A História do Paganismo e Bruxaria

Apollonio Nicomedh

Olá, meu nome mágico é Apollonio Nicomedh, e minha missão neste Curso de Wicca é devolver os valores femininos e os poderes que foram roubados de todas as mulheres no início da era cristã por fanáticos religiosos de Roma.



Toda mulher é uma deusa, toda mulher é uma estrela, toda mulher é uma flor.

Toda mulher é uma deusa, toda mulher é uma estrela, toda mulher é uma flor.

A mulher é o que de mais elevado existe na criação. A mulher é o athanor* da grande obra.

A Wicca veio para trazer a Riqueza e a Prosperidade a todas as mulheres por direito inabalável da grande Deusa Universal que está presente em toda Essência Feminina.

Todas as mulheres, todas as criaturas femininas carregam a essência da Deusa, do Eterno Feminino que é uma das Três Forças do Raio da Criação.

Impossível estudar Ocultismo, Esoterismo e Misticismo sem reconhecer a força e os poderes e do Eterno Feminino.

Parabéns por você ter se inscrito em nosso Curso de Iniciação à Wicca. Neste Curso, você ira entender a origem da bruxaria e retornar aos primórdios da humanidade, quando os seres humanos começaram a despertar a sua percepção para o micro e macrocosmo.

Você verá que toda Wicca é Rica, Próspera e Feliz.

Nossos ancestrais plantaram uma semente de muita boa qualidade que esta florescendo agora nesta Nova Era de Aquário.

As primeiras manifestações de devoção registradas pelo homem remontam à pré-história, às Madonas Negras. Elas representavam o aspecto feminino do poder da natureza, era a personificação da Grande Mãe.

Quando, na lua crescente, a mulher iniciava a sua ovulação, chegando ao máximo na lua cheia e, por fim, menstruando, essa sintonia trouxe, então, a associação da lua como uma nova face para a Deusa. Enfim, a Grande Mãe dava alimento (plantações, frutas, ervas etc.), calor e proteção no verão, no outono e na primavera.

Mas no inverno, quando o frio acabava com tudo, surgiu, então, o papel do homem, do caçador da tribo, do líder. Quem caçava melhor recebia as presas e os chifres da caça como símbolo de poder e

honra.

Associou-se, então, um aspecto masculino à Grande Mãe, que buscaria assim o equilíbrio. Criou-se o Deus Cornífero.

Entre os povos que dependiam da caça, o culto ao Deus dos animais e da fertilidade, também conhecido como Deus de Chifres ou Cornífero, foi marcante.

Você ira entender o poder da Grande Mãe a Deusa que representa a Energia Universal Geradora, o Útero de Toda Criação.

A Deusa mostra os mistérios mais profundos da energia feminina, o poder da menstruação na mulher, e é também a contraparte feminina presente em todos os homens, tão reprimida pela cultura patriarcal!

A Grande Mãe é a face mais conhecida da Deusa e pela qual Ela é mais chamada desde o começo dos tempos. A Deusa como Mãe simboliza aquela que dá a vida, mas também pode tirá-la, assim como tudo na Natureza. Ela se preocupa com seus filhos, ela é fértil, sexual, justa, segura de si.



Deus de Chifres ou Cornífero

** Athanor: forno alquímico onde era produzida a Grande Obra. Aí é onde nasce toda a Magia em estado puro e que depois se ramifica em muitas espécies e toma muitos nomes.*

A HISTÓRIA DO PAGANISMO

A história do paganismo começou por muito mais de 10.000 aC, durante a Idade Paleolítica. Foi um momento em que os povos primitivos eram nômades, e tinham de caçar para a sua alimentação, tendo que seguir as manadas de animais para sobreviver. Este é o tempo onde surgiu a crença do Deus com chifres e a adoração ao sol.



Avalon

As mulheres eram consideradas superiores por serem geradoras da vida e eram respeitadas como se fossem criaturas sagradas. Foi durante este tempo, que as mulheres descobriram que seus corpos e suas menstruações estavam em sintonia com as fases lunares e passaram a adorar também a lua, e a Deusa do Eterno Feminino.

As mulheres eram consideradas superiores por serem geradoras da vida e eram respeitadas como se fossem criaturas sagradas. Foi durante este tempo, que as mulheres descobriram que seus corpos e

suas menstruações estavam em sintonia com as fases lunares e passaram a adorar também a lua, e a Deusa do Eterno Feminino.

Em cerca de 8000 aC, os nômades descobriram que as sementes plantadas na terra começaram a crescer e descobriram a agricultura.

Com o conhecimento das fases lunares, da agricultura e dos ciclos naturais, era comum festejar uma colheita que vinha farta e trazia comida para todo o inverno, pois isso significava vida para eles.

Com esta realização, que as pessoas puderam plantar e cultivar seus próprios alimentos veio à compreensão do mistério da fertilidade. Até este momento, a divindade havia sido a deusa do culto lunar, como os homens não compreendiam o seu papel no ciclo de vida até este ponto. A descoberta da agricultura provou que os homens também tinham um papel na criação. Antes disso, havia uma divisão entre os homens e as mulheres em sua maior parte, e depois dessa descoberta, tiveram que trabalharem juntos e já não precisava acompanhar os rebanhos de alimentos para sobreviver. Foi quando eles se tornaram "paganizados", a palavra pagã vem do latim paganus. Paganus significa “morador do campo” ou “aquele que vive do campo”.

Agora as pessoas foram capazes de sobreviver em um só lugar com seus animais, e cultivando seu próprio alimento. Foi quando o povo começou a explorar e descobrir os mistérios da vida, morte e renascimento.

Rituais para fazer a colheita crescer e vir em abundância se tornou comuns, pois os povos antigos eram politeístas e acreditavam nas forças sagradas diversas da Natureza. A divindade não era algo separado do cotidiano ou da Natureza.

Com o passar do tempo, as pessoas migraram de muitos lugares para se estabelecer em Roma, e aqueles que vieram da Grécia, veio com muitas das mesmas crenças que os romanos tinham... E embora eles adorassem deuses diferentes e Deusa, eles compartilharam em muitas semelhanças. Com a migração, lá também veio a Roma o Eutruscans nômades da Ásia Menor, que foram muito bem versados nos aspectos de magia e adivinhações, e trouxe esse conhecimento com eles a Roma. Que veio do povo das ilhas britânicas, que também descobriram a agricultura em torno do mesmo tempo que os indo-europeus, e estes são o que sabemos agora serem os Celtas. Além disso, das ilhas, veio o povo conhecido como o Culto dos Mortos do Mediterrânio. Estas pessoas foram muito espiritualizadas e estudiosas sobre as teorias de morte e reencarnação, e eles vieram e se espalharam por toda a Nova Europa. Eles compartilhavam seus segredos com os Celtas, e essas pessoas se tornaram os Druidas, e eles foram os que supervisionaram todos os ritos dos povos pagãos.

Entre os Druidas desde a época de 6500-4500, havia os cultos solar / lunar que lidavam com os animais, as ervas e os mistérios que entrelaçadas nas comunidades pagãs, e essas pessoas desenvolveram o poder e compreensão da vida e da terra, e estes eram os guardiões dos mistérios.

Assim, durante este tempo todos estes povos pagãos diferentes iam viajando e compartilhando seus conhecimentos destes dois grandes grupos de pessoas que eram os Celtas e Druidas sobre os mistérios e os cultos solar / lunar, que permaneceu na maior parte matriarcal, e era composta principalmente de mulheres que adoravam a Deusa.

OS CELTAS

As raízes da magia vem dos celtas, um povo que viveu entre 700 aC e 100 dC. Acredita-se que descendentes de indo-europeus, os celtas eram um povo brilhante e dinâmico - artistas talentosos, músicos, contadores de histórias, metalúrgicos, agricultores peritos e guerreiros ferozes. Eles eram muito temidos por seus adversários, os romanos, que acabou por adaptar uma série de seus costumes e tradições.

Os celtas eram um povo profundamente espiritualizado, que adorava tanto um Deus e uma Deusa. Sua religião era panteísta, ou seja, adoravam vários aspectos da "Fonte Criadora da Vida" e honrou a presença do "Divino Criador" em toda a natureza. Como muitas tribos de todo o mundo, acreditavam na reencarnação. Eles acreditavam que após a morte, eles iam para um lugar chamado Summerland para descanso e renovação, enquanto se aguardava um novo renascimento.



Os meses do ano foram nomeados como Roda do Ano. O ano novo começou em Samhain, que significa "fim do verão", e foi a colheita final do ano. Este foi também o seu "Festival da Morte", onde eles honraram seus antepassados e entes queridos falecidos. Muitos costumes contemporâneos Halloween vêm de Samhain.

Depois na roda do ano celta era o solstício de inverno, a celebrar o renascimento anual do sol. Nossos hábitos de Natal são copiados desta antiga celebração.

Por volta do início de fevereiro veio Imbolg, uma época em que os animais domesticados começaram a dar à luz. O Equinócio da Primavera e Beltaine, às vezes chamado de "Dia de Maio", foram os festivais de fertilidade.

Alfabeto Celta também usado nas Runas

O Solstício de Verão, conhecido como Lughnassa, comemorou a glória do Sol e os poderes da natureza. Lughnassa, o Equinócio de Outono e Samhain, foram considerados como festivais celtas da colheita.

OS DRUIDAS

Os Druidas eram sacerdotes da religião celta. Eles permaneceram no poder três séculos após a derrota dos celtas para os romances.

Os druidas eram sacerdotes, professores, juízes, astrólogos, curandeiros e bardos. Eles se tornaram essenciais para os chefes políticos, dando-lhes poder e influência.

A palavra Druida quer dizer "conhecer a árvore de carvalho." Das árvores, do carvalho, em particular, brotava um visco, que se desenvolvia como parasita. Era uma grama poderosa usada em suas cerimônias e para os trabalhos de curas.

O visco era ritualmente colhido com o solstício de verão cortado com uma foice de ouro e colhido com um tecido branco durante todo o tempo sem nunca deixá-la cair no chão. A crença e as práticas religiosas desenvolvidas pelos celtas mais tarde se tornou famosas como Paganismo.



Essas práticas, com grande parte da crença baseada na natureza realizada pelos Celtas e Druidas e outros grupos, coletivamente se tornou conhecido sob o nome de Bruxaria.

A palavra Druida quer dizer "conhecer a árvore de carvalho." Das árvores, do carvalho, em particular, brotava um visco, que se desenvolvia como parasita. Era uma grama poderosa usada em suas cerimônias e para os trabalhos de curas. O visco era ritualmente colhido com o solstício de verão cortado com uma foice de ouro e colhido com um tecido branco durante todo o tempo sem nunca deixá-la cair no chão. A crença e as práticas religiosas desenvolvidas pelos celtas mais tarde se tornou famosas como Paganismo.

O amor dos Celtas e dos Druidas no cultivo da terra e sua posse das coisas, como a árvore e o visco coroado de carvalho. A crença e o ritual de uma das raízes pagãs misturadas com as de outros grupos indo-europeus e os séculos excedente gerando várias práticas tais como inventar bebidas e pomadas para realizar trabalhos de magia.

Essas práticas, com grande parte da crença baseada na natureza realizada pelos celtas e druidas e outros grupos, coletivamente se tornou conhecido sob o nome de Bruxaria. "Mas como você pode ter observado a Bruxaria existe desde a pré-história.

A HISTÓRIA DA BRUXARIA



A Bruxaria é tão antiga quanto à humanidade. Vem da época em que os homens das cavernas desenhavam em suas paredes os animais que desejavam caçar, para garantir assim a captura da alma do animal antes do dia seguinte. Isso é conhecido como magia simpática e pode ser considerada a primeira forma de Bruxaria a existir no mundo. Tudo o que os nossos ancestrais conheciam era a fertilidade dos animais e dos humanos; a agricultura ainda não tinha sido desenvolvida. O princípio misterioso da vida vinha da Natureza e conduzia o mundo adiante.

A palavra Bruxa está relacionada com a palavra alemã "Weihen", que significa "para se dedicar ou abençoar."

Alguns indicam que as origens da bruxaria ir até milhares de anos, na época em que a deusa era adorada e a humanidade teve a grande veneração para os poderes da natureza e as mulheres como criadoras de uma nova vida. In philosophy of "new age", this is connected to the concept of "Gaia," or "Ground," which look at the planet ground as prima Na filosofia da "nova era", isso está ligado ao conceito de "Gaia", ou "Ground", que é a Terra, o Planeta, a Deusa.

A Bruxaria desenvolveu-se em diversas culturas e diversas épocas ao redor do mundo. Temos desde a Bruxaria Pré-Histórica, passando pela Bruxaria na História Antiga (Grécia, Roma, Egito), a Bruxaria Medieval (uma transição fantástica e cruel entre a Antiga Religião e o Catolicismo, através da Inquisição), a Bruxaria nas sombras durante o Iluminismo e o renascimento da Bruxaria, no século XX.

Todo mês as mulheres sangravam muito e não morriam, e esse era um grande mistério para os antigos. As mulheres às vezes davam à luz novos membros da tribo, garantindo a sua continuidade. A mulher era o símbolo da fertilidade.

Os primeiros trabalhos artísticos foram enormes estátuas de mulheres com seios grandes e ventre cheio, uma clara representação da Deusa Mãe. Muitos afirmam que essas são as primeiras imagens formadas de um possível culto à Deusa. A mulher era tida como sagrada por ter o "dom" de dar origem a novas vidas. As estátuas da Deusa representam o princípio abstrato da fertilidade.

Ligada à mulher estava a Magia. Foi encontrado na Argélia um desenho Paleolítico muito interessante. Alguns inclusive dizem que é o desenho mais antigo de uma bruxa. Trata-se de uma mulher em pé com os braços erguidos, em uma posição de invocação. De sua região genital, uma linha passa para a região genital de um homem. Este é mostrado um pouco agachado, preparando-se para lançar uma flecha com seu arco. Em volta dele estão alguns animais, e a flecha está sendo mirada em direção a um grande pássaro que se parece com um avestruz.

Esta é claramente uma representação da caça mágica: uma mulher em casa praticando magia para possibilitar que seu homem possa ser bem sucedido na caçada e conseguir alimento.



Gaia

Apesar de o desenho ser primitivo, está relativamente bem feito. A mulher é representada em um tamanho maior que o homem, significando a sua importância, e parece usar algumas jóias mágicas, uma faixa e alguns amuletos em ambos os braços. Aliás, braços levantados como se estivesse acontecendo uma invocação são freqüentes nas artes mais antigas.

Outra figura bastante famosa da Idade da Pedra foi o "Feiticeiro", encontrado na Caverna de Trois Fréres, em Ariége, França. Mostra uma figura dançando, meio homem, meio animal, com os chifres grandes de um veado. Algumas autoridades consideram esse desenho um homem mascarado, outros, um Deus de Chifres.

Hoje em dia, ainda há o culto a uma Deusa da fertilidade e a um Deus de chifres. É claro que isso não prova uma herança direta dos tempos antigos, com exceção daquela que mantemos em nossas mentes. No entanto, podemos ver que a Bruxaria não é uma invenção de eclesiásticos da Idade Média, como muitos ainda hoje querem que nós pensemos.

AS BRUXAS RESPEITAM TODAS AS RELIGIÕES

A Bruxaria não é um culto. Um culto é, originalmente, um grupo de pessoas que segue um líder. Como na Bruxaria não há a existência de líderes (muitas vezes, as bruxas e os bruxos praticam sozinhas em suas casas, sem pertencerem a um grupo), não pode ser considerada como um culto. A Bruxaria é uma religião Pagã e existe desde o início da humanidade.

AS BRUXAS CELEBRAM OS DEUSES ANTIGOS DA NATUREZA

As Bruxas não cultuam o diabo como a maioria de leigos acredita. Buscamos reviver as crenças de um período que remonta aos primórdios da humanidade, um período muito anterior ao Cristianismo. O diabo foi uma criação do Cristianismo e não tem absolutamente nada a ver com as crenças pagãs. Obviamente atribuir as práticas das bruxas ao diabo era conveniente, visto que as religiões cristãs

recriminam qualquer ato não cristão como um ato “do diabo”. Há cultos ao diabo por todas as partes do mundo, mas estes nada têm a ver com a Bruxaria, tratando-se apenas de pessoas que praticam uma inversão do Cristianismo. Cada um tem as suas crenças, mas felizmente esta não é a nossa. Celebramos os deuses antigos na Natureza.

Alguns cristãos equivocadamente afirmam que qualquer pessoa que não pratique a forma de Cristianismo deles é satanista. Isto mostra claramente um alto grau de fanatismo religioso. As bruxas e os bruxos celebram a Natureza, e isto é tudo.

DISCRIMINAÇÃO À BRUXARIA

Como uma forma de discriminação, diversos atos maléficos de pessoas perturbadas são atribuídos à Bruxaria. Diversas vezes, vemos no noticiário coisas como “Ritual de Bruxaria leva pessoas à morte”. Isto é absurdo, pois na Bruxaria buscamos apenas o nosso contato direto com a natureza e este tipo de ato é coisa de criminosos e não de Bruxaria.

Em muitos programas evangélicos pessoas que se intitulam “ex-bruxas”. Em tais programas, essas pessoas contam como faziam “trabalhos” para acabar com a vida das pessoas. Não sei o que estas pessoas faziam, mas com certeza não tem absolutamente nada a ver com Bruxaria.

SEM PREJUDICAR NINGUÉM, FAÇA O QUE QUISER.

O principal lema da Bruxaria é: “Sem prejudicar ninguém, faça o que quiser”, pois sabemos que tudo o que fizermos voltará para nós. É a lei do eterno retorno, que é vista em tudo na Natureza.

As bruxas sabem que, se fizerem o mal, tudo voltará para elas de forma muito maior, assim como se fizerem o bem. Por isso, é claro que ninguém vai desejar o mal de ninguém, nem querer prejudicar ninguém. Pessoas com má índole existem em todos os lugares, independente de sua religião. E, se uma pessoa é assim, isso significa que um dia pagará por seus atos, e não é uma pessoa que pode ser considerada bruxa.

Existem diversas vertentes que trabalham com a magia e a Bruxaria é apenas uma delas. Porém, o que diferencia a Bruxaria de outros caminhos é a sua prática baseada na magia da Natureza.

Assim, é supérfluo dizer que se pratica “bruxaria natural”, pois não existe bruxaria que não seja natural. Há vertentes mágicas em todas as religiões inclusive dentro do Cristianismo.



Sem prejudicar ninguém, faça o que quiser.

Dependendo de sua visão do que seja magia, você pode considerar qualquer religião como uma forma de trabalhá-la à sua maneira.

Você jamais encontrará uma bruxa ou um bruxo distribuindo folhetos sobre Bruxaria nas esquinas da sua cidade, simplesmente porque acreditamos que a religiosidade de cada um é absolutamente

pessoal e só você pode saber o que é bom para si mesmo. A Bruxaria é uma opção pessoal, como qualquer outra religião, e os interessados devem buscar o aprendizado, se assim desejarem de coração.

Pelo menos àqueles que a praticam de modo sério. Há certamente muitas que buscam um meio de escape para fugir da sociedade opressora que os cerca, e dizem-se bruxos ou buscam a Bruxaria apenas para colocarem-se contrários ao sistema. Infelizmente, esta é uma realidade, mas uma realidade que tentamos mudar através da informação. A Bruxaria não é um sistema de autoajuda e seus praticantes são pessoas sérias e idôneas.

BRUXAS E BRUXOS NÃO PRATICAM ORGIAS



Celebramos a fertilidade da Natureza e consideramos o ato de fazer amor um ato totalmente sagrado. Algumas bruxas e bruxos gostam de realizar seus ritos nus porque acreditam que, desta forma, sua energia flui melhor. Porém, trata-se de uma escolha pessoal e não há abusos ou sequer malícia.

Viemos nus ao mundo e o pecado foi colocado na mentalidade humana com o decorrer dos tempos. As bruxas e bruxos trabalharem nus em seus rituais não significa que elas sejam “pecadoras” ou que estejam praticando sexo; só estão nus, da mesma forma que viemos ao mundo.

O CRISTIANISMO SEMPRE TENTOU CONVERTER OU EXTERMINAR OS POVOS PAGÃOS

Assim quando o Antigo Testamento estava sendo escrito no Oriente Médio. Após a morte de Cristo, o povo do Oriente Médio espalhados pela terra, espalhando a palavra do Cristianismo, e, eventualmente, veio a Roma, e esta é quando a conversão em massa começou. Eles começaram as primeiras conversões com os governantes, os reis e rainhas a primeira usando dinheiro e suborno. Desta forma, os moradores do país teriam de se converter, uma vez que dependia dos governantes a para sua sobrevivência.

Porém, apesar de o Cristianismo se tornar a crença oficial, ainda era uma parcela muito pequena. A Antiga Europa era em sua maioria pagã, e assim resistiu durante muito tempo. Aos poucos, o Cristianismo foi usando a Igreja para conquistar toda a Europa.

Templos pagãos foram destruídos, e as igrejas cristãs foram construídas sobre a base pagã santa. Os pagãos no entanto, forçados a construir igrejas sobre seus templos pagãos, incorporou muitos de seus símbolos para a construção dessas igrejas, que ainda pode se ver hoje.

Muitas datas das comemorações pagãs coincidem com as das cristãs. Entretanto, o paganismo é muito anterior ao cristianismo; ou seja, foram os cristãos que incorporaram elementos da cultura pagã e adequaram-nos às suas tradições, depois perseguindo e condenando os praticantes de rituais

pagãos, exterminando, quase que completamente, sua cultura.



Quando os cristãos decidiram que as novas formas não estavam pegando rápido o suficiente com os pagãos, os líderes cristãos começaram a afirmar que os pagãos adoraram "o diabo" e começou a matança em massa de pagãos acusados de Heresia através da Inquisição.

Em 1100, a idade das trevas começou, e a escrita não passou durante este tempo, e foi como se as "luzes se apagaram", e quando voltaram, os textos pagãos tinham ido embora, e a conversão cristã continuou a se espalhar, e guerras santas começaram. Quando os cristãos decidiram que as novas formas não estavam pegando rápido o suficiente com os pagãos, os líderes cristãos começaram a afirmar que os pagãos adoraram "o diabo" e começou a matança em massa de pagãos acusados de Heresia através da Inquisição.

Em 1494 dois monges dominicanos, que eram inquisitores da Bula Papal de Inocêncio VIII a, pelos nomes de Kramer e Springer, produziu o livro, o Malleus Maleficarum,

"O Martelo das Bruxas", que lançou as bases para o reinado de terror que varreu a Europa no século 18.

Na Santa Inquisição nove milhões de homens, mulheres e crianças foram mantidos prisioneiros, despidos, passaram fome, sem dormir por incontáveis dias a fio, e horrivelmente torturados até a morte, para obter uma confissão de bruxaria, só para ser estrangulado ou queimados na fogueira por ordem da igreja.

Ironicamente, o Malleus Maleficarum foi originalmente rejeitado pelo conselho literário por causa do preconceito a heresia, e foi forjada para que ele pudesse ser impresso. Todos aqueles no ofício passou à clandestinidade por medo de perseguição, até 1951, quando a última das leis anti-bruxaria foram abolidas na Inglaterra.

O SURGIMENTO DA WICCA

Foi neste momento, que um homem chamado Gerald Gardner saiu do underground e publicou seu primeiro livro, chamado "Ajuda Magicks High" que ele publicou como um livro de ficção, sob o seu nome de Bruxa Scyer. Do que em 1952, ele publicou um livro de não ficção, "Witchcraft Today" e, portanto, começou a Religião Nova Era da Wicca.

A Wicca se tornou uma religião legalizada em 1985, e tem crescido a um ritmo alucinante desde que, na América do Norte e Europa. Um número aproximado de pagãos ultrapassa 250 mil na América do Norte sozinho, e o número é acreditado para ser muito maior que muitos pagãos e wiccans mentir sobre sua religião por medo de perseguição moderna que continua até hoje.

ORAÇÃO A MÃE-DEUSA

A Ti, Ó Mãe Terra ofereço minha alma e meu amor,
A Ti, Ó Deusa Sagrada, Criadora de todas as coisas

Mãe de Tudo o que Há,
Doadora da Vida, que a partir do Caos criou a Luz e a Harmonia
Mãe é Teu Nome Sagrado
Que Invoco neste momento
Em que busco Teu divino Olhar
Que a Tua Voz vibre na minha garganta
Que Sua Voz vibre e ressoe
Através da Voz de todas as Tuas Filhas
Tuas Sacerdotisas que lhe servem e lhe amam
Mãe Negra do Tempo,
Face que esta por detrás de todas as formas
Nos Te imploramos
A Sua bênção, a Sua Força
Diante de todas as injustiças
E blasfémias feitas a Ti
e as Tuas Filhas
Zelai por nós Mãe Terra

Muito obrigado
Abençoada seja.

1ª LIÇÃO PRÁTICA

DESPERTANDO OS SUPLA-SENTIDOS

Nesta sessão Intitulada de Práticas, descreveremos inúmeras práticas para o desenvolvimento dos SUPRA-SENTIDOS, que deverão ser executadas todos os dias ou no mínimo cinco vezes por semana.

Algumas práticas deverão ser realizadas apenas uns 30 minutos por dia, tais como as técnicas de relaxamento, mentalizações etc... E outras técnicas terão de se tornarem hábitos do Iniciado esforçando-se ao máximo para serem colocadas em prática de momento a momento.

Não só na Wicca, mas em tudo a prática é fundamental. Temos de praticar, praticar e praticar; sempre muita PRÁTICA.

Saiba que a teoria sem prática não tem valor. A teoria é necessária e a prática é fundamental.

Observem que para se aprender a andar de bicicleta, dirigir automóvel, praticar esportes, ou mesmo nas profissões, a prática é indispensável e vai se desenvolvendo naturalmente aos poucos. Pois quem tem apenas a teoria, na primeira tentativa o tombo é certeiro. Imagine uma pessoa que está aprendendo a nadar sem nunca ter entrado na água, apesar de muita teoria na primeira tentativa poderá ser fatal... Reparem também, que as pessoas que tem muita teoria e são pobres de práticas, mais cedo ou mais tarde, acabam caindo no fanatismo e na mitomania.

Não nego que certamente vocês conhecem muitas destas pessoas que vivem criticando e crucificando seus semelhantes em nome de seus próprios conceitos.
Certa vez um mestre disse que: “O valor do conhecimento está na forma como você usa o que sabe”. Seja persistente constante e incansável, não desista até obter os resultados. Com a prática tudo se torna mais fácil. E lembre-se que, você mesmo é quem constroem o seu destino. Então seja de agora em diante um vencedor. E para isto desejamos-lhes grandes estudos e ótimas PRÁTICAS!

TÉCNICA DE RELAXAMENTO

É importante que as pessoas que se dediquem a trabalhos manuais se interessem por artes, livros, trabalhos fraternais etc. Pelo contrário, aqueles cujo trabalho é do tipo leve e intelectual, devem interessar-se por ocupações que exijam algum esforço físico, fazendo desta forma certo equilíbrio, conseguindo com maior facilidade um melhor descanso e relaxamento.

Evitar as preocupações, nervosismo, ansiedade e excesso de esforço mental ou físico também são necessários.
Quando relaxamos o corpo físico, certamente a nossa mente e o nosso espírito também serão influenciados. Da mesma forma que quando relaxamos a nossa mente, igualmente o nosso físico se aliviará. É lógico que toda a modificação de um influirá nos outros.

Pode-se relaxar deitado na cama ou sentado em uma poltrona confortável, o importante é que a coluna vertebral esteja ereta para a circulação de energias.

Deitado de costas ou sentado em uma poltrona confortável, com a coluna ereta para a circulação de energias, inicia-se o relaxamento concentrando sobre seus pés. Ordene para que seus pés relaxem dizendo mentalmente:

Meus pés estão totalmente relaxados. Sinta cada músculo de seus pés relaxando. Alivie todas as tensões de seus pés e enquanto eles não estiverem totalmente relaxados não passe para outra parte.

Estando seus pés relaxados, passa-se agora para as canelas e joelhos. Ordene mentalmente: Agora minhas canelas e meus joelhos estão totalmente relaxados. Concentre nestas partes, Afrouxam-se todos os músculos sentindo-os relaxarem.

Com os pés, as canelas e os joelhos relaxados, passa-se agora para as coxas. Concentre em suas coxas até que as suas pernas estejam absolutamente relaxadas. Ordene para que suas coxas relaxem.

Em seguida concentre no ventre, depois no abdômen no peito e nas costas até ficarem totalmente relaxados. Vá ordenando parte por parte que se relaxem...
Concentre em suas mãos e dedos, sinta-os relaxarem. Passe para os pulsos, braços e antebraços...

Relaxe os ombros pescoço sentindo desta forma todo o seu corpo leve e relaxado. Ordene para que todo o seu corpo relaxe, relaxe e relaxe...

Sinta todos os músculos de seu rosto se relaxar, deixando-os soltos, concentre em seu olhos, deixando-os cair suavemente às pálpebras sem pressão e imaginando todo o seu corpo em total relaxamento, leve e tranqüilo...

Respirar tranqüilamente, primeiro esvaziando todo os pulmões expirando todo o ar; em seguida vá inspirando o ar lentamente e enchendo desta forma todo os pulmões; o terceiro passo é descansar alguns segundos com os pulmões cheios sem forçar o organismo de maneira natural e harmoniosa. Neste terceiro passo consegue-se o máximo de relaxamento.

Nesse momento de quietude afrouxa com mais facilidade os olhos, a fronte e todos os músculos. Depois de algumas respirações calmas e tranqüilas, nosso organismo descansa e reanima completamente. Pois o nosso primeiro alimento é justamente o ar, se não respirarmos não poderemos viver. O ar contém partículas de energia solar chamada Prana, energia vital ou glóbulos de vitalidade.

Obs. esta prática deve ser realizada todos os dias por no mínimo 15 minutos antes de adormecer; pois para se passar para os exercícios mais adiantados deve-se saber relaxar por completo.

Abençoada seja.