centaurea umbellatum).

Unde gasim marul - lupului

Ciprian Bachigeanu

Este o planta pe care o gasim in zonele de campie, printre semanaturi, la margine de paduri, pe dealuri (in vii), de-a lungul sinelor de cale ferata. Creste inalta de vreo jumătate de metru, are tulpina destul de tare si infloreste de la sfarsitul lui mai pana la inceputul toamnei, facand niste flori mici si galbene, cu un miros neplacut. Se recolteaza planta aeriana: tulpina, frunze, flori (deci fara radacina). Planta se usuca la umbra, in locuri bine aerisite. Pana nu de mult, era folosita in farmacii sub denumirea de **REMF**.

ATENTIE, MARUL - LUPULUI ESTE TOXIC!

Este important de stiut ca administrarea orala de marul - lupului poate fi foarte periculoasa pentru organism. In doze mai mari de 8 grame (la adulti), administrat intern, duce la intoxicatii cu aparitia unor

simptome ca: greata, varsaturi, scaune numeroase (uneori sangviolente), urinari dese, inflamatii severe ale rinichilor, tulburari circulatorii. Utilizat extern, nu prezinta nici un fel de inconveniente, cu conditia sa fim atenti la manipularea si depozitarea sa corecta.

Toate tratamentele interne vor fi facute sub directa indrumare si supraveghere a unui medic. In caz de intoxicatie, de la primele simptome, adresati-va de asemenea medicului curant. Tratamentul consta in voma terapeutica (spalaturi gastrice), administrarea de carbune medicinal, producerea unei purgatii puternice. Nu faceti tratamente interne cu **REMF** (marul - lupului) fara indrumare medicala. Daca aveti in casa plante toxice, atunci pastrati-le in dulapiorul de medicamente bine inchis si puneti la indemana si antidotul elementar - carbunele medicinal, care trebuie administrat imediat, pana ajungeti la cea mai apropiata unitate sanitara.

NERVI:

Se foloseste uleiul de ricin, cu care se freaca usor zona afectata dimineata si seara, inainte de culcare.

NEVROZA ASTENICA:

- **Radacini de valeriana:** pulbere - cate 1 g de trei ori pe zi - se tine sub limba 15 - 20 de minute, dupa care se inghite cu putina apa. **Macerat** - 2 lingurite de planta la cana, se beau 2 - 3 cani pe zi (se pun in apa rece, timp de 4 - 6 ore). Conuri de hamei - pulbere sau macerat, ca mai sus. Se mai poate folosi planta, asezand-o intr-un saculet de panza care se pune in dreptul nasului, pe perna, la culcare.

- **Catina alba** - 4 g pe zi, cate o lingurita de planta pulbere, se tine sub limba. **Macerat** - 2 - 3 lingurite la o cana pe zi.

gastii - ca mai sus.

- **Talpa** -

- **Seminte de marar** -

Ciprian Bachigeanu

decoct dintr-o lingurita la cana, ce se bea la culcare. Bai 150 g extract de ace de pin la o cada de apa calda (37°C), timp de 15 - 20 de minute. Zilnic, o baie, timp de 15 - 20 de zile. Se repeta de 2 -3 ori pe an.

Alte recomandari:

- Inchinati lui Dumnezeu rezultatele fiecarui procedeu in parte. Suntem permanent in grija Sa.

- Luati dimineata, pe stomacul gol, o lingurita de polen, iar seara, la culcare, o lingurita de miere.

-Evitati pe cat posibil consumul de carne de orice fel, zaharul alb (din comert). Folositi mierea de albine sau zaharul invertit (450 ml apa, 1 kg zahar se pun la fiert. Cand incepe fierberea, se adauga sucul de la o lamaie, timp in care se ia spuma si se mai fierbe 10 minute. Se raceste si se consuma).

-Ascultati si spuneti bancuri.

-Rasul este o terapie excelenta pentru dvs.

-Amintiti-va permanent ca sunteti un om normal, sanatos, dornic de viata, de dragoste. -Ascultati muzica multa de Albinoni, Bach, Beethoven, Debussy, Gounod, Mozart, Dvorj#k, Mahler, Ceaikovschi, Vivaldi, Haydn.

-Muzica electronica de Jean Michel Jarre, Vangelis.

PAR CADERE:

Mai intai, se face o dezintoxicare a organismului, prin renuntarea la mancaruri grase, alcool, tutun. Se vor consuma multe fructe, legume si zarzavaturi crude, ca atare sau sub forma de salate (rosii, castraveti, varza cruda, marar, patrunjel, telina, salata verde, frunze proaspete de ridichi, prune, coacaze, mere, piersici, mure). Dezintoxicarea trebuie sa fie de durata cat mai mare. Extern - toata suprafata corpului trebuie sa fie supusa la o curatenie riguroasa, de la talpi pana-n crestet. Pentru aceasta, se fac bai generale cu infuzie din urmatoarele plante medicinale: un smoc bun de frunze de nuc, un smoc de cicoare (flori cu tot cu tulpina), un smoc de pelin, un smoc de frunze de patlagina, un smoc de rozmarin, cativa rugi de mur si un pumn de frunze de mesteacan (nu se intampla nimic daca nu gasiti 1-2 plante). Se amesteca bine plantele, se oparesc cu apa clocotita si se lasa la infuzat timp de 1-2 ore, dupa care se strecoara si se spala corpul pe toata suprafata, folosindu-se si 2-3 linguri de bicarbonat de sodiu la circa 10 litri de infuzie. Dupa aceasta baie, se aplica tratamentul de baza. Se frictioneaza locurile afectate cu usturoi. Se alege catei de usturoi mai mari, se curata si li se taie varful, dupa care se cresteaza pentru a deveni zemosi. Cu partea zemoasa se maseaza locurile afectate, frecandu-se in mod circular. Se taie partea folosita si se cresteaza din nou, aplicand acelasi procedeu pana cand se cuprinde intreaga suprafata a

Ciprian Bachigeanu

corpului. Daca este posibil, aceasta operatiune trebuie repetata zilnic, seara si dimineata. Baia generala cu plante se face din trei in trei zile. Spalarea partilor masate cu usturoi se face o data la doua zile, cu apa calda si sapun, limpezindu-se cu apa calda in care s-a dizolvat o lingurita de bicarbonat la 1 / 2 l apa. Dupa spalare si uscare, se aplica masajul cu usturoi. Mai intai va creste un puf alb, care va deveni un par sanatos, de culoarea celui pe care l-ati avut anterior. Tratamentul are efect vizibil dupa cateva zile si se poate continua pana la obtinerea rezultatului dorit.

PARAZITI:

Dimineata, prima masa sa fie constituita din 4 linguri de orez crud. Orezul se spala bine si se lasa la inmuiat o ora (este mai bun orezul cu bobul rotund, se inmoaie mai bine). Se inghit boabele intregi sau se mesteca, apoi se consuma 1 / 2 l apa distilata sau de izvor, inghititura cu inghititura, timp de o ora. Dupa masa, nu se mai mananca nimic cel putin 2 ore. In lucrarea sa, "Cancer, paraziti", **Rudolf Breuff** afirma ca nu exista paraziti care sa reziste orezului crud, deoarece este un puternic detoxifiant. Seara, la culcare, se consuma 100 g seminte de dovleac si o cana cu infuzie de cimbrisor. **Alimente recomandate** in timpul tratamentului: grau, porumb, orez, fasole, legume fierte cu condimente si ghimbir, branza, ardei iute, piper negru, papaya, banane, mere, castraveti.

Alimente interzise: fructe foarte acre sau foarte dulci, carne, peste, produse lactate (mai putin branza), zahar, melasa, cartofi, grasimi, nuci, biscuiti.

Tratamentul dureaza 45 de zile.

PARKINSON:

Se ia o mana buna de frunze proaspete de macrisul - iepurelui, se spala si se dau prin storcatorul electric. Din suculet obtinut, se iau din ora in ora 3-5 picaturi diluate in ceai de coada - soricelului. Ceaiul se prepara astfel: o lingurita cu varf de flori de coada - soricelului se opareste scurt cu apa fierbinte si se lasa la infuzat circa 1 minut. In paralel, se frictioneaza coloana cu suc proaspat de macrisul- iepurelui si cu tinctura de coada - soricelului, alternativ. (Daca nu gasiti tinctura in magazinele naturiste, v-o puteti prepara si singur: se umple o sticla de 1 / 2 l cu flori de coada - soricelului, se adauga rachie de seara sau de fructe de 38 - 40 l cat sa le acopere, apoi se lasa la macerat la soare, timp de 14 zile). Pe parcursul zilei, se aplica pe regiunea occipitala, timp de 4 ore, comprese cu bitter suedez. Daca pe langa miscarile de tremur survine si o oarecare rigiditate a membrelor, se fac bai de cimbru: 200 g cimbru sunt puse peste noapte la macerat intr-o galeata cu 6 - 8 l de apa rece. A doua zi apa se incalzeste, iar extractul este turnat in apa de baie. Durata baii sa nu fie mai mare de 20 de minute, iar inima sa

Ciprian Bachigeanu

stea afara din apa din baie. Bolnavul sa nu se stearga dupa baie, ci sa stea in pat timp de o ora, imbracat in halat de baie sau prosop, ca sa transpire.

PILOZITATE EXCESIVA:

Se aplica suc de rostopasca (care se tine in frigider) pe partile cu pilozitate excesiva. Se lasa sa patrunda timp de cateva ore, apoi se spala cu un sapun moale, iar pielea aproape uscata se trateaza cu alifie de galbenele, ulei de musetel sau ulei de sunatoare. **Atentie:** sucule de rostopasca se folosesc doar extern. In plus, se va face o cura cu ceai de urzici (3 - 4 cani pe zi) si bai de sezut cu ceai de coada - calului.

PICIOARE UNFLATE CU LIPOAME:

Impachetati picioarele cu frunze de varza zdrobite, tarate de grau inmuiate in vin, propolis, husti de la bors, frunze de patlagina, argila, frunze de telina si patrunjel.

PIETRE LA FIERE:

Se usuca bine seminte de pepene rosu (lubenita) si se macina in rasnita de cafea. Timp de 10 zile, in fiecare dimineata, pe nemancate, se ia o lingurita din pulberea obtinuta, impreuna cu o lingura de ulei de masline si se sta culcat pe partea dreapta circa 10 minute. Tratamentul dureaza 3 luni, cate 10 zile pe luna, la intervale regulate (daca tratamentul a fost inceput pe 1 ale primei luni, atunci si in lunile urmatoare se va respecta aceeaasi data).

PLANTE ANTICANCERIGENE:

- naprasnic (*Geranium robertianum*), scoarta de stejar (*Quercus robur*), salvie (*Salvia officinalis*), rostopasca (*Chelidonium majus*)
- plantele se maruntesc (in piulita sau cu rasnita de cafea), se cern prin sita de faina alba si se amesteca in proportii egale. Se administreaza o lingurita cu varf, de 3 ori pe zi, pe stomacul gol. Plantele se tin 15 minute sub limba, dupa care se inghit cu apa.

POLIARTITA REUMATOIDA:

Amestec din urmatoarele plante in parti egale: strugurii-ursului, feciorica, grozama, salvie, osul - iepurelui, iarba - neagra, sunatoare, obligeana, levantica, urzica, mestecan, trei - frati - patati, scoarta de salcie, scoarta de castan porcesc, soc, coada - calului, gentiana, coada - soricelului, tei, nuc, vinarita, teci de fasole si crusin. Preparati un ceai din o lingurita de amestec la o cana de apa.

Ciprian Bachigeanu

Se fierbe 5 -10 minute, se acopera si se bea incet, inghititura cu inghititura. Se beau 2 - 3 cani de ceai pe zi, cu 30 de minute inainte de mese. Dimineata si seara, suplimentar, se mai bea cate o cana cu ceai de coada - calului. Pe parcursul zilei, se consuma 2 - 3 cesti cu ceai de urzici, la care se adauga cate o lingura de bitter suedez original. Toate ceaiurile se indulcesc numai cu miere poliflora. Pe regiunile dureroase se pun comprese cu bitter suedez timp de 4 ore (pielea trebuie unsa, in prealabil, cu untura de porc sau alifie de galbenele). Dupa compresele cu bitter, se aplica frunze de varza creata sau alba, incinse cu fierul de calcat. La fel de eficiente sunt si frunzele de branca - ursului (popular: crucea - pamantului, talpa -ursului sau urecheaporcului). Faceti frectii cu tinctura de tataneasa (se gaseste in magazinele naturiste). Pentru inflamatiile articulare sunt indicate prisnitele cu coada - calului aburita.

POLINEUROPATIE KORSAKOV:

1. **Antialcoolice** - va recomandam calduros pedicuta (*Lycopodium clavatum*), care, pe langa faptul ca inlatura efectele nefaste ale consumului de alcool (tulburarile hepatice, afectiunile pancreasului, tulburarile psihice), cu timpul da intoleranta la alcool (adica apare reflexul spontan de respingere a alcoolului). Se administreaza de 3 - 4 ori pe zi un varf de cutit de pulbere de pedicuta (nu mai mult) pe stomacul gol. Ar fi bine ca planta sa fie tinuta sub limba vreme de 15 minute, dupa care sa fie inghitita cu apa.

2. **Alimentatie detoxifianta** - sunt valabile recomandarile de la tratamentul gutei (primul raspuns), cu precizarea ca va trebui pus accentul pe consumul urmatoarelor alimente: ceapa cruda (mai ales verde), lapte (crud, de capra - ar fi cel mai bine), patrunjel verde si radacina, varza cruda.

3. **Plante detoxifiante**, protectoare hepatice si pancreatice - se recomanda amestecul de plante: iarba de anghinare (*Cynara scolymus*), iarba de rostopasca (*Chelidonium majus*), iarba de trei -frati - patati (*Viola tricolor*); din aceste trei plante maruntite se face un ceai astfel: se pune cate o lingura din fiecare planta la inmuiat in jumătate de litru de apa si se lasa de seara pana dimineata, cand se filtreaza; dupa filtrare, planta ramasa se opareste cu inca jumătate de litru de apa, dupa care se lasa la racit si se strecoara. La sfarsit, se combina cele doua extracte, iar preparatul rezultat se va consuma pe stomacul gol pe parcursul unei zile.

4. **Plante anxiolitice si psihostabilizante** - se iau din patru in patru ore, in timpul zilei, 2 - 4 g de sunatoare, adica 2 - 3 lingurite o data. Pare o doza mare, dar efectele sale sunt blande, iar pacientul se va simti foarte bine, cu atat mai mult cu cat nu apare nici un fel de dependenta. Tratamentul se face cate 3 saptamani, cu o saptamana de pauza. Doua observatii extrem de importante:

Ciprian Bachigeanu

- este foarte necesara supravegherea medicala atenta, atat pentru a tine sub control simptomele dezintoxicarii alcoolice - care adesea sunt foarte dure, cat si pentru a urmari evolutia chistului pancreatic (in acest scop, va recomand un control ecografic la 1 - 2 luni).

- pedicuta, pentru a avea efect, trebuie sa fie foarte proaspat culeasa (sa nu fie mai veche de 6 - 8 luni).

POSTOPERATORIU FICAT:

Produse 100% naturale, contin aloe in concentratie de 97% si sunt combinate cu ceai din flori de aloe, ghimbir chinezesc, musetel din Egipt, anason, sena, scortisoara.

PURIFICAREA SANGELUI:

100 g rostopasca, se pune intr-o cratita smaltuita, peste care se toarna un litru de apa clocotita, se acopera si se lasa la macerat circa 12 ore. Dupa macerare, intreaga compozitie se strecoara printr-un tifon. In infuzie se pune miere de albine poliflora, pana se obtine un sirop de consistenta smantanii. Se pune intr-o sticla la frigider. In fiecare zi, se umple un pahar cu 150 g din mierea cu rostopasca, din care se iau 6 lingurite, din ora in ora. Tratamentul se tine pana ce se consuma toata rezerva din frigider. Se urmeaza o singura data pe an si numai primavara.

Paradontoza = apimer

Reumatism cr.degenerativ = arthro - mer

Slabire = beauty slim, chitosan, focus, guarana, laxofort, viaredin, bio-chrom - FTG

Cadere par = urzica, betacaroten, brusture, floraderm

Edeme = matase de porumb

Microlitiaza biliara = papadie, rozmarin, salvie, bilidren, bilolit

Microlitiaza renala = orthosiphon, papadie, coada calului, diuretin

Imunitate = bioseleniu si zinc, cordiceps, echinacea

Raceli = raceala si gripa - ceai, soc, busuioc, coada soricelului, imunostim

Ciprian Bachigeanu

Bronho pneumopatii acute = bronchofort, bronchlizin

Circulatie periferica deficitara = memotanalec, myrthin

Edeme = pelin

Hemoroizi = procto venorutin, procto venoton, rutin

Diabet = momordica, afin, diabetin

Infectii virale, fungice, microbiene = echinacea C

Colon iritabil = levocarbon, argila, enteroseptin, bio - fiber

Hiperaciditate = epigastralgin

Eczeme = evening primrose, bio - carotene + E

Afrodisiace = royal tonic adulti, royal tonic potent, ziziphy, masculine, ghimbir, laptisor de matca

Anemie = catina, ceai verde, chlorella

Circulatie cerebrala = sele - vit, struguri rosii, ginkgobil, ginkgo biloba C, ginseng

Artroze = harpagophytum, yucca, artrostop

Insomnie = passiflora, tei, anti stress, fitosedin

Retina = optilux, optival, afin

Orl = orosept, nazomer, nazomer forte, apimer

Osteoporoza = osteocalcin, ultragel

Parazitoza intestinala = parazitol, usturoi si propolis

Aritmii = paducel

Prostata = prostatin, calciu - magneziu - zinc, pumpkin

Fragilitate capilara = rutin

Ciprian Bachigeanu

Constipatie = soc, lucerna, aloe vera, crusin

Depresie = sunatoare si ginseng

Alergii = trei frati patati

Hipertensiune = usturoi si crataegus

Ateroscleroza = usturoi si propolis, cholesteran

Memorie = lecitina C

Hepatita cronica = anghinare, apilarnil si propolis si polen, hepabil

Guta = arthalgin, gutostop

Cardiovascular = cardiovasc

Anemie = fier biologic

Afect. ginecol. = periodin, bio - marin plus

Acnee = Zinc, Vit A, Multe fructe si verdeturi

Alergii, eczema atopica = Borago, Evening Primrose, De consultat medicul alergolog

Evening Primrose + vit E

Anemie = ABC Spectrum, Ginseng Spectrum, Spirulina

Artroza = Artrostop, Ultragel, Carrilaj de Rechin

Artrite = Dolomit, Ca - Mg - Zn, Vucca, Artrostop

Dureri de cap, migrene, oboseala = Ca-Mg-Zn, Guarana, 8 -complex, Guarana

Dureri de gât, Raceli = Ursuleri, Super C, Megavit C retard

Dureri de spate si oase = Artrostop, Ultragel

Osteoporoza = Dolomit, Ca - Mg - Zn, Cartilaj de rechin

Ciprian Bachigeanu

Afectiuni ale vaselor sanguine = Coenzima Q1C, Antioxidant varice,

Hemoroizi = Lecitina, Gingko Biloba, Evening Primrose + Gingko Biloba

Apararea contra radicalilor liberi = Antioxidant, Megavit C retard fenomene de îmbatrânire precoce = Super vitamina C, Beta caroten, Vitamina E, Seleniu, Spirulina, Ginko Biloba

Celulita = Femine Celulit

Sindrom premenstrual = Periodin, Evening Primrose, Femine Plus

Cresterea colesterolului = Antioxidant, Lecitina, Alicin, Lecitina+Alicin

Hipertensiune = Coenzima Q10, Evening Primrose

Afectari ale imunitarii = Super vitamina C, Ursuleti, Spirulina

Tulburari specifice menopauzei = Femine Plus, Evening Primrose

Osteoporoza Osteostop, Dolomit Ca - Mg - Zn, Ultragel, Cartilaj de rechin

Sangerare gingivala = Super vitamina C, vitamina C 100 mg

Activitate cerebrala, atentie = Evening Primrose + Gingko Biloba

concentrare, memorizare = Memo Plus, Lecitina

Greutate supraponderala = Viaredin, Fibre,

Obezitate = Crom picolinat, Spirulina

Detoxifiere organismului = Fibre, Vucca, Spirulina

Cresterea rezistenxei organismului = Ursuleti, ABC Spectrum, Cinseng Spectrum

Imunitate = Spirulina, Femine Plus, Aiicin

Tulburari ale functionarii prostatei = Pumpkin, Zinc C de contactat medicul urolog

tulburari de tranzit intestinal = Astronauti, Fibre, Spirulina

Ciprian Bachigeanu

Cresteri moderate ale glicemiei = Crom picolinat, Spiruloa, Evening

Primrose, Zinc eliminati consumul de paine, cartofi, grasimi animale, dulciurile

Sanatare psihica = B complex + vitamina C, Stresvit, lecitina

Constipatie = Fibre

Ameteli, cefalee = Ginko biloba recomandat numai in tulburari ale irigatiei cerebraie, se va consulta medicul neurolog

Creștere și dezvoltare armonioasă = Minimartieni, Bronxison

Profilaxia cariei = Castorai, Ca Mg Zn Dolomit

Scaderea acuitatii vizuale = Betacaroten, Vitamina A, Ginko Biloba

Afecțiuni dermatologice, psoriasis = Borago, Evening primro Evening Primrose - Vit. E

Recuperare după traumatisme articulare = Cartilaj de rechin, ultragel, Ca Mg Zn Dolomit

Tulburari de dinamica sexuala = Vitamina E, Zinc, Ginseng Spectrum, Pumpkin

Prevenirea de urgenta in cancer

Seleniul organic: 100 micro grame de 2 ori / zi;

Vitamina C retard tamponata de 2 - 3 ori / zi;

betacaroten: circa 15 mg / zi.

sterogyl (vit D2) 3 - 8 picaturi / zi

vitamina E sau alpha tocoferol doze de 100 - 500 mg / zi

betaciclodextrina benzaldehida (BCDB) 10 - 30ml / zi

uleiul de luminita si de borrago

lecitina din soia o lingurita / zi

Ciprian Bachigeanu

aspirina 250 mg - la doua zile

zinc (gluconat de zinc 0,2 - 0,5 mg activeaza imunitatea), (orotat sau aspartat de zinc 250 - 500 mg / zi inhiba progresia tumorală)

enzime pancreatice (bromelaina sau bromelaza 200mg de 2 ori / zi)

antioxidanti

orotatului de magneziu 500, 2 capsule / zi. Se efectueaza timp de 2, 3 luni la 6 luni.

colchicina si sirop de cloral: Prescrisa 10 zile / an, combinatia Colchicina + sirop de cloral permite eliminarea tumorilor mici.

Privare de sare

Leacurile traditionale pot avea rezultate bune in multe cazuri si se pot individualiza prin masuratori radiestezeice, alaturi de remedii naturale si de medicatia administrata de medicul specialist. In pagina de fata sunt cateva leacuri culese.

POSTURI CORPORALE DE TRANSA SHAMANICA.

Postura Ursului

Shamanismul ofera oamenilor moduri de a deveni constienti de potentialul lor si sa inceapa a explora relatia lor spirituala cu Universul, cu alte forme de viata si cu semenii lor. Experientele ce vin din shamanism ajuta o persoana sa dezvolte o legatura mai adanca cu si un respect pentru, toata creatia si din aceasta perspectiva apare posibilitatea de a duce o viata vibranta si plina de armonie si echilibru, care incurajeaza intelegerea si optimismul. Calea Shamanului este un mod de a experimenta aceasta vedere largita a universului. Una din practicile principale ale shamanismului este Calatoria Spiritului sau Calatoria extatica (a sufletului). (**Shamanic Journeying**)

In aceasta calatorie, **shamanul** merge in Lumea Cealalta (Lumea Spiritului) - deseori numita si Lumea de Sus sau Lumea de Jos, pentru a comunica direct cu spiritele ce se gasesc in alte realitati. Aceasta este facuta pentru multe motive, de exemplu pentru a primi sfat pentru vindecare, mentinerea integritatii fizice a comunitatii sau divinatie. Exista un numar de moduri pentru imbarcarea intr-o Calatorie a sufletului, acestea fiind: prin dans, vis, folosind Plantele Invatatori si prin luarea anumitor posturi corporale. De aceasta din urma cale apartin de Posturile Corporale de Transa Shamanica si

Ciprian Bachigeanu

sunt o metoda pentru atingerea transei extatice si pentru intrarea in locul viziunii - atat personala cat si colectiva. Transa extatica aduce o schimbare in perceptia noastra, un mod de a deveni constienti de o realitate care se afla in afara lumii oridinare, mundane. Transa ne da posibilitatea de a percepe continuum-ul vietii, din ceea ce a fost numita "Realitate Non - Ordinara", o realitate ce e stiuta de-a lungul timpului a coexista cu realitatea fizica.

Exista anumite opere de arta antice, desene, sculpturi, statuete, picturi rupestre, care sunt mai mult decat exprimari creative ale culturilor din care provin. Ele sunt **invataturi vizuale pentru un ritual specific**. Aceste picturi si statuete de la antici reprezinta oameni stand in anumite pozitii corporale distincte. Multe din aceste posturi corporale sunt porti catre stari modificate de constiinta, experiente vizionare si moduri de imbarcare in Calatoria Sufletului. Posturile corporale de transa au o distributie geografica larga si exista indicatii ca ele apartin tuturor culturilor si traditiilor. In sistemele psihologice vestice, experienta calatoriei in alte Lumi pentru a comunica cu Fiintele Spirituale este deseori privita ca si cum individul ar explora o extindere a dimensiunii mintii proprii si nu ca o calatorie intr-un alt loc, diferit. Totusi, aceasta este doar o teorie si este ceva ce dvs insiva va trebui sa hotarati; in orice caz, ceea ce credeti nu are intotdeauna importanta, ci intrebarea este: **oare acestea lucreaza sau nu?**

Cand o persoana adopta o anumita postura asa cum e ea aratata in artefactele antice, acompaniata de sunete ritmice, adica **tobe** sau **zuruitoare**, persoana poate experimenta o viziune, care, desi e personala, este de asemenea specifica posturii adoptate. Este ca si cum, cu toate ca viziunea este personala, ea se conformeaza unui cadru anume.

Ritualul are o mare putere in aceasta realitate, este un mod de a combina inima, mintea, spiritul si trupul intr-o singura actiune fizica si o singura intentie. Religiile de peste tot din lume au recunoscut de mult importanta ritualului.

Ritualul e un mod de comunicare intre Spirite si noi insine, este un mod prin care Spiritele pot traversa din lumea lor, in a noastra. In societatea vestica, noi am uitat ca realitatea ordinara si cea non - ordinara sunt surori, ca sunt jumatati ale unui singur intreg.

Ritualul este un mod de a da putere si de a imbunatati starea de transa si e o poarta catre a avea, a traduce si a ghida in siguranta o stare modificata de constiinta catre o experienta spirituala. Un alt mod de a spune aceasta este ca un ritual are o intentie intrinseca, un scop.

Fiecare din Posturile corporale de transa shamanica este in sine un ritual si este un ritual cu o astfel exactitate si putere intrinseca, incat obiectivele sale sunt atinse indiferent de conditiile culturale ale participantului.

Aceasta inseamna ca noi, vesticii moderni, putem de asemenea participa cu succes la Posturile Corporale de Transa Shamanica. Pentru a le intelege, aceste posturi trebuie experimentate direct, nici un numar de cuvinte nu poate compensa aceasta.

Ciprian Bachigeanu

Cel mai bun mod de a experimenta starile de transa extatica este intr-un mediu de workshop (atelier practic). Aceasta pune in cadru ghidarea si ajutorul celui ce tine workshopul, precum si energiile colective ale grupului. Puterea grupului este importanta pentru ca ajuta in termeni de focus al ritualului si asigura feedback direct si indirect. Feedback - ul este calea de a obtine calitatea inefabila a increderii. Increderea este unul din pilonii acestei lucrari, iar grupul aduce validare propriilor experiente. Un alt factor important este ca puterea posturilor de transa este marita, deoarece fiecare persoana ajuta, fiind parte a unei experiente vizionare colective.

PREGATIREA

Pregatirea pentru Posturile Corporale de transa Shamanica creaza spatiu sacru, alegand un loc in care nu veti fi deranjati. Prezenta obiectelor "sacre" in camera (cristale, mandale, pene, vindecatoare si pietre) contribuie la senzatia de a intra intr-un loc special, pentru un scop special. O camera linistita si intunecata este deseori cea mai buna. Purificati camera si pe dumneavoastra.

Salvia (sage) este deseori folosita pentru purificare in vederea unui ritual. Cand folosim salvia, ne conectam la Spiritul plantei, asa ca nu uitati sa multumiti plantei care si-a dat trupul pentru a face posibila purificarea. Evitati in prealabil alcoolul, mesele copioase, astfel incat centrarea si puterea dvs de concentrare nu vor fi impiedicate. Scoteti-va pantofii, largiti-va hainele. Respirati adanc de cateva ori, relaxati-va si dati-va voie sa va imaginati postura si scopul ei, intelesul ei. Cereti Spiritelor sa fie cu dvs. Aceasta operatiune este deseori numita "adunarea puterii". Daca doriti, bateti toba, cantati, dansati sau invitati Puterile celor Patru Directii sau Puterile celor Patru Elemente. Dupa ce ati chemat si salutat Spiritele, poate veti vrea sa le oferiti ceva. Traditional, se daruieste malai sau tutun. Chiar inainte de adoptarea posturii, respirati masurat de cincizeci de ori. Inspirati, expirati faceti pauza, repetati. Vetii avea nevoie fie ca cineva sa bata toba sau sa zuruie pentru dvs, fie sa folositi un CD cu tobe shamanice. Timpul maxim recomandat pentru o anumita postura este de 15 minute.

POSTURA URSULUI

Desi exista multe Posturi Corporale de Transa Shamanica, pentru vindecare, shapeshifting (transformare in altceva), divinatie, sarbatorire, Postura Ursului este una din cele mai vechi si mai larg raspandite. Ea mai este numita si "**Bunicul Urs**". Aceasta este o postura puternica pentru vindecare, in care multi oameni experimenteaza un flux de energie in jurul lor si prin ei, un sentiment de a fi ridicati, tinuti in brate, ajutati si ocrotiti intr-un mod bland. Stati in picioare, cu genunchii usor flexati. Picioarele ar trebui sa fie la o distanta doar putin mai mica de 30 de centimetri, cu varfurile drept in fata. Indoiti degetele si

Ciprian Bachigeanu

plasati-le pe abdomen, apoi ridicati mainile indoite in sus astfel incat monturile degetelor arataoare sa se atinga usor, formand un triunghi deasupra mijlocului dvs. Permeteti degetelor mari sa se relaxeze unul in fata celuilalt. Aduceti coatele langa corp, astfel incat bratele va vor fi sustinute confortabil. Lasati usor capul in spate si inchideti ochii.

Pentru inceput mentineti postura pentru 5 - 10 minute sau pana aveti un sentiment de "gata", "suficient". Marturii de la persoanele care au experimentat Postura Bunicului Urs la workshop-uri: "Aveam o durere de gat de ceva vreme. Cand am adoptat postura, am simtit foarte repede ca sunt leganat din spate de o energie calda, pe care am vazut-o cu ochii mintii ca pe un Urs mare. Am simtit Ursul ca imi sfasie gatul cu ghiarele si tragand afara un material greu, gros, ca un mucus. Aceasta a continuat vreme de cateva minute, apoi Ursul a suflat caldura in gatul meu si am inceput sa vad flash-uri de lumina violeta si albastra in jurul meu. Cand postura de transa a luat sfarsit, imi simteam gatul clar si trupul ca si cum stralucea ". "Am simtit de parca spatele mi-ar fi fost deschis si niste placi ca de metal care imi acopereau sira spinarii au fost scoase de acolo. Cand am terminat, imi simteam spatele mult mai flexibil, am putut chiar sa imi ating degetele de la picioare, lucru pe care nu il putusem face de o buna bucata de vreme. Uitasem cat de intepenit imi era spatele."

POSTURI CORPORALE INDUCATOARE DE TRANSA

Fragment din cartea "Extatic trance: A Workbook" (Transa Extatica - Un Manual) de dr. Felicitas Goodman si Nana Nauwald

1. Transa rituala - Experienta Realitatii Non - Ordinare

1.1. Shamanismul si Transa Rituala

Cu o valiza plina de intrebari despre shamanismul clasic si fezabilitatea tehnicilor shamanice in societatea noastra moderna urbana, am plecat, in vara lui 1992, sa o vizitez pe Felicitas Goodman, la institutul sau educational in Cuyamungue, New Mexico. Si astfel, am gasit-o pe aceasta femeie remarcabila! Remarcabila in claritatea sa, in natura sa fara prejudecati, in cunoasterea sa. O perla stralucind discret in mijlocul acestei pietre in continua crestere de autointitulati guru care ofera cai rapide si usoare spre iluminare si de cei ce fac pe shamanii in scena new - age. Si asa se face ca o calatorie obisnuita la New Mexico m-a condus in lumea extraordinara a Dr.Goodman. Nascuta in 1914, ea are un doctorat in antropologie cu specialitatea in stari de transa rituala,

Ciprian Bachigeanu

particular in "posturi corporale rituale si transa extatica".

Chemarea tobei rasuna in aerul clar si arzator al desertului din New Mexico. Cu un zambet cunoscator, vesel si nelinistitor, Felicitas Goodman sta in fata intrarii in kiva (camera subpamanteana pentru ceremonii sacre), cu demnitatea de nezdruncinat a varstei inaintate, chemandu-ne cu toba ei la o sesiune de posturi corporale de transa.

Usa kivei rotunde care este inima a domeniului si a ritualurilor de la Cyamungue, se inchide. O noua experienta in aventura transei rituale ne asteapta. Felicitas incepe ceremonia de purificare cu salvie (sage), ofera malai (cornmeal) zuruitoarei si spiritelor locului, apoi saluta cele sapte directii: rasarit si miazanoapte, apus si miazazi, lumea de jos, lumea de mijloc si lumea de sus. Apoi respiram incet si ritmic o vreme, dupa care intram in pozitia pe care Felicitas ne-o arata si inchidem ochii. Ritmul sustinut al zuruitoarei scuturate (210 scuturari pe minut) devine "calul" pe care il calarim in Realitatea Non - Ordinara. Postura corporala rituala formeaza "usa" spre o anumita parte a acestei realitati.

Pentru a ma opri din gandurile obisnuite, ma concentrez pe zuruitoare. Zuruitoarea isi schimba tonul si incepe sa cante. As putea sa jur ca acum sunt mai multe zuruitori in camera, dansand in jurul meu. Valuri de caldura se misca in trupul meu; ma pierd intr-un torent de tonuri de albastru care se transforma intr-o ceata luminoasa portocalie. Nu mai aud deloc zuruitoarea. Cu toata constiinta, devin o apa de culoarea turcoazului care curge printr-un trunchi gol de copac, spre o lumina. Apoi sunt apa stralucind in toate culorile curcubeului, atat de sus in cer, incat vad pamantul sub mine, atat ziua cat si noaptea. Ma transform din nou si devin o toba galbena dansand intr-o spirala, cu forme geometrice stralucitoare si colorate dansand in jurul meu.

Zuruitoarea se opreste si incet ma indepartez de aceasta realitate alternativa; cu toate acestea, sentimentul cald si placut din trupul meu ramane cu mine pentru mult timp.

Felicitas Goodman ne-a condus intr-o pozitie pentru vindecare cunoscuta ca **postura Chiltan**. Aceasta este una din cele aproximativ 70 de posturi corporale rituale pe care Dr. Goodman si echipa ei le-au studiat. Fiecare din ele conduce in realitatea non -ordinara sau spre un camp alternativ de constiinta - atunci cand sunt folosite impreuna cu acompaniamentul ritmic potrivit, de circa 210 batai pe minut. Mai mult, fiecare din pozitiile rituale conduce catre o arie distincta din realitatea alternativa si ele sunt categorisite in functie de temele calatoriilor spirituale: de exemplu divinatie, experienta mistica, moarte si renastere, initiere, metamorfoza si vindecare.

Cercetarile Dr. Goodman asupra glossolaliei ("vorbirea in limbi") ca si componenta a ritualurilor de transa religioasa au condus la intrebarea daca nu cumva este posibil sa se ajunga la schimbarile corporale ale experientei transei religioase fara acompaniamentul schimbarilor de discurs (glossolalie). Avandu-si

Ciprian Bachigeanu

studentii drept subiecti pentru testari, ea a folosit unele din metodele (de ex. stimularea ritmica) pe care le-a observat anterior ca fiind inducatoare de transa, in timpul cercetarilor sale asupra bisericilor apostolice din Mexic. Desi studentii sai au raportat succes in obtinerea starilor modificate de constiinta, Dr. Goodman a fost dezamagita de evidenta lipsa de cadru comun a experientelor lor. La scurt timp dupa aceea, ea a gasit ingredientul lipsa, care ar fi putut sa dea unitate experientelor de transa religioasa. Dupa ce a aflat ca pozitia trupului in timpul meditatiei poate cauza anumite schimbari fiziologice, Dr. Goodman a cautat posturi corporale pe care sa le poata folosi in cercetarile sale asupra transei. Ea a gasit ceea ce cauta in fotografiile si desenele unor mici statui si in arta rupestra ce erau vechi de mii de ani si care probabil reprezentau ritualuri religioase autosuficiente.

Practicand o parte din aceste pozitii cu voluntarii si folosind o zuruitoare ca stimul ritmic pentru a induce transa, Dr. Goodman a observat ca starea lor de constiinta a fost modificata intr-un mod remarcabil si anume, ca ei intrau in stare de transa intr-o realitate alternativa in care experimentau extazul. Frecventa de scuturare a zuruitorii, de 210 scuturari pe minut, ajuta la depasirea unei bariere strategice a sistemului nervos si la intrarea intr-o stare schimbata a constiintei, una care permite o experienta de transa ce include viziuni. Zicala **“cel ce vede doar cu ochii vede doar umbrele lumii”** reflecta o intelepciune adanc ancorata in multe culturi indigene.

Cele mai multe din posturile corporale investigate vin de la vanatori - culegatori si de la agricultori. Aceste tipuri de societati nu disociaza “realitatea ordinara” de “realitatea non-ordinara” asa cum facem noi azi. Starea de transa era social recunoscuta si acceptata ca o metoda de a echilibra mintea, trupul si sufletul si pentru aducerea inapoi in armonie a ceea ce a cauzat disonante. Pozitii corporale care conduc la stari modificate de constiinta sunt inca practicate de societatile inradacinate in traditiile horticulturale. In studiul comparativ din 1973 al antropologului Erika Bourguignon, s-a aratat ca din 488 de societati umane ale lumii, 437 (adica 90%) au fost gasite a fi folosind cel putin cate o metoda institutionalizata cultural de a experimenta o stare modificata de constiinta. Asanele hatha yoga isi au de asemenea radacinile in posturile corporale rituale ale culturilor shamanice.

Totusi, acest simplu fapt luat in sine nu e suficient pentru a explica de ce se intampla ca, in ciuda tuturor schimbarilor in forma societatii, in limbaj si in cultura, cunoasterea practicilor shamanice si interesul pentru ele nu a disparut. Cum se face ca in timpurile noastre, atat de pline de stimulari ale simturilor si de tot felul de experiente si practici, mereu mai multi oameni devin interesati de experientele si tehnicile shamanice? De ce oamenii cauta experienta lumilor invizibile, de ce ei vor sa zboare fara aripi, sa-si schimbe forma (shapeshifting), sa aiba revelatii din propria lor experienta si nu doar din credinta? Oare nu avem destule posibilitati de calatorie “reala”, de zbor, de deschidere catre tot felul de experiente? Oare ce pot sa ne ofere aceste tehnici shamanice precum posturile corporale rituale, ce pot sa ne ofere ce nu ne pot oferi: adevaratele “calatorii”,

Ciprian Bachigeanu

cele exterioare?

Experiențele shamanice de stări alterate (modificate) de conștiința făcute intenționat pot fi pline de plăcere (cuvântul plăcere e prea slab), ele pot fi vindecătoare și revelatoare. Aceste experiențe sunt posibile cu puțină pregătire pentru oricine are curajul, ele sunt fără dogmă și dependentă preconcepută de guru și oameni iluminați, sau maestri. Urmand acestor experiențe, se află imbinarea metodelor shamanice în ritualuri și în vederea asupra lumii, a proceselor naturale, în admirația pentru natură, a plinătății de suflet a tot ceea ce există.

Cei ce au avut o astfel de experiență, adică a faptului că toată viața este una, unită, unitară, că toate sunt interconectate și întretesute, acei oameni sunt capabili să trăiască o viață mai intensă în realitatea de zi cu zi. Ei ajung la sentimentul de independență de lumea materială, de timp și de spațiu, de existența unui "ego" personal.

Felicitas Goodman o spune simplu: transa e sanatoasa. Cei ce au avut norocul să o cunoască, nu mai au nevoie de explicații suplimentare. De asemenea, ei nu primesc un răspuns, ci doar un hohot de râs, la întrebarea dacă ea (Felicitas Goodman n.n.) e un "shaman". Singurul ei răspuns este sec: "Nu există nici un shaman fără o societate shamanică vie. Eu doar am găsit una din multele utilizări posibile către spațiul altor realități".

Atât de multe tehnici shamanice și niciun shaman? **Shamanismul** nu e o religie. Este cea mai veche tradiție spirituală a umanității, este o "știință a experienței". În acest sens, **shamanul** este un specialist holistic al unei societăți egalitariste, care își folosește cunoașterea pentru binele comunității. El sau ea cunoaște tradiția orală și poveștile tribului și le păstrează în siguranță. El sau ea este un vindecător și folosește diverse moduri de a atinge stări modificate de conștiință pentru a face călătorii ale sufletului. Shamanul poate vorbi și lucra cu entități spirituale din câmpul de conștiință, el sau ea este în primul rând artist.

Varietatea rolurilor sale îi aduce o puternică influență asupra tribului. Dar să fii shaman nu e o ocupație, o meserie pe care el o caută. Să devii shaman nu e un "job" pe care oamenii din societățile indigene să-l caute intenționat. Este cea mai grea muncă pe care o poate face cineva și de cele mai multe ori este fie o chemare individuală, fie o tradiție de familie. Calea shamanului cere o muncă grea și de durată, cere diverse diete și retrageri și deseori îl pune pe neofit în situații care îi amenință viața în timpul inițierii.

Contrar acestei situații, în Vest se poate găsi "ucenicia pentru a deveni shaman" sau "preot shaman" - lucruri care se pot găsi în multe reviste ezoterice - fiind acestea doar o parte a **multifacatului fenomen al supermarketului neo-ezoteric centrat pe ego**. Nu există niciun mod de a deveni shaman într-o societate non-shamanică, dar există multe moduri de a țese părți ale muncii pe care shamanii o fac, în cultura noastră. Denumirea "**preot shaman**" arată încă mai multă ignoranță a adevărului, deoarece un preot este un "organizator

Ciprian Bachigeanu

religios”, in timp ce shamanul este un specialist holistic in sens traditional. Rolul preotului este un rol intr-un sistem religios ierarhic. Shamanismul nu isi are locul in acest fel de sisteme religioase.

Aspectele diferite ale rolurilor traditionale ale shamanului au fost preluate in societatea noastra actuala de catre multi specialisti. Vindecarea e facuta de un doctor sau practicant al vindecarii, ritualurile religioase de preoti, aspectele magice sunt in mainile vrajitorilor si “noilor” vrajitoare si artisti. Comunicarea cu spiritele este facuta de spiritisti si medium-uri. Totusi una din specialitatile shamanului inca lipseste: calatoria in realitati alternative. Dar cine stie, poate ca se dezvolta un nou tip de job, pentru cei ce au invatat sa lucreze cu tehnicile shamanice precum transa extatica. Multe din tehnicile shamanice cunoscute pot fi folosite in lumea noastra vestica, high-tech, in grup sau de unul singur.

Metodele shamanice inca au un mare potential pentru revelatie adevarata, vindecare holistica si placuta schimbare a starii de constiinta. Cu ajutorul shamanilor din culturi indigene ca acelea ale Americii de Sud, Americii Centrale, Nepalului, Mongoliei, Coreei si ai altor locuri, noi putem sa invatam sa ne schimbam “filtrele de perceptie” pentru a intra in contact cu lumea spirituala a shamanismului si sa folosim experientele noastre ca pe un pod care ne poate duce catre camere uitate ale vechilor noastre traditii din asa numitele societati vestice. Este timpul sa accesam aceste radacini, ca ele sa poata creste in continuare si sa aduca cunoasterea stramosilor nostri shamanici inapoi in viata noastra “moderna”.

Pagina de web a lui **Dr. Felicitas Goodman** (institutul Cuyamungue)
www.ritualbodypostures.com

DIVINATIA SHAMANICA

Ce este divinatia?

Shamanismul nu este un sistem de dogme sau o credinta, ci este un sistem de cunoastere, iar divinatia e una din caile prin care se poate obtine cunoastere directa. Cunoasterea directa poate fi definita ca fiind experimentata la prima mana de catre simturi. Divinatia nu este “ghicire”, ci este o cale de a intelege mai adanc evenimentele si influentele din jurul unei situatii sau persoane. **Divinatia** a fost dintotdeauna parte integrala a shamanismului. Unul din cele mai importante roluri ale shamanului a fost mereu sa caute cunoastere revelatorie din surse vizionare, fie pentru scopuri de vindecare (“de ce s-a imbolnavit persoana aceasta?”, “ce fel de vindecare e cea de care aceasta persoana are nevoie?”), fie pentru nevoi importante ale comunitatii (“unde sunt

Ciprian Bachigeanu

turmele de caribou?”). Divinatia este deseori folosita pentru a descifra intelesul viselor si viziunilor.

Divinatia este de aceeași varsta cu însăși umanitatea, dar, din păcate, în societatea de tip vestic a fost considerată drept ceva primitiv, irational și care ține de superstitie. De fapt, divinatia este pur și simplu un mod de a revela adevărul. Divinatorul revela sau descoperă către client, adevăruri ascunse despre ei însșiși sau despre circumstanțele care îi înconjoară. În societățile din afara vestului, divinatia și practicile divinatorii continuă să joace un rol important, revelând ceea ce este ascuns, alinând anxietatea, ajutând în ridicarea la înălțimea provocărilor ce necesită implementarea unor decizii dificile.

În divinație, rolul shamanului este de mediator sau “om de mijloc”. Shamanul, prin explorarea și prezentarea citirii și interpretării inițiale, permite celui ce caută informația respectivă să evite proiectarea dorințelor personale în cazul în care întrebarea sau situația este de încărcătură emoțională mare.

COSMOSUL MULTIDIMENSIONAL AL SHAMANULUI

În shamanism există un alt fel de timp, nu liniar sau secvențial, ci un timp în care există un singur moment. Acest vast și mereu în mișcare moment nu are granițe care despart trecutul, prezentul, viitorul. Acesta e un timp în care tot ceea ce s-a întâmplat vreodată cuiva, oricui, de oriunde, încă se mai întâmplă undeva. Shamanul călătorește în afara timpului liniar în acest vast, nesfârșit și mereu în mișcare moment, pentru a căuta informația de care e nevoie în locul în care evenimentul se întâmplă.

O poartă principală către acest vast moment de timp sau conștiința universală este propria noastră imaginație cuplata cu trei principii fundamentale ale percepției largite:

1. Intentia

Toate acțiunile încep cu o intenție, o dorință pentru un anumit rezultat. Principiul intenției operează la două nivele: cel evident, “aceasta este ceea ce vreau să fac” și cel subtil, în care este un semnal sau o alertare a energiei pentru a fi pregătită de a se mișca către o anumită destinație.

2. Increderea

Increderea e o calitate inefabilă care se experimentează în corp, nu în minte. Dezvoltarea încrederii ia timp, pentru aceasta avem nevoie de feedback care să valideze, direct sau indirect, experiența noastră. Cu încredere, experiențele noastre și siguranța de sine în acțiune cresc semnificativ.

3. Atenția

Aceasta are legătura cu aplicarea și concentrarea energiei și intenției.

Ciprian Bachigeanu

Atentia nu e "munca grea" si totusi are nevoie de consistenta pentru a va plasa constiinta la interfata evenimentelor sau locurilor...Energia urmeaza Atentia.

METODE DIVINATORII

Shamanii folosesc multe si diverse metode pentru divinatie, in fiecare cautand modele in obiectele si evenimentele naturale, fie angajandu-se in anumite tehnici pentru a obtine direct cunoastere a lucrurilor ascunse. Un exemplu al celor de mai sus poate fi practica divinatiei cu roci (pietre).

DIVINATIA CU PIETRE

Pentru aceasta, practica traditionala este ca acela ce cauta informatia sa se uite dupa o piatra, tinand in minte intrebarea, eventual pana cand o piatra "sare in ochi" sau, metaforic, striga: "eu, eu!". Iata o buna oportunitate pentru a practica principiul increderii! Ca informatie ajutatoare, cu cat piatra are mai multe fatete si modele cu atat mai multe detalii vor fi disponibile cititorului. Cel ce vrea informatia va inmana apoi piatra shamanului sau practicantului, specificand intrebarea. Shamanul, (care stie cat mai putin posibil despre cel ce pune intrebarea sau despre situatia respectiva), va privi cu blandete piatra, permitand modelelor sale sa se formeze in imaginatia sa. Shamanul poate sa ii ceara celui ce vrea raspunsul sa repete de mai multe ori intrebarea, pentru a-si adanci starea de transa, pana in momentul cand formele si modelele pietrei devin o "poarta" catre campul universal de energie si imagini, tablouri, cuvinte si sentimente incep sa se formeze in interiorul fiintei sale. Fiecare fata a pietrei reprezinta un aspect diferit al intrebării, iar raspunsul initial este in general "unde este persoana in momentul punerii intrebării", aceasta conducand la alte fete ale pietrei, fiecare dintre ele expunand si prezentand o vedere extinsa, expandata a raspunsului. Pentru mine personal, aceasta munca este minunata, misterioasa si poetica.

CALATORIA DIVINATORIE A RAZEI DE SOARE

Un exemplu de tehnica specifica pentru a descoperi cunoastere ascunsa este Calatoria Divinatorie a Razei de Soare a shamanilor Naskapi din Labrador. Aceasta calatorie are un singur scop specific, acela de a gasi locatia fizica a unei persoane, obiect sau loc unde va avea loc un eveniment. In aceasta practica nu se vor primi deloc informatii despre obiect sau persoana sau eveniment, in afara de locatia sa. Utilitatea practica a acestei tehnici este de a ajuta vanatorii sa gaseasca

Ciprian Bachigeanu

vanatul sau gasirea si salvarea unei persoane ratacite. De multe ori am folosit aceasta practica pentru a localiza obiecte pierdute de clienti.

Un exercitiu: Calatoria divinatorie Naskapi a razei de soare

Incepeti prin a medita asupra a ceea ce vreti sa localizati; amintiti-va de primul principiu, al intentiei. Cand sunteti gata, gasiti un loc unde nu veti fi deranjati pentru circa jumatate de ora, faceti intuneric in camera, lungiti-va si relaxati-va. Nota: cel mai bine e sa aveti o caseta sau un CD cu tobe shamanice pentru calatorie, ceea ce va inlesni tranzitia catre **starea de constiinta extinsa**. In imaginatia dvs, care este rampa de lansare in **perceptia multidimensionala**, mergeti intr-un loc in care puteti sa va vizualizati, percepeti sau simtiti ca fiind in aer liber, intr-un peisaj deschis. Simtiti-va complet acolo, experimentati senzatiile picioarelor pe pamant si pamantul impingand in talpile dvs, experimentati aerul, vantul pe fata dvs, deveniti complet prezenti in acest peisaj. Cand sunteti gata, priviti in sus acolo unde va fi soarele si cu intrebarea ferm stabilita in mintea dvs, cereti-i Soarelui sa va arate locatia sau imprejurimile a ceea ce cautati. Tipic, o anumita raza de soare va va atrage atentia stralucind mai tare sau in alte feluri. Urmariti aceasta raza de soare. Poate va veti gasi zburand peste peisaj, in orice caz, in locul exact in care raza de soare atinge pamantul se afla locatia aceea ce dvs cautati.

Cand recunoasteti locatia si puteti sa o corelati cu un anumit loc din lumea fizica, este momentul sa va intoarcati. Asa ca, intorceti-va imprejur catre locul din care ati pornit si cand ajungeti acolo, cu blandete intorceti-va atentia catre lumea fizica. Cu blandete, deschideti ochii. Amintiti-va de cel de-al doilea principiu, al Increderei, si verificati informatia. Cautati verificarea informatiilor obtinute, ca sa vedeti validitatea calatoriei dvs. Continuati aceasta pana cand capatati incredere in dvs si siguranta de sine va urma.

POSTURI CORPORALE INDUCATOARE DE TRANSA

Un alt fel de tehnica specifica este corpul de practici cunoscut sub numele de Posturi Shamanice de Transa. Acestea sunt pozitii specifice ale trupului, care sunt **porti catre stari modificate de constiinta si experiente vizionare**. Acest corp de cunoastere, isi are originea in civilizatiile antice si in multe culturi indigene de peste tot din lume. Redescoperite in anii '70 de catre renumita antropologa **Felicitas Goodman**, aceste posturi corporale sunt o piesa de istorie vie a mostenirii noastre spirituale. Este vorba de mentinerea unor pozitii precise, dar nu dificile, impreuna cu un acompaniament de sunete ritmice de genul tobe sau zuruitoare shamanice. Exista un numar de posturi specifice pentru divinatie, de exemplu oamenii Nupe din Africa subsahariana folosesc astfel de posturi corporale, iar aceea folosita de shamanii - divinatori ai lor da o experienta de a simti detasare si perspectiva ne - pasionata asupra chestiunii.

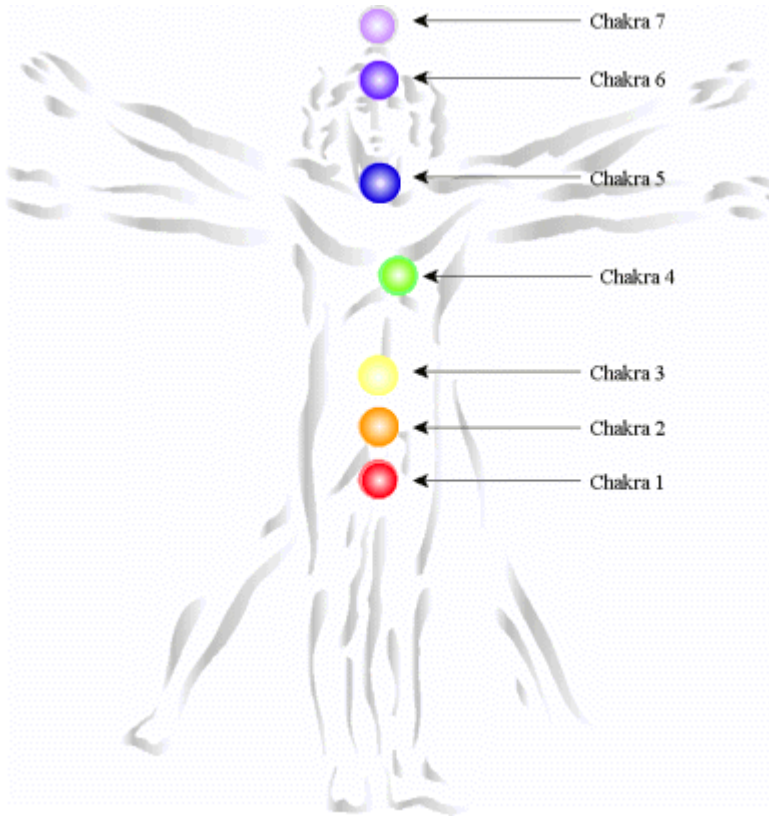
Ciprian Bachigeanu

Exercitiu: Postura Divinatorie Nupe

Din nou, meditati, concentrati-va asupra intrebarii dvs, pentru ca a lucra asupra intrebarii ajuta cu adevarat. E bine ca intrebarea sa nu contina "daca", "oare" "insa" si altele asemenea. Slefuiti-va intrebarea cat mai bine, cat mai fin posibil. Asezati-va pe podea, lasandu-va pe mana stanga, rezemati de ea. Tineti bratul stang drept, rigid, la un unghi de 90° de corp. Plasati palma stanga intr-un loc la 10 - 15 cm la stanga corpului dvs si imediat dupa o linie imaginara trasata imediat in spatele sezutului. Indoiti ambele picioare din genunchi, catre dreapta, pozitionate astfel incat piciorul stang sta imediat in stanga genunchiului drept. Plasati mana dreapta pe partea de jos a piciorului stang, acolo unde muschii se intalnesc, aproximativ la jumatatea gambei. Miscati capul usor spre stanga, astfel incat sa priviti peste genunchiul stang si inchideti ochii. Daca e posibil, ascultati o toba sau o zuruitoare shamanica, aceasta vă va mari potentialul vizionar si va face experienta mai usor de obtinut si mai puternica. Permeteti imaginii vizionare sau pur si simplu lui "a sti", sa aiba loc. Cand aveti sentimentul unui raspuns, chiar daca nu intelegeti rational aceasta, cu blandete iesiti din pozitie si reveniti complet la momentul present. Daca un raspuns nu este inteles imediat, incubati-l, jucati-va cu el, desenati-l sau pictati-l...e important deoarece raspunsul nu se adreseaza intotdeauna mintii rationale. A fi impreuna cu imaginea sau viziunea deseori va conduce la o revelatie profunda si adanca. Pentru a conchide, mai exista multe alte metode de divinatie in shamanism, din care enumeram unele binecunoscute ca: divinatia cu cristale de cuarț, aruncarea diverselor tipuri de obiecte, privirea sferelor de cristal, a stelelor. Dupa cum spun shamanii Tungusi din Siberia, "suntem toti conectati, toti suntem una". Asa ca nu e nici o minune ca putem sa ne descoperim pe noi insine cu ajutorul lumii naturale.

Ciprian Bachigeanu

CHAKRA RADACINII - MULADHARA - TERAPIA CHAKRELOR 2



CHAKRA BAZALA - A RADACINII - MULADHARA -



Continuam incursiunea in **Terapia CHAKRELOR**, dupa ce ne-am familiarizat cu chakrele, (vezi site www.danykomio.ro) si (terapia chakrelor 1),

Ciprian Bachigeanu

ne vom ocupa de fiecare chakra in parte, prima din cei sapte centrii energetici principali este - **MULADHARA** numita chakra bazala sau a radacinii. In aceasta chakra se afla puterea de baza, energia fundamentala a intregii vietii, energia ce uneste cerul cu pamantul. Rezoneaza cu culoarea rosu si nota muzicala DO.

Uneori este numita si "**chakra supravietuirii**" si se ocupa de acele mecanisme care conduc la obtinerea celor ce tin in viata corpul fizic: bani, hrana, adapost. Se afla la baza coloanei vertebrale, la barbati si intre ovare la femei. Chakra bazala are legatura cu problemele familiale, precum si cu informatiile de ordin social si familial ce formeaza conceptia unei persoane asupra realitatii. O buna functionare sau din contra o functionare deficitara a chakrei influenteaza starea noastra de sanatate de ordin mental, emotional si fizic. Energia deficitara la nivelul acestei chakre pe plan mental emotional, determina incapacitatea de a pastra o slujba sau de a mentine un anumit nivel de trai - actiuni impuse de frica - lipsa fortei de a asuma a unui angajament - incapacitate de a mentine pozitia SINELEI - nevoia ca in lume sa existe siguranta. Cauzele initiale pot fi unele probleme nerezolvate cu parintii, probleme la nastere, maltratarea sau neglijarea in copilarie, o conditionare psihologica limitativade genul "esti prost", "esti rau". Starea pe o energie deficitara a acestei chakre: frica, oboseala, nervozitate, lipsa de siguranta si incredere, lipsa de disciplina, frustrare, permanente probleme financiare.

Din punct de

vedere fizic proasta functionare a chakrei bazale poate cauza: boli autoimune, sciatica, varice, dureri cronice de sale, problemele legate de sistemul osos si dinti, cancer de rect, anemie, probleme ginecologice, depresie, dependente (droguri, alcool, mancare, jocuri de noroc, munca, de a face cumparaturi). Energia in exces la nivelul acestei chakre poate produce: obsesivitate, lacomie, zgarcenie, inclinatie spre violenta, nevoia de dominare, frica de schimbare, lene, egoism, impulsivitate. Energia in echilibru ne da sentimentul de siguranta si incredere, stabilitate, centrare in prezent, a traii "aici" si "acum", o stare generala buna de sanatate, plina de viata, prospera, constanta, plina de rabdare, incredere in sine si ceilalti, independenta. Terapiile folosite pentru deblocarea si functionarea in echilibru la nivelul chakrei radacinii sunt: Naturoterapia, Meloterapia, Cromoterapia, Aromoterapia, Meditatiile cu specific (in paginile site - ului gasiti meditatia chakrelor Reflexoterapia si Terapia REIKI, Masajul Terapeutic, Cristale, Terapia prin Yoga).