**Comentarios sobre bibliografía recomendada de Metafísica**

**1. Salud y metafísica**

**-La Medicina de la Luz (**Ana María Milhalcea):Ensayo sobre diferentes técnicas de curación basadas en tratamientos relacionados con la fotobiónica, técnicas de modificación genérica, biofísica cuántica, técnicas de aplicación sanitaria electrónica y medicina naturista de amplio espectro.

**-La fuente de la salud** (varios autores, editorial Paidós): Principios de medicina integrativa y de hábitos de vida saludables de raíz taoísta, con descripción de los elementos más esenciales para un desarrollo orgánico óptimo.

**-Chi Kung, la gimnasia de la eterna juventud (**Yves Requena**):** Descripción de los principales ejercicios de Qi Gong, con su relación con los puntos de meridianos implicados y con tablas gráficas de posturas y relación de sus principales beneficios para cuerpo y mente.

**-El Libro de la Sabiduría - Volúmen 3 (enfoque en la salud humana) –** (Harry B. Joseph): Resumen de las herramientas de salud más importantes en cuanto a alejamiento de tóxicos, dieta adecuada y demás aspectos tangibles que redundan positivamente en la salud humana.

**-Curate Comiendo (**Marcial Rial & Colin Rivas): Principios de medicina integrativa y de hábitos de vida saludables, con descripción de los elementos más esenciales para un desarrollo orgánico óptimo, y prevención y curación de enfermedades crónicas (consultar como complemento también dos libros de NUEVA MEDICINA GERMÁNICA RELACIONADOS).

**- Medicina Natural al alcance de todos (**Manuel Lezaeta): Explica y trata remedios de enfermedades relacionados con la sanación natural (Equilibrio Térmico, Equilibrio Intestinal, dietas, plantas y compuestos sanadores, etc...) desde una perspectiva ortodoxamente natural.

**-El poder del metabolismo** (Frank Suarez):Ensayo de promoción de artículos y también sobre los compuestos más esenciales para una restauración del metabolismo más eficaz y de una homeostasis nutricional y corporal adecuada.

**-Cuando el cuerpo dice NO** (Gabor Maté):Estupenda publicación acerca de las relaciones entre psicoemoción y enfermedades físicas, a través del estudio y profundización de los mecanismos bioquímicos de somatización del stress y la represión en estudios científicos y experimentos de laboratorio.

**-“Libertad Emocional”** (Paco Vinagre). Espectacular publicación que deconstruye la medicina moderna, en base a desmontar su base epistemológica y sus criterios mercantilistas, y también es especialmente brillante en exponer técnicas de aprendizaje basadas en neurología “alternativa” y técnicas de meditación aplicativas

**-El Espejo del Cerebro** (Nazareth Castellanos):interesante trabajo de investigación acerca de la infuencia de la Meditación en el proceso de autoobservación del “conocedor” sobre lo “conocido” (en “ruido”) que se le describe en términos o medios neurocientificos sobre como situar un espejo en frente de lo “conocido” (en “ruido”), para así activar la corteza cingulada y la ínsula discriminadoras de cara a activar la autoconsciencia eliminando (o sobre) los pensamientos intrusivos, y de esta manera poder establecer itinerarios de sustitución neuronal para poder entrar en estados de conciencia más “vacios” para que posteriormente el Yo Superior conecte con la mente con energía de conciencia. También el libro describe fases de meditación desde un punto de vista práctico.

**-Lo que realmente importa** (Tony Schwartz):Ensayo sobre diferentes técnicas de acceso al subconsciente implementadas en algunas Universidades americanas, donde se trata también cuestiones puramente fisiológicas como la relación entre las diferentes áreas cerebrales, el uso de drogas para acceso a mundos sutiles, el arte como forma de acceso al subconsciente, la meditación como forma de establecer conexión con ondas cerebrales theta (o delta) de quietud, integrar el subconsciente en el consciente, técnicas de equilibrio energético relacionadas con la asociación de ondas “benéficas” alfa/theta con anulación de recuerdos traumáticos (técnica de biofeedback), control mental, interpretación de sueños y posiblemente las mejores páginas son hacia Pag. 382 con una síntesis del pensamiento de Ken Wilber (sobre “desetiquetarse” socialmente, y “desprogramarse” mentalmente para paradójicamente acceder a estados evolutivos de conciencia – diez en “jerarquía” según su escala consciencial-) y Norman O. Brown (ver articulo denominado en Internet Apocalipsis II), importancia y uso del Eneagrama y sentido del vacío en meditaciones y terapias occidentales etc…

**-El viaje definitivo** (Stanislav Grof): Publicación que explora métodos terapeúticos alternativos para la sanación, remisión del dolor y preparación para la muerte en enfermos terminales, con intolerancia al dolor o con severos traumas, basados en experimentos de reconocidas Universidades americanas del pasado siglo XX (terapias Coex, terapias holotrópicas, biofeedback, privación sensorial etc). Son particularmente potentes los experimentos relacionados con estados alterados de conciencia y su relación con relatos post-morten de tradiciones ancestrales.

Se recomiendan los siguientes puntos de la publicación: Pag 114 resumen bardos del “Libro Tibetano de los Muertos” donde se puede encontrar la “Liberación” reconociendo y disolviendose en las dos Luces Puras (Darmakaya emanativa) de la Fuente Primordial justo en la muerte y Luz secundaria tras la muerte), Pag. 165 justificación brillante de cosmovisión metafísica vs. cientificismo, Pag. 176-182 sistema Coex de recuerdo de traumas y derivados consecuentes del mismo en la linealidad de la vida - incluso recuerdos prenatales (sacados a la Consciencia con terapia holotrópica) - y proceso de revivir el nacimiento en terapia para ahuyentar los fantasmas asociados al proceso de muerte mediante también técnicas holotropicas, Pag. 230 ECM o experiencias cercanas a la muerte, pag 249 casos de testimonios de reencarnacion,267 Hipnosis y vidas pasadas, Pag. 279 hongos alucinógenos terapeuticos y utilización de Lsd (y sustancias conformantes o derivadas) para aducir estados misticos en el tránsito a la muerte y tambien con finalidad terapéutica en enfermos terminales - tambien Pag. 460 en este sentido -, Pag. 299 caso interesante de administración de Lsd para pacientes terminales, Pag. 314 “hechizo” de la oncologia médica oficial respecto a la “fatalidad” del cáncer, Pag. 404 técnicas de visualización o reparación psicologica de torno al foco tumoral, Pag. 411 efectos de la terapia con LSD en control del dolor, Pag. 414 alivio del dolor mediante asociaciones de sistemas COEX negativos a eventos o ideas positivas (sacar la resiliencia o positiva “juguetona” del evento) y centrarse en el aqui-ahora del núcleo del dolor y finalmente Pag. 417 teoría de origen del dolor de Melzac.

**-Encuentro con la sombra** (C. Zweig y J. Abrams): Recapitulación de diferentes visiones del inconsciente humano reprimido bajo el prisma de varios psicólogos o antropólogos a través de la historia, y descripción de alternativas para llevar la sombra a la consciencia y así favorecer una maejora en la integración psicológica del individuo.

**-Afirmaciones científicas para la curación** (Paramahansa Yogamanda):Breve método de decretos “sanadores” y cultivación práctica de la sabiduría, ecuanimidad y razón práctica, con descripción también de puntos de fijación chakrática en meditación y hábitos saludables.

**-Astrologia Médica (Juan Trigo):** Se expone la influencia de los diferentes aspectos de carta natal en el desarrollo –y también solución de enfermedades– También la relación entre las diferentes partes del cuerpo y órganos corporales, con los planetas, signos y casas de la cata natal.

**-Frutoterapia, nutrición y salud** (Albert Ronald Morales): Propiedades de los alimentos esenciales para un crecimiento físico, mental y espiritual adecuado. También incide en los componentes tóxicos – naturales o industriales – de determinadas sustancias alimenticias.

**-Activa tus mitocondrias** (divulgativo): Se exponen los principales alimentos y principios activos para cargarse de energía celular y una serie de hábitos positivos también relacionados.

**-Remisiones espontaneas (**Tito Figueroa**):** Describe los mecanismos de sanación de todos los procesos de sanación biológicos del cuerpo –autofagia, síntesis endocrínico de ATP, etc… – desde una perspectiva más alternativa (los procesos biológicos los describe bastante bien a modo de síntesis, es uno de los valores del libro) basada en mente/dieta/sustancias naturales/otros y también en el poder de sanación por diferentes medios psicológicos y de autoconvencimiento/autosugestión.

**-El Tao de la Juventud Eterna** (Angelo Druda): Consejos para llevar una vida corporalmente, nutricionalmente y espiritualmente sana basada en los principios del Tao, y de cómo afrontar la muerte en los tiempos actuales desde una perspectiva sana y natural taoísta. Son particularmente “útiles” las páginas 112 (y unas pocas páginas en adelante), donde habla de la técnica y esencia del tantra yoga. También tendremos en cuenta las páginas 123-139 / 185-240 / 257-273 (dietas adecuadas para determinadas patologías y para una vida saludable) y Pag. 241-256 (beneficiencia del proceso de muerte). Es complementario a este libro en este capítulo del Tantra Yoga la lectura (y guía teórico-práctica tanto de Tantra como de sexualidad práctica) en el link de Intenet SlideShare del libro “Cultivando la energía sexual masculina”de Mantak Chía.

**-Tantra, amor y sexo (**Diana Richardson) (con sus anexos prácticos de consulta sexual-meditativo). En primer lugar el primer anexo de trata de un documento de papel físico con la clasificación ordenada de todas las posturas de índole erótico/meditativa que aparecen en este libro.” Los temas que trata la interesante e ilustrativa publicación son (en orden de aparición) todos de orientación a la sexualidad práctica**:** desarrollo orgásmico, puntos eróticos en ambos sexos, salud sexual, masturbación saludable, medicamentos y alimentos peligrosos para la sexualidad, sexualidad y meditación, canalización de energía y sexualidad en solitario (descendente y ascendente), técnicas para despertar el deseo en la pareja, fisiología del orgasmo, movimientos coitales adecuados para el placer, masajes sanadores, mejores posturas orgásmicas, idoneidad y uso del anticonceptivo, cultivas la fusión del amor y de la emoción, longevidad y sexualidad y sexo en la tercera edad”. Se complementa con el libro de Mantak Chía “La pareja multiorgásmica

**2. Ediciones o exégesis de “Clásicos” de la metafísica**

**-Tao Te King** (edición de Norberto Tucci): Hermeneútica del clásico taoísta con sencillas y gráficas explicaciones.

**-Tao Te King** (edición de Anne-Héléne Suárez Girard): Hermeneútica del clásico taoísta con explicaciones detalladas párrafo por párrafo, con más referencias a conceptos propios de la tradición y cosmología Taoísta.

**-El Tao habla** (TsaiChihChung): Ingeniosa versión en cómic del Tao Te King

**-Tao Te King** (edición de Richard Willhem): Completa publicación sobre el clásico taoísta en tres vertientes**:** 1-Comentarios y hexégesis sobre los Capítulos del Tao, 2-Evolución histórica del pensamiento Taoista y 3-Principios básicos del pensamiento Taoista.

**-Lao Zi y el Tao** (Isabelle Robinet): Completa y erudita publicación sobre el Tao Te King con: orígenes históricos, orígenes del pensamiento y desarrollo histórico del pensamiento taoísta, interpretación de la cosmología y terminología taoísta, sacerdocio y aspiraciones taoístas, muerte y vida taoístas, y por último evolución de la meditación y alquimismo taoístas a través del tiempo.

**-Chuang Tzu**: Clásico de la literatura Taoísta con introducción descriptiva del pensamiento Chino

**-Lie Tse**: Clásico de la literatura Taoísta con parábolas e historias Taoistas

**-I Ching: Carta Natal e interpretación oracular** (Enos Long): Manual básico de interpretación personal del Hexagrama Natal de la estrategia terapeútica de la tradición interpretativa de las tendencias del Karma a través del I Ching taoista

**-I Ching y Psicología Transpersonal** (Marison Gonzalez Sterling**)**: Temáticas centrales de la publicación: Particularmente potente en páginas centrales de pagina 60-90 aprox. (no exclusivamente de técnica IChing o estudio de hexagramas básicos concernientes) donde explica el concepto de sombra o inconsciente, también interesante la descripción de la polaridad masculina-femenina de fusión dentro de uno antes de proyectar sombra personal del inconsciente en pareja, padres, hermanos u otras personas. Asumir la responsabilidad de “alumbrar” el insconsciente para integrarlo en el consciente (la carta natal y el árbol de la Cabala dan pistas). Pero la parte más potente de la publicación se muestra a partir de las Pag. 160-161 se establece un paralelismo entre demonología-ovnis-egregores frecuenciales que encaja sobre la propia creación humana holográfica consciencial del fenómeno, y también en las Pag.162-163 se explica en términos sencillos el mecanismo reencarnacional. Igualmente, en Pag. 171-172 se describe desde la perspectiva Taoista de elementos telúricos (montaña, lago etc…) las fases de afloramiento del inconsciente o integración del inconsciente con el consciente a través de las etapas vitales humanas (“Viaje del héroe” o “Viaje del alma”) con relación a los tránsitos astrológicos.

**-Sutra Avatamsaka** (exégesis del Monje Myoren – Volúmen 1):Establece una valoración sobre las diferentes secciones con citas textuales, y continuamente haciendo interrelaciones entre el Sutra y los diferentes textos de la tradición Tendai a la que pertenece la recogida de este primer Sutra develado por Buda justo tras su iluminación. Es particularmente potente en su segundo y último tercios (aunque realmente bueno en su totalidad), y marca una relación de preceptos, herramientas del Bodhisattva, código éticos y descripciones metafísicas relativas a la Budeidad.

**-Sutra del Nirvana** (exégesis del Monje Myoren): Establece una valoración sobre las diferentes secciones con citas textuales, y continuamente haciendo interrelaciones entre el Sutra y los diferentes textos de la tradición Tendai a la que pertenece la recogida de este primer Sutra develado por Buda justo antes de su Mahaparinirvana “definitivo”. Orientado a la noción de que Nirvana y Samsara (y concepto de “Ser” y “No Ser”) en el fondo son lo mismo (no tiene por lo tanto un sesgo tan “negativo” como en la tradición Hinayana o incluso en el Sutra Avatamsaka …). Y, por lo tanto, lo importante para un camino de “Iluminación” sería el “trabajo” de Bodhishatva en relación a uno mismo y a los demás seres. Marca una relación de preceptos, herramientas del Bodhisattva, código ético y descripciones metafísicas relativas a la budeidad. Se recomiendan especialmente los dos extractos 1) el dedicado a cuatro nobles verdades y 25 estados de Conciencia de alrededor de Pag. 274 y 2) el extracto donde se menciona la relación entre las fases del “despertar” individual budista y la evolución de las diferentes tradiciones de escuelas budistas. También son relevantes los párrafos sobre el mecanismo del karma (página 489) y las diferentes meditaciones budistas (página 493).

**-Sutra del Loto** (exégesis del Monje Myoren, Volúmen 1 y 2):Sutra intermedio entre los anteriores que marca una evolución de las enseñanzas develadas en el Sutra del Nirvana, donde se desarrollan las nociones de la “Eternidad” de vida, el Dharma, el uso de Medios Hábiles y nociones acerca de que todos los seres poseen la capacidad de alcanzar la Iluminación y convertirse en budas. Quizás es el tratado más “práctico” a nivel de Boddishatva y también “mantrático” pero no el más profundo, que posiblemente sea en este sentido el “Sutra del Nirvana”. No obstante, se considera el Sutra alrededor del que gira toda la enseñanza del Buda

Mejores extractos (a grandes rasgos):

Volúmen I: Pagina 118, donde apunta a estados de conciencia y concepto de paraiso-infierno mental según la propia gestalt de Conciencia Budista del sujeto.

Volúmen II: Pag 32 manifestaciones de resistencia en la vida o personas que te ayudan “disfrazados” de Buda, pag 146 y pag 167 mantras para la vida, y finalmente el Epilogo como buen resumen de las enseñanzas completas de todo el Sutra del Loto y también como buen resumen de palabras-concepto explicadas para el entendimiento general de las enseñanzas del Buda (sobre todo las relativas a los “Tres refugios” en clave democrática en algunos aspectos y no tanto en clave de “secta”).

**-La Joya del Discernimiento** (Sankara):Texto muy interesante de exégesis y compendio de conocimiento de la esencia hindú yóguica y metafísica que describe los mecanismos de disolución en Brahma como proceso de “liberación” (o fusión entre el alma Atman y la fuente Brahma), con referencias constantes a los textos védicos, Gita y Upanishads. Otra vertiente fundamental del libro es el recordatorio constante de la importancia del no apego a lo material/emocional/idealista en este proceso de unión (y disolución) con la Fuente. Especialmente brillante es el sutra nº 542 donde se describe el ludismo y en cierta manera la fulgurante – pero a la vez contenida jupiterino/saturnal - imprevisibilidad de las actitudes vitales del “buscador”.

**-Upanishads** (Edición y exégesis en introducción de Joan Mascaró):Clásico de Metafísica que instruye sobre la importancia de trascender la naturaleza de los deseos, siempre que se aparten de la voluntad de la unión con Brahma (Yo Superior) y Atma o Espíritu Supremo (Logos regidor universal – 7º chakra -) (Atma también se refiere a la fusión de este Espíritu Supremo en el alma humana). Particulamente bueno en su primer tercio y últimos extractos del libro, aunque es una publicación que está bien en términos generales. Tambien subraya el poder del vocablo triple “Aum” en la meditación.

**-Baghavad Gita** (Edición y exégesis en introducción de Joan Mascaró):Clásico de Metafísica que refleja el determinismo y la vía a seguir para la evolución álmica reflejada en la carta natal a través del Karma adquirido en vidas anteriores (en su último tramo), las vías de fusión con Brahma y el Espíritu Supremo, la tenencia y descripción de deseos o Gunas o niveles del ser (sobre todo en última parte) y su sublimación, y por extensión instruye sobre la importancia de trascender el plano mortal en una convergencia disolutiva con Brahma y el Espíritu Supremo con herramientas como la sabiduría o el conocimiento de la Verdad/Virtud, el Yoga, la devoción, y el servicio a la humanidad.

**-Patanjali, Sutra Yogas (**Instituto Mithinga, exégesis**)**

Primer tramo del libro: Fundamentos de “recta vida” preparatorios para técnicas de Samadhi.

Segundo tramo del libro**:** Ejercicios pránicos previos a la técnica de Samadhi.

Tercer tramo del libro**:** Ejercicios propiamente “mentales” constitutivos de la técnica de Samadhi (concentración y contemplación con o sin objeto/semilla) a través de los 8 peldaños de Samyama (denomiación del proceso) mediante la línea evolutiva de discriminación-renunciación-liberación que lleva a un estado de “presente continuo” donde ya no existe categorización ni presencia de espacio-tiempo.

Tramo penúltimo del libro (80 anteriores páginas aprox.):técnicas de Kundalini (y sobre todo su fundamento).

Tramo final del libro (50 últimas páginas aprox.) (muy bueno):nociones generales potentes, y gráficas en su nivel descriptivo, sobre la confluencia entre el Yo Superior (a través de la conciencia), la mente (a través del conocimiento adquirido) y la realidad holográfica exterior que proyecta el subconsciente. En esa confluencia mutua describe como el samadhi (7º chakra) se produce en la ejemplificación de su estado, fruto de esa interacción para proceder después a la destrucción de la propia “semilla del samadhi” (8º chakra mahaparanirvana) para asi terminar de depurar el proceso concreto (y por lo tanto equilibrar y disolver el karma adquirido en la rueda de reencarnaciones), entrando finalmente y de esta manera en un estado de bienaventuranza y de “increación” donde el contacto con la materia solo seria una excusa para que el sujeto aportara conocimiento a la humanidad en pos de la “salvación” propia y la de la humanidad. También en esta última parte del libro ese explica la importancia de poner al servicio de uno mismo, de la humanidad y por ende del cosmos, el conocimiento y la procedimentalidad del proceso.

**-Silencioso Tao** (Raymond M. Smullyan): Reflexiones sobre taoísmo aplicadas a la vida cotidiana moderna y al espíritu profundo del Tao.

**-“Meditación taoísta, el más antiguo camino hacia la liberación”** (Thomas Cleary): Principios básicos taoístas (virtud, Tao, iluminación, confianza, deber, confianza, mente, canales energéticos, mente, etc…) y descripción de algunos sistemas y técnicas/prácticas de meditación (las técnicas generales de meditación aparecen desde la página 185-212).

**3. Libros de comprensión de planos sutiles y teoría de la meditación de carácter teórico o teórico/práctico**

**-La Cábala, el conocimiento completo (**Santiago Aranegi):Resumen sintético, pero amplio, de los fundamentos de la Cábala hebrea, con incursiones también en los símbolos del Tarot, un apartado interesante sobre curación de enfermedades (hacia el final del libro) usando colores y meditaciones cabalísticas y la misma finalidad pero con posiciones de mudras de dedos (también hacia el final del libro).

**“Símbolos para el Alma, la rueda revertida en el Tarot de Marsella”** (Michell Perez Rizzi): Estupenda publicación en relación a los 22 senderos de la Cábala que el alma debe transitar en el proceso de “limpieza de sombra” o individuación, tomando las dimensiones y relaciones entre Sefirots más espirituales como dadoras de conocimiento y “trabajando” gradualmente a posteriori con ese conocimiento “práctico e interiorizado” sobre las Sefirots mas inferiores en un proceso de “traer el cielo a la tierra”. Son especialmente interesantes las alusiones historiográficas a los símbolos del Tarot asociados a los senderos y exégesis energética asociada a los mismos

**-Trioria del Todo (**Nacho Lopez Cabanas): Brillante “estudio” holístico sobre la relación del cuerpo humano, la psique y el espíritu con Dios y el cosmos, desde una perspectiva no solo teosófica y metafísica sino cuántica y científica. En la primera parte del libro describe la evolución de la Física a través del tiempo hasta llegar a la física cuántica, más tarde jerarquiza los niveles físico energéticos del ser humano en relación con los planos sutiles, para posteriormente describir técnicas y terapias de sanación del subsconsciente y por último finalizar el libro en su parte más brillante describiendo la finalidad de “propósito” espiritual y vital del ser humano en un sentido profundo último del Ser. Aconsejables también los apéndices del libro donde se enfocan aspectos relacionados con la la entropía, la física y la evolución humana espiritual.

**-Antología** (Ken Wilber): Recapitulación de los mejores escritos y reflexiones del autor de extractos de diferentes libros de su bibliografía. Estudio ontológico y metafísico de la realidad que por momento es demasiado jerárquico y taxonómico pero que tiene momentos de especial brillantez sobre todo en torno a los siguientes extractos: Pag. 180 escala evolutiva del hombre a partir de estadios diferentes (desde lo más “primitivo” correspondientes a chakras inferiores hasta lo más espiritual de fusión con el Ser y el no-Ser –paranirvana–) poniendo especial hincapié en la fijación del Ego-Consciencia en ese estado (pero siempre integrando los niveles anteriores), Pag. 171 donde describe magistralmente y pedagógicamente las principales técnicas de meditación Budista Hinayana (como la técnica Vipassana de quietud y reflexión), meditación Budista Mahayana (técnica de Tonglen de No-Dualidad y ejercicios pránicos y concienciales para diluir y alquimizar el sufrimiento propio y del mundo en Juego –trasunto energético sería de transmutar la energía de Escorpio en Sagitario–) y también describe en esas páginas la técnica de Meditación Budista Vajrayana (basada en las 3 fases de identificación externa, disolución y desdisolución en el Ser y el No-Ser).

También en Pag. 224 aproximadamente se describe un brillantísimo ejercicio de meditación vipassana “del testigo” en términos muy sencillos y en página 240 se fundamenta que que el ego no hay que eliminarlo sino integrarlo luminosamente y fortificadamente en la supraconciencia, páginas 253 y 258 exquisita visión desde la perspectiva de la tradición Zen de la iluminación holistica del subconsciente “limpio” hasta la realidad y tambien hasta la Supraconsciencia, página 287 meditación “de descanso en el testigo” o de descanso en el Yo Superior (desmitificacion del contacto con el Yo Superior o conciencia testigo en ese estado) en relación al mito “neurótico” de desembarazarse del ego cuando en realidad es cuestión de encauzarlo y “limarlo” además de sentir su vacuidad o ligereza; así se diluyen los límites dualistas entre vida/muerte . También entorno a Pag. 287-288 Meditación Holística fundamental, relacionada y concomitante con la meditación Zen Dzogchen, página 289 función del arte “ mística” como suspensión activa del ego “toxico” productivo basado en la conciencia del tiempo, generando este arte un juego metafórico contemplativo/activo de la Realidad Multidimensional Holística, página 298 visión de Ramana Maharshi sobre la realidad limpia de programación en el sueño como sueño profundo sin sueños, página 302 concepción de la realidad multidimensional como Consciencia que se desdobla para poder jugar a modo de Lila (juego) y así no “aburrirse” pero que debe trascender para jugar la falsa noción de opuestos ya que todo es un continuo y la noción de opuestos es un concepto programático y por lo tanto ilusorio, ya que según el autor la realidad es un “(presente) continuo vacío” autodesplegado de la conciencia, para concluir con la página 311 donde se justifica la perspectiva también social y mundana integrativa relacional de la meditación y la trascendencia.

**-Cuestiones Cuanticas** (Ken Wilber): Sintesis de pensamientos de físicos cuánticos de principios/mediados del siglo XX (algunos explícitos, otros resumidos por el autor) sobre la relación religión-mística-ciencia entre los que destacan la teoria inductiva de creación de realidad hacia paginas 170 y 232 del físico Sir James Jeans, la “creación de realidad” de la mente sobre la materia de páginas 211 y 235, el dilema atómico del pensamiento de Heisenberg de páginas 220-221, la “responsabilidad cuántica” del hombre y jusficicación desde la Física de la subordinación de la materia al espíritu de página 240 del autor Eddington, la justificación científico-filosófica del concepto de “realidad como ilusión “ budista en torno a las páginas 240-245 y por último en página 251 la teoria evolucionista de “conexión wifi” con la Fuente Dicina del físico Eddington.

**-Trascender el Ego** (Roger Walsh & Frances Vaughan): Muy buena publicación con relevantes extractos de estudios de diferentes pensadores y científicos actuales sobre el estudio de la Conciencia y su relación con paradigmas históricos en relación. Cobran especial importancia los artículos y ensayos recopilados en torno a las terapias transpersonales (holotropía, chamanismo, técnicas de meditación) , asi como también las críticas bien fundamentadas al positivismo imperante y los grandes sistemas de actuales de pensamiento integrativo en relación a la unidad no-dual del individuo dentro de un contexto de multidimensionalidad “jerárquica” con la Fuente.

**-“La Crisis del Mundo Moderno”** (René Guenon): Línea general temática de la publicación: desgrana los mecanismos generales de extensión del Kali Yuga degenerante tanto en Oriente como en Occidente con especial atención a los siguientes extractos: Páginas 44-45 acercamiento de Oriente a Occidente y capítulo anterior y por otra parte la falsa mistificación del periodo histórico del Renacimiento y las críticas a Edad Media, pag 56 degeneración de la Astrologia con la astronomía, pag 60 concepción de ciencia que debería tener un planteamiento inductivo de interpretación desde el plano metafísico hacia el fisico y no al revés, pag 82 manipulación del concepto de "igualdad " por las elites masónicas desde el siglo XVIII, pag 108 eliminación paulatina e imposibilidad del Cristianismo en Oriente, pag 110 occidentalizacion degenerativa de India y China (sobre todo) como reflejo de los últimos estertores del Kali Yuga, Pag. 122 contribución positiva de los " bodhisattvas intelectuales" en la construcción de un nuevo mundo en los estertores de una Nueva Humanidad futura, pag 125 critica demoledora al catolicismo institucional como cómplice del materialismo iluminista, pag 129 resumen y conclusiones subrayando el papel y poder “matrixial” de las esferas de poder en el mantenimiento del espíritu positivista, iluminista-satanico y en este sentido alertando contra la infiltración de falsos gurús para desviar al adepto del camino de la verdadera espiritualidad y corolario final sobre la semilla del “poder de la Luz” y del pequeño acto conductual y proverbial incluso en circunstancias extremadamente negativas: *Vincit Omnia Veritas.*

**-“El Reino de la Cantidad y los signos de los Tiempos” (**Rene Guenon**);** Buen libro, pero prolijo en sus explicaciones y poco sintético, aunque interesante en sus ideas últimas, donde el autor advierte y de la paulatina “Kaliyuguización” de Occidente (sobre todo) y Oriente a través de sus teoría acerca de la “solidificación” de la civilización, de la mecanización de la ciencia, justifica también su escepticismo sobre la teoría atómica oficial (que considera meramente “proyectiva” y disuasoria, pero no real), describe el uso de “magia negra” en los mecanismos de inducción psicológica de las élites a las masas, la imposibilidad del dualismo ontológico (y su utilización como herramienta de control y sometimiento), la inversión de los simbolos de poder (como la serpiente judaica del pecado), el desenmascaramiento de la ciencia paleolítica al usarse como “animalización” instrumentalizada del ser humano (ya que sociedades agrarias coexistían con civilizaciones como Gobleki Tepe), la crítica al psicoanálisis Freudiano al considerarlo como “satánico”-no integrativo- contradictorio en sus términos materiales-acientífico y por último la crítica al Hatha Yoga y el espiritismo & teosofismo por contener mecanismos de sugestión que contradicen en muchos casos su supuesta trasdendencia.

**- Las 13 dimensiones** (Samael und Weor): Descripción jerárquica y evolutiva de las dimensiones cósmicas y humanas desde la perspectiva de la teosofía y la ciencia oculta. Publicación de clave simbólica y críptica.

**-Teosofía** (Rudolf Steiner): Describe el viaje del alma y las propiedades que adquiere tras la muerte por los planos anímico (cuarta dimensión) y espiritual (de sexta dimensión a decimotercera dimensión).

**-La vida entre la Muerte y el Nuevo Renacimiento** (Rudolf Steiner): Describe las etapas de tránsito y evolución del alma desde los primeros estadios post mortem hasta el nuevo nacimiento, transitando por todas las constelaciones estelares (quinta dimensión).

**-Vida después de la muerte** (Rudolf Steiner): Ampliación del libro anterior sobre el tránsito, conformación y evolución de las almas después de la muerte por las esferas planetarias y también descripción de diferentes planos en vida, y consejos/técnicas para acceder a ellos mediante técnicas de proyección Astral durante el Bardo de la Vida.

**-La Ciencia Oculta (**Rudolf Steiner): Se divide a grandes rasgos en los siguientes bloques: 1-Historia de la conformación de los planos sutiles en relación a las influencias estelares 2-Historia de la conformación de los planos sutiles en relación a las influencias estelares y las diferentes civilizaciones ancestrales 3- Indicaciones para el desarrollo de los órganos perceptores espirituales.

**-Guía para el conocimiento de sí mismo** (Rudolf Steiner): Cosmovisión teosófica de carácter general que permite profundizar las relaciones entre la Naturaleza, el Hombre y el Cosmos, encontrando las respuestas para las preguntas que surgen sobre los misterios de la vida. En este libro, la idea central es la siguiente: El hombre es libre para lograr una transformación de sí mismo a través del autoconocimiento.

**-La Ciencia Sagrada** (Sri Yukteswar): Excelente publicación de lectura integral. En su primera parte describe los diferentes 4 Yugas en periodos cortos de alrededor de unos 20.000 años, y como el Mandala Astrologico, en ciclos circulares heraclitanianos de "eterno retorno", a partir de ahí el autor describe el "viaje del héroe" espiritual de cara a una disolución o integracion con la Fuente (o "Sat") para ello estableciendo una etica vital y espiritual, para pasar a describir excepcionalmente y muy graficamente la conformación de la "semilla causal" en el mecanismo reencarnacional (o cuerpos o dimensiones del Ser) para acabar en la última parte del libro estableciendo unas técnicas de meditación "trascendentales" para alcanzar tal estado, todo ello cristalizado desde diferentes tradiciones Yoguicas, hinduistas (sutras vedicos seleccionados en quintaesencia) y de diversos pasajes cristianos bíblicos.

Notas a gráfico de Pag. 44 (tambien entronca con la descripción fractal- vorticial-semicircular en concepción de plano espacial del Universo de Pag. 82-83 y Pag. 97-103 ) : "Sat" (Fuente cuyo estado aplicado al ser individual es "Paramartha") es Yo Superior (séptimo chakra trascendental en versión "Ser"), "Chit" es Sabiduría intuitiva Uraniana cabalistica (que la comunica al alma humana inferior Chitta Daat cabalistico incorporeo - pero semilla de la corporeidad- a traves de Kutasha - Amor Universal Omnisciente canalizado desde la Fuente Sat por Purusha que es el Espíritu Santo -) y "Ananda" es plenitud en la forma Saturnal (equivalentes al plano espiritual, y al sexto chakra intuitivo, Chit sería "creacion" y Ananda sería "destruccion" porque todo lo creado tiene que ser destruido, incluso en su dicha satorica), Chitta Daat espiritual incorporeo (alma) sería ya el quinto chakra (donde intervienen los influjos planetarios astrologicos en forma de codigo adquirido, recogiendo de Purusha la sabiduría y el amor Omnisciente. Aqui Budi seria el equivalente al alma sabia benevolente jupiteriana o Hesed cabalistico y Mana la pura mente o Prakiti con su equivalencia a Marte o la Geburah cabalistica) , cuerpo causal ya con la corporeirizacion en forma de alma de los deseos de Chitta (cuarto chakra), cuerpo astral donde se configura ya el "fantasma" fisico o sujeto incorporeo en funcion de la configuración psiquica que anhela Chitta - por eso los ascendentes de "máscara" fisica de deseo son muy responsables a su vez de la configuración fisica del sujeto - (tercer chakra), cuerpo eterico (segundo chakra) y cuerpo físico (primer chakra)

La columna de la izquierda en este caso remite a la polaridad masculina (expansiva) y la columna de la derecha a la femenina (estructuradora o receptiva) , a diferencia del Árbol de la Vida cabalistico. Y las "cuatro ideas " del 5° plano espiritual también se denominan "Manus" (verbo, tiempo etc ...).

7 Dimensiones o chakras del Sutra 13 (Pag. 46-47-48) se corresponden con los niveles del gráfico de la página 44 (la creación cosmica o del Genesis sería por lo tanto un proceso de "contracción" cabalistico o "descendimiento de la cruz" cristiano o de "física cuantica vertical equivalente al colapso de onda" como postula el físico Wolfgang Smith).

Otros extractos interesantes:

Desde pagina 48 a Pag. 51: Niveles de Consciencia segun evolucion almica (Ley de Atracción entre humanos - que condiciona el mecanismo reencarnacional-en página 50 forma parte de la instauración del nivel consciencial propiamente animal o humano - o de afinidad almica dentro del nivel consciencial propiamente humano de Guianamaya Koshka )

Nota: el cuarto kosha de la página 49 sería el cuerpo eterico

Nivel consciencial de "Devata" transita entre 5°y 6° chakra y nivel consciencial de "Libre o Sannyasi" transita en el 7° chakra . "Libre o Sannyasi budico no dual ni en materia ni en no-no materia" sería el estado conciencial del 8° chakra parinirvanico

Sutra 16: Pag. 52 interpretación hindu de la experiencia ilusoria de Maya desde el punto de vista de la "anulación de electricidad es positiva y negativas de los sentidos en vigilia, sueño y suelo profundo" (proceso denominado "Parokshaguiana")

Sutra 18: Pag. 58, Descripción del mecanismo de la Ascensión o Atracción (opuestos a la "Repulsión" descendente reencarnacional) o Kaivalya (Unificacion con Dios)

Pag. 68 importancia de la dualidad estudio-practica en la "mistica".

Pag. 72 concepto de Fuente ("Sat") como "Guru".

Pag. 78-80 aprox. Argumentación fisiológica de la orientación frugivora del Ser Humano.

Pag. 83, importancia de la sexualidad sana y no reprimida, y de cómo la alimentación insana, al igual que el stress o una comunicación "anomala" con la Fuente, incide sobre la sexualidad "aberrante".

 Pag. 87 (abajo) - 89 y tambien pag 91 y también Pag. 103 en adelante: meditaciones Pranayama y Pratyahara cómo medios de equilibrio de las funciones corporales básicas y nervios involuntarios APUNTAR EN FUENTES PARA LA PRACTICA.

Pag 90 (abajo): Sushummnadwara es sexto chakra ajna, en donde se debe focalizar la meditacion interna Pratyahara.

En el proceso de 4 fases de integración con la divinidad desde el segundo cuerpo eterico (aue no consta en el grafico de la pagina 44), los cuerpos 5, 6 y 7 (5°, 6° y 7° chakras) de Janoloka, tapoloka y satyaloka ya no dual, forman parte de la última fase (ya en pleno plano espiritual).

Pag. 106 se describe como después de la integracion Padre-Hijo se pueden sentir y visualizar los 7 rishis o chakras, fractales de 7 dimensiones vorticiales superiores (Lokas).

Pag. 108 visualización a través de la consecución de la integración Padre-Hijo del plano de conformacion de semilla causal (swarloka) donde se visualizan los 5 elementos - Pancha tattwas , ver grafico de Pag. 44 - (tierra, aire, fuego y aire + centro de Mandala o Eter de incercia de vidas anteriores) que conforman el alma astrologica del individuo + los dos polos coadyuvantes de inteligencia y mente que "cierran" por arriba el alma del individuo, lindando con el plano espiritual pero comunicándose con este plano de conformacion de semilla causal.

Pag. 110: Aisvaryas o "poderes" derivados de la Disolución, Integracion, Ascensión o Iluminación.

**-La Doctrina Secreta (Volúmen VI)** (A. P. Blavatsky): Publicación teosófica de carácter especulativo general bastante prolija, que tiene su punto fuerte en los extractos donde describe el proceso *post morten* de una forma bastante brillante, los diferentes planos y estados de la conciencia humana y también los efectos y consecuencias de la rueda kármica existencial. De lectura más amena y sabrosa a partir de su segunda mitad.

**-Dinámicas de lo Invisible** (4 volúmenes) (David Topí): Publicaciones de carácter enciclopédico-metafísico cuyos puntos fuertes están en la descripción de los mecanismos de reencarnación, los diferentes cuerpos vitales y centros de “comandancia sutil” del ser humano, la interacción espacio-sincrónica temporal de las diferentes líneas de existencia en relación con tradiciones antiguas y física cuántica actual, el propósito “vibratorio-evolutivo” humano y también todo el mecanismo de sistema de control filosatánico del planeta.

**-Enseñanzas y preceptos básicos** (Ramana Maharshi):pequeño - pero enjundioso - ensayo sobre las enseñanzas básicas del místico centradas en el encuentro con el “Ser” divino inherente a todo individuo, y en base a la meditación consciente y la desprogramación del subconsciente. Muy interesante.

**-“El Yoga de las Obras Divinas”** (Sir Aurobindo): Libro de Yoga Integral y tripe Yoga Integral (basado en la conjunción de tradiciones de Bhakti Yoga devocional del corazón, Raja Yoga del Conocimiento y también del Yoga de las Buenas Obras). En su primera parte describe el concepto de Yoga Integral para en su segunda parte adoptar un enfoque más especulativo. Interesante particularmente cómo describe los mecanismos de las 3 gunas y la “receta” para sublimarlas a modo de “testigo desapegado”. También deviene potente la publicación en su último tercio donde describe mecanismos de Iluminación donde define bien el proceso y los conceptos asociados (“Amo”, “prakiti”, “Madre” etc … con paralelismos cosmológicos con la cosmología metafísica Clásica de Topí y también las 13 dimensiones de la tradición gnóstica de Samael).

**-“Guía del Yoga integral” (**Sir Aurobindo)**:** publicación de carácter más conceptual, donde su interés reside especialmente en su última parte donde define desde un punto de vista filosófico-metafísico conceptos sobre el amor verdadero, etc... También interesante el apartado final sobre preguntas/respuestas acerca del Yoga Integral**.**

**-“El Romance Divino” (**Paramahansa Yogamanda**):** Ensayo de diálogos de pensamiento del autor transcritos, sobre todo acerca de la importancia de la meditación y del cuidado de los hábitos para trascender y equilibrar el Karma. También exalta la importancia de su método Yogoda (Kriya Yoga) de cara a una interioración del proceso meditativo y describe brillantemente su técnica de Yoga de Patanjali (hacia página 205), y sobre todo se destacaría de esta publicación la brillantísima exposición sobre las trampas del “amor exclusivo” en oposición al “amor de Dios” o “amor Pisciano” a todos los seres.

**-La práctica de las llamas, el Libro de Oro y Estudios Sobre La Alquimia (**Saint Germain**):**

Se divide en 3 partes:

**1) Práctica de las Llamas: “**Manual de decretos” en base al concepto telúrico-energético de los 7 Rayos, que simbolizan 7 “mecanismos” de protección o aporte de determinados valores universales canalizados por el alma del maestro Saint Germain. El otro valor importante del libro (hacia página 170 y adelante) reside en como describe incluso gráficamente los mecanismos del Karma y también sobre todo como describe la ascensión del Alma en un proceso trino cuando se produce la muerte (“Espíritu Santo, hijo y padre” –o bien Cuerpos inferiores integrados en lo superior, cuerpo mental superior y cuerpo Causal iridiscente–)

**2) Libro de Oro**: Abunda en la temática del libro anterior pero focalizando en los decretos, y orientándolos de una forma genérica hacia el “Yo soy”, sin focalizar tanto en el aspecto “terapeútico” de la la Práctica de las Llamas.

**3)** **Estudios sobre la Alquimia**: Se trata de un interesante ensayo corto sobre el poder alquímico de entrar en contacto con la Consciencia Suprema o Fuente, donde también se argumenta el balance energético y simetría de la Ley de Causa-Efecto, el propósito divino de la Vida y en relación a la anterior ley de Causa-Efecto el ajuste conciencial de los mecanismos de retribución de los “Tribunales Kármicos” internos.

**-“El arte de ensoñar”** (Carlos Castaneda):Ensayo novelado sobre los cuatro niveles de atención de los sueños; primera atención: sueño lúcido; segunda atención: sueño lúcido en compañía de seres inorgánicos o parásitos, guias de viaje psicodélicas arquetípicas de la mente - y narradores de conciencia - ; tercera atención: sueño más propio de plano astral con consciencia del entorno y atendiendo a la energía de los objetos; cuarta atención: sueño más astral donde se interacciona con el entorno a instancias del “guardian de la muerte” – narrador de conciencia pero intermediario y “ejecutor” en la visita del alma a diferentes planos o universos -. Se describe también que para “ascender de nivel” se decreta o bien se sueña dentro de otro sueño.

**- “Viaje a Itxland”** (Carlos Castaneda):se exponen en la primera parte del libro los atributos del “guerrero afirmativo nagual” y en su segunda parte del libro es (más especulativa) se pretende concienciar al lector sobre la existencia de planos sutiles y la importancia de ir mas allá de las apariencias “matrix” de la realidad cotidiana en una acto mágico en base siempre a ideales de bodhisattva y descanso.

**-Psicología de la autorrealización (**Antonio Blay**):** Publicación de naturaleza psicológica pero de base metafísica, especialmente potente en su último cuarto cuando donde ahonda en la importancia del autodescubrimiento y del ser uno mismo (en cuatro estadios, en la que el último estadio sería con una vocación más de puesta al servicio de los demás, y el tercer estadio que sería más de disfrute). En el último cuarto del libro expone también los mecanismos de regulación kármicos desde una perspectiva sencilla en la línea de Osho de que se conforman sobre todo por apego a pensamientos y consecuencias de actos. Por otra parte los extractos más interesantes de la publicación serían:

Pag. 17 y Pag. 41 mecanismos de ejercitamiento y actualización kármica alrededor de las "sombras" personales (que efectivamente por karma te autoasignas en el Mandala para "corregirte" tanto en rendimiento - aspectos rojos -, como en más fluidez - aspectos azules -, como en aprendizaje mercurial- aspectos verdes -), importancia también de no "luchar" contra la sombra sino integrarla, y tampoco irse a los extremos sino que buscar el punto medio lúdico de ej. "amorodio". También postula que el desarrollo interior es el pilar de la no dependencia al exterior para que se torne "disfrutable" pq solo aquello que da independencia interna de bienaventuranza de alma (independiente de los estímulos externos) ya que la felicidad exterior es pasajera (aunque se pueda en un momento dado paladear como un caramelo, su buen sabor también se extingue como un caramelo), Pag. 92 triple mecanismo erróneo de identificación con los modelos externos matrixiales,hacia Pag. 110 importancia de "abandonar el Yo ideal" para sumergirse en el "Yo autentico" pero en concordancia con los mecanismos “saturnales” de la sociedad pero teniendo habilidad para sortearlos, pag, 131 describe la formación de las 3 capas (sentidos, voluntad e inteligencia) del embrión pre-natal humano como reflejo posterior de la personalidad adulta y a su vez estando condicionado por "arrastres karmicos" previos de otras vidas, Pag. 141 explica la proyección de los miedos y distorsión personales que contamina toda la fenomenologia proyectiva personal energética conciencial e incluso paranormal, mistica, arcóntica etc … que se extrapola a toda la humanidad (y con eso juega el poder para esclavizarnos a través de sesgos cognitivos ... y por eso inteligentemente nunca censuran a autores como Gringberg, cuánticos como Schrodinger, médicos o biólogos como Lanka etc...), Pag. 145 proceso de desprogramación personal viviendo el "yo experiencia", y después, una vez desbloqueada la mente y la percepción, sentir el flujo de la Fuente para desde el Fondo Individual Auténtico (ya "limpio") expandir el Ser hacia la Conciencia Universal, Pag. 147 herramienta "aseptica" de la Atención en todo el proceso anterior, Pag. 170 proceso de disolución en lo lúdico-experiencial-divino tanto de los residuos desagradables como de los agradables (ya que también en torno a estos últimos se produce también un mecanismo doloroso de apego y ansia de repetición), Pag. 179 ansia de posesión consumista moderno o de tenencia como respuesta a un vacío existencial provocado por la desconexión con el Fondo Existencial Individual Auténtico, Pag. 267 importancia de la conexión con el Yo Superior, Pag. 298 concepto vida como juego de "dar"-recibir (muy cabalístico), Pag. 299 mente Superior como "dadora" de Conocimiento y Sabiduria (no de transmisión de datos mental), hacia Pag. 325 y Pag. 339 importancia de no convalidar el defecto de uno mismo con la virtud de otra persona pq sería simplemente una "muleta" sino desarrollar en el propio interior esa virtud (un ejemplo de ese error es buscar lo que uno no ha desarrollado en la pareja), Pag. 334 técnica de "materialización de decretos" siempre y cuando estén alineados con el Yo Superior personal y con el subconsciente "limpiado de nudos" en mayor medida, y también con posibilidad incluso de curación física si se realiza el proceso con consciencia (Pag. 338), Pag. 349 Posibles conflictos con padre/madre proyección del padre/madre como proyección del padre/madre internos, Pag. 353 peligros del “Yo” como unidad separada, y por tanto del rechazo del resto de personas, Pag. 359 cualidad del juego lúdico como fuente metafísica transpersonal en todos los ambitos (en etapas Pag. 361), pag 374 fundamentos base del concepto de reencarnacion, Pag. 378 concepción de muerte y vida, y Pag. 385 crítica del concepto del trabajo, el esfuerzo y del “logro” desde un punto de vista existencial y energético.

**-Energía, Vitalidad y Espíritu** (Thomas Cleary): Publicación de lectura integral, con extractos y resumenes de tratados de sabiduría taoístay también con esquemas de guía práctica de Meditación Taoísta. En cuanto a la introducción de Meditación el capítulo “Ancestro Lu” (página 91) es especialmente potente para introducción a Meditación y también el apartado siguiente de los Fundadores de las Escuelas del Norte y del Sur (página 139) con el apartado Wang Che y también con el subapartado Chang Po-tuan para la meditación en sí (hasta página 163). También son especialmente interesantes para la Meditación Taoísta práctica en sí - y en algunos casos introducción a la práctica - las páginas 173-175, 176-178, 190-194, 200-208, 227-235, 270-80, y 290-306.

**-Mente en equilibrio (**B. Alan Wallace**)** (Ver documento Word “guía para meditaciones de estabilización mental y encuentro alquímico supramental”)**:** Teorías sobre los diferentes tipos de meditación a través de la historia y su relación con la ciencia (particularmente con la ciencia no mecanicista actual), y clarificación de conceptos y fases “experienciales” relacionadas con los diferentes “trances” de la meditación “trascendental”. También describe prácticas de Vipassana “trascendental” (no “ordinaria”-Raga-Jnana) y dzogchen (y afines) orientadas a la exploración de la consciencia y del sentido último de la meditación**.**

**-Los Yogas Tibetanos de los Sueños y del Dormir** (Tenzing Wangyal Rimpoché): Manual práctico de como estabilizar la base supramental Rigpa (arquetipo masculino, que está en la base luminosa de todos los fenómenos “ilusorios de Samsara, “Ser”) fusionandola con el vacío existencial Khunzi (arquetipo femenino, que se relaciona con el vacío cuántico o con la “Virgen María”, “No Ser”) tanto en vigilia, como especialmente en la fase de no vigilia o sueño. Desglosado en dos partes: 1) práctica del Yoga de los Sueños y 2) práctica del Yoga del Dormir inconsciente previo a la fase de los Sueños, y con técnicas de preparación afines a ambas fases. El objetivo último sería la estabilización mental y sentir la vacuidad y juego de la existencia (Lyla) para implementar la “liberación” en el bardo de la muerte correspondiente a la epata existencial entrevidas. También es interesante desde el punto de vista práctico, por sus consejos para una vida más serena, consciente y feliz, sobre todo en el último tramo de la publicación (**consultar libro complementario “El Yoga de los Sueños y proyección astral”).**

**-Yoga de los sueños y proyección astral** (Nanda Shamdasani**)**: Publicación orientada a 1- la descripción científica y comparada de la Proyección Astral y los sueños lúcidos, 2- la meditación en relación a chakras/planos del Ser y a su vez dividiendo secuencialmente la estructura del libro en base a los 2 bloques (con reseñas a los sueños lúcidos en un último tercer bloque)**.**

Extractos más interesantes: Pag. 187 visualizaciones de Gampopa para añadir lucidez al sueño, Pag. 196 Tsongkhapa y retención de "Luz Clara" o naturaleza clara de la mente en la transición entre vigilia y sueño, y otras 3 etapas del "Yoga de los sueños", pag 231 practica de Yoga Nigra o "sueño yoguico o de vacio" , pag 265 comprobación científica de Blagrove del "efecto de retraso en el sueño" y efecto facilitador y beneficioso del sueño sobre la percepción cognitiva y sueño REM como mecanismo de inducción creativa para la vigilia, Pag. 274 proyecto Dream ID de compartir grupalmente arquetipos de sueños, Pag. 285 perspectiva evolutiva del contenido de los sueños, Pag. 324 práctica yoguica de la tecnica kriya-kundalinica del Trul Khor para equilibrar los Nadis extremos de la serpiente Kundalini y permitir la ascensión de la Kundalini por el canal central Sushumma, Pag. 391 descripción de los "canales del cuerpo" por Laty Rimbochay, 479 críticas al pensamiento de Freud relacionado con el inconsciente, Pag. 489 tipos de sueños lúcidos, Pag. 507 concepto de "falso despertar", fundamentación científica del sueño lúcido según áreas de activación cerebral, Pag. 520 técnica de reflexión de Tholey para inducción de sueños lucidos y de ingestión de Galantamina que favorece la inducción de la atención y por lo tanto el esplendor de la conciencia en los sueños REM lucidos, Pag. 557 sueños lucidos y creatividad en música y pag 604 descripción de la consciencia en vigilia que también sueña –según Carl Jung–.

**-El libro tibetano de la vida y de la muerte** (Sogyal Rimpoche) (Ver documento Word “guía para meditaciones de estabilización mental y encuentro alquímico supramental”): Libro que describe todas las etapas previas y posteriores al proceso de la muerte, y de cómo prepararse con sabiduría de manera que la personalidad quede purificada para un tránsito luminoso, con descripción de prácticas ancestrales. También describe la práctica de “Vipassana trascendental” (no “ordinaria”-Raga-Jnana)/dzogchen (y afines) orientadas a la exploración de la Consciencia y encontrar el sentido último de la meditación**.**

**-Libro “La mente más allá de la muerte” de D.P. Rimpoché** (Ver documento Word “guía para meditaciones de estabilización mental y encuentro alquímico supramental”)**:** Libro que describe las prácticas a desarrollar para estabilizar la mente en los diferentes bardos y entrar así en contacto con la Luminosidad Base de la Mente.

**-El Libro Completo de Magia Hechizos y Ceremonias** (Gonzalez Wippler, Migene):Publicación un tanto especulativa sobre la evolución de la magia, los dioses, los elementos, los tipos, las técnicas, la cábala, el plano astral, los profetas y la adivinación, entre otros. Los ritos y rituales, sin embargo, son la parte central de la práctica, y los hechizos mágicos crean un cierre perfecto de una obra que a cualquier lector, versado o no en magia, le será de gran ayuda. Interesante el apartado sobre Quiromancia.

**-Introducción extensa a los 13 arrepentimientos** e interpretación del texto (de Jan Van Rijckenborgh**):** Publicación en clave simbólica energética de evolución de la Conciencia en relación a los 13 dimensiones o planos del Ser gnosticos, un tanto críptico, pero se recomienda su lectura completa hasta el comienzo del primer arrepentimiento y también desde página 236 a 250 del documento “Exégesis”: donde describe el concepto y simbología del proceso alquímico de acercamiento y fusión con la Luminosidad Base, también en clave gnostica.

**-El poder de la sabiduría (introducción a los 13 arrepentimientos de Samael und Weor).** Publicación base simbólica de simbología del proceso alquímico de “depuración” y transmutación del espíritu. (Con complemento de “El poder de la sabiduria” de Samael Aun Weor y la“Introducción a la Pistis Sophia de Samael”).

**-Evangelio Gnóstico de la Pistis Sophia** (Evangelio Develado gnostico de Samael Aun Weor**):** En base a las vivencias de Jesús en los Evangelios apócrifos, se describe en el texto “sagrado” cómo Jesús cuenta con parábolas los “mecanismo” de “Ascensión a los Cielos” en base a la Ley tanto terrenal (causa efecto, Karma) como de proyección ascensional (vacío, entrega). Se postula también conceptos de planos sutiles com que a partir del quinto chakra (y alrededor del mismo) se desarrollan el cuerpo astral-empoderado (quinto), el mental-intuitivo (sexto) y el casual (séptimo); o también otro concepto importante como que para conseguir un estado “puro” de conciencia hay que transcender los dos primeros planos de consciencia más biológicos, y así evolucionar a partir de los dos subsiguientes relacionados con lo creativo/lúdico, para llegar al quinto que es más puramente “Crístico” o de “Boddhissatva”, con el que se puede llegar a conocer el Universo a partir de la “mirada interior” (en este caso el texto condensan y reducen los niveles de consciencia relacionados con los chakras de 7 a 5).

**-Los 13 arrepentimientos** (de Jan Van Rijckenborgh, documento Exégesis en carpetas “Pistis Sophia-Ampliación de Consulta”): “Método” de crecimiento espiritual y disolución del “Yo” hacia el absoluto en clave gnóstica (un tanto críptico), y en base a 13 arrepentimientos que conllevan o esconden 13 actitudes de “rendición” honesta por parte del Ego (con paralelismos a las 13 dimensiones gnósticas). Los 9 primeros pasos serán seguidos primordialmente por este “método” de Jan Van Rijckenborgh (desde página 186 a página 236) aunque se complementará con los trece arrepentimientos de Samael Aund Weor. Desde el paso 10 hasta el 13 se utilizará, por el contrario, el libro de Samael como referencia, ya que este libro no los contiene. Se recomienda la lectura y comprensión de las introducciones y corolario final de estas prácticas de meditación o descripciones místicas.

**-Los 13 arrepentimientos** (Publicación base “El poder de la sabiduria” de **Samael Aun Weor** desde página 339 hasta página 360**,** documento “Según Samael 2” en Carpetas Fuentes Base-Pistis Sophia): “Método” de crecimiento espiritual y disolución del “Yo” hacia el absoluto en clave gnostica, y en base a 13 pasos que conllevan o esconden 13 actitudes de rendición honesta por parte del ego toxificado. Los 9 primeros pasos serán seguidos también por el “método” homólogo de Jan Van Rijckenborghy se utilizará este libro para cotejar, complementar y añadir prácticas. Por lo tanto, desde el paso 10 hasta el 13 se utilizará este libro de Samael como referencia, ya que el de Jan Van Rijckenborgh está incompleto. En relación a los pasos 10 (sexto chakra intuitivo de “arquetipos universales dualistas) y 11 (integración del Ego en el “Ser”), el doce con la entrega a la crucifixión o “Vacío Primordial” del “No Ser” y el trece con la disolución trascendiendo los opuestos del “Ser” y “No Ser” en una suerte de *mahaparanirvana*. Los pasos previos al décimo arrepentimiento están relacionados con los chakras anteriores al sexto chakra. Se recomienda la lectura y comprensión de las introducciones y conclusiones a estas prácticas de meditación.

**4. Interrelaciones entre ciencia y metafísica**

**-“El Libro de la Sabiduria”** – Volúmen 1 –“(Joseph , Harry B.); Soberbia publicación sobre la naturaleza de la realidad. Cosmogonía y tierra plana, psiquismo, control de elites, planos de conciencia, alimentación saludable, proyección mental y conformación de realidad, etc…

**-“El Libro de la Sabiduria”** – Volúmen 2 –“(Joseph , Harry B.); Secuela publicación sobre la naturaleza de la realidad , aunque menos potente que el Volúmen 1 y más centrada en Astrologia y simbología masónica, aunque tiene unos consejos para técnicas de Meditación Kundalini y Proyección Astral muy sabrosos y prácticos.

**-“La física de Dios”** (Joseph Selbie); Excelente publicación de un prestigioso físico científico americano afín a la teoría de cuerdas cuántica y también meditador.Sintesis de visiones inclusivas entre la relación entre A) física clásica y biologia cuántica (mecánica cuántica), neuropsicología (control del dolor etc …) y teorías de cuerdas (demostradas en consenso científico) y B) diferentes visiones donde en base a experiencias místicas se describe la naturaleza ilusoria holográfica de la materia y la relación entre los diferentes planos del Ser.

**-“Teoría Sintérgica”** (Jacobo Grinberg)**:** Describe la interacción entre el subconsciente y la realidad creada. Interesante también el capítulo (hacia el final) en el que entrelaza los planos sutiles de diferentes tradiciones espirituales. Muy en la línea de la teoría de los campos mórficos de Sheldrake.

**-“La Matriz Divina” (**Greg Braden)**:** Explora los mecanismos de la mente entrelazando relacionalmente ingeniería mecánica, espiritualidad, física cuántica y psicología. Especialmente brillante en la “teoría de los espejos” psicológicos y la exposición de los mecanismos cuánticos de la mente en la creación de la realidad holográfica en base a una visión evolutiva integrativa de la historia de la física hasta las recientes teorías de la física atómica de cuerdas y teoría de multiversos.

**-El Universo Holográfico (**Michael Talbott):Se hace un recorrido a las diferentes tradiciones espirituales en relación a las más recuentes teorías científicas que promulgan que la mente crea la realidad, e incluso los diferentes planos sutiles existenciales. Publicación muy recomendable.

**-El Experimento de la Intención** (Mctaggart, Lynne): Explora tanto a nivel físico como metafísico el poder del pensamiento y su capacidad para modificar el propio organismo e incluso el propio medio que le rodea, fundamentándolo tanto en experimentos científicos como en experiencias de personas “ordinarias” y meditadores experimentar. También tantea la capacidad de la mente para influir incluso en el pasado o en la curación a distancia.

**-El fin del materialismo (**Charles Tart):Revisión y comparación desde un punto de vista científico de los experimentos más relevantes concernientes a las disciplinas paranormales psi más relevantes de los últimos años en condiciones de laboratorio (ECM, telequinesis, clarividencia, visión remota, precognición, etc…).

**-Mentes Entrelazadas (Radin Dean):** Exhaustivo estudio sobre datos de experimentos en laboratorio relacionados **con el** estudio de la fenomenología parapsicológica, mucho más técnico y exhaustivo que el libro anterior, y abarcando todas las disciplinas psi más importantes, con infinidad de datos probabilísticos y haciendo también un riguroso estudio evolutivo secular de su estudio. Es particularmente interesante y revelador en su segunda mitad la interrelación entre los hallazgos de física cuántica y las experiencias extrasensoriales, y la alusión al Proyecto de Conciencia Global como epitome de Interrelación Cuántica Colectiva (Casa 12 en Astrología). También en su último tramo su visión caústica (si bien razonada) sobre el escepticismo científico hacia lo paranormal es especialmente sabrosa.

**-Mente sobre Materia (Dawson Church):** Ensayo científico de biogenética y física cuántica que expone y justifica de una forma científica y de laboratorio (pero con lindes metafísicos) el poder de la mente de cara a influir en la materia, desde una conexión con la mente no local o Yo Superior, y de esta manera regenerando y deconstruyendo redes neuronales “dañadas” por el conflicto emocional. Entronca en determinados momentos del libro (mas bien hacia el final), con el concepto de Campos Morficos de Sheldrake y también subraya las técnicas de EFT (Liberación emocional) con Tappong (liberación psicoenergética a través de la manipulación sobre puntos clave energético del cuerpo).

**-Más allá del Biocentrismo** (Robert Lanza): Libro de lectura integral y publicación de primer nive**l** que entrelaza meditación y postulados científicos cuánticos actuales. Particularmente interesante su capítulo acerca de la justificación científica de la inexistencia de la muerte (ya avanzado el libro).

**-“Imaginación despierta” y “El arte de crear tu mundo**” (Neville Goddard):Publicación más en clave best seller sobre el poder de la intención para crear tu propia realidad. En el segundo libro es particularmente interesante la página 33 donde expone en clave parabólica la importancia de encontrarse a uno mismo y huir del “fariseísmo” social para poder llevarlo a cabo.

-**Homo Ludens** (Johan Hizunga): Libro de lectura selectiva (capítulos 1, 2, 6, 10 y 12) que fundamenta la importancia del juego como herramienta cultural de valor “sagrado”.

-**El espejismo de la ciencia** (Rupert Shekdrake): Libro donde se discute la omnipotencia de la ciencia basándose en sus propias contracicciones.

**-La ciencia y el campo Akásico** (Ervin Laszlo): Muy buen estudio donde se entrelazan dimensiones y cosmogonías propias de la Metafísica en base particularmente a todos los descubrimientos paulatinos de la historia de la ciencia.

**-The Universal One** (Walter Russell): Recomendable en su primera parte cuando relaciona física y metafísica a nivel de teorías científicas entrelazadas: Justifica y analiza el concepto de la ilusión o “maya” inherente a algunas tradiciones orientales, la reencarnación o la sensación interna de bienaventuranza, y todo ello sobre todo en base al estudio de la Física (polaridades, electromagnetismo, etc…).

-**Astronomia para Dummies** (Stephen Maran): Resumen extenso de la concepción del universo desde la ortodoxia científica (expansión, planetas, estrellas). Especialmente interesante en su último tercio donde se explica la composición del Universo de la materia visible – con una sui generis correlación con los 5 chakras inferiores del humano -, la génesis de la materia oscura – “pegamento” entre galaxias relacionada con el sexto chakra creación/destrucción - con su correlación subatómica equivalente a la estructura del átomo – y energía oscura/antimateria - relacionada con el séptimo chakra: ésta energía oscura al colisionar sus opuestos estaría relacionada con “agujeros de gusano” que comunican dimensiones del ser, diferentes multiversos o existencias cohetaneas del ser – teoría de cuerdas – procedimientos asociados a la “aniquilación” y deconstrucción “shivaica” o “paranirvánica” o de chakra octavo de Maya.

**-El Tejido del Cosmos** (Brian Green): Publicación de carácter evolutivo sobre la evolución de la física desde el siglo XVII hasta la actualidad en todas sus vertientes (mecanicista, relativista y todo el especto cuántico). Se recomiendan los extractos reseñados:

Pag. 36 contradicciones de la propia ciencia respecto a creación del Universo y agujeros negros , pag 153 principio de incertidumbre cuántico equivalente al proverbio taoista de "El Tao que no se describe no es el Tao verdadero" , pag 167 y 173 Bell (mediante experimentos de Aspect de rotacion de espines de fotones) y la desconexion definitiva con la física relativista del espacio al refutar el entrelazamiento cuántico "no local" del espacio (equivalente a "casa 12" o Piscis en Astrologia o éter gnostico o concepción budista del "Uno" <https://andaluciainformacion.es/el-sexo-de-los-libros/1587993/experimentos-mentales-y-fisica-cuantica-el-teorema-de-bell/> , Pag. 184 Bohm y la integración entre física relativista local Einsteiniana del espacio y la física no local de entrelazamiento cuántico de Bell, en torno a Pag. 199 concepto de tiempo desigual entre dos personas que están hablando entre ellas, pag, 239 concepto de “entropia de pico” hacia pasado y futuro como reflejo cíclico de la existencia (dia/noche) y agujeros negros (arquetipo de destruccion shivaica) como "espacios de alta entropia", alrededor de Pag. 245 realidad como suceso de baja entropia colapsada por el individuo en entornos de de pasado y futuro de alta entropia (en el libro se describe posteriormente que el big bang parte de una entropia baja y se va todo sucediendo hacia una entropia progresivamente mas alta), Pag. 274 colapso onda - particula de David Bohm en la "teoría de la interferencia" donde un foton o átomo son a la vez onda y particula - (Schordinger indagaria posteriormente en las formulas probabilisticas de onda asociadas a esta teoría de Bohm ), Pag. 277 experimento derivado de la doble rendija de la retrocausalidad de Wheeler (o como una decisión del futuro afecta al pasado)<https://www.lanacion.com.ar/ciencia/retrocausacion-como-son-extranos-experimentos-fisica-cuantica-nid2354535/> lo que refuta el "poder de la intencion, el decreto y la visualizacion" futura desde el presente y tambien los posibles escenarios descritos por David Topi en la evolución macropsiquica colectiva de evolución humana. pag 301 teoría de los Universos paralelos de Hugh Everett (especulativa), Pag. 311 "teoría de la decoherencia" de Zeh que igual que iguala e integra en la teoría cuantica -no sólo a fotones y atomos- (en onda/particula) sino también a objetos grandes integrando de esta manera física cuantica y física clásica relativista de un modo global, Pag. 314 Schordinger y Bohm opuestos a flecha del tiempo del big bang y más cercanos por lo tanto a "presentes continuos eternos " colapsados en mecanismo de onda-particula por la conciencia-mente humanas, Pag. 316 propuesta de Ghirardi-Rimini-Weber de colapso de onda en particula en relacion a la entropia (alta entropia-colapso del observador-alta entropia) - que compartia Schrodinger - donde se rompe la flecha del tiempo de big bang de la física relativista (baja entropia-colapso-alta entropia), Pag. 387 Océano de Giggs y boson de Gigs como constitutivo del "vacío primordial" que mediante su "nemesis de resistencia" genera las partículas de masa (atomos y su correspondencia de onda: quarks) al igual que electricidad y magnetismo (Yin-Yan) se complementan, pag 393 fuerza nuclear débil para centrales nucleares con proceso de fisión (eliminación, reduccion o separación de los neutrones en la estructura del atomo) o fuerza nuclear fuerte de la "supuesta" bomba atómica (multiplicación exponencial de los atomos en su totalidad "a restallo") , pag 420, concepción cíclica del Universo (a pesar del big bang inflacionario) , pag 444 materia oscura ("destruccion" de alta entropia del sexto chakra) como 30 por ciento del Universo y energía oscura ("No Ser" del séptimo chakra) como 70 por ciento del Universo / <https://es.quora.com/Qu%C3%A9-es-un-positr%C3%B3n-y-c%C3%B3mo-se-hace> que se añade que para acción nuclear fuerte colisiona positron + electron emitiendo gamma, Pag. 503 constitución básica de la nanomateria, Pag. 515 concepto de teoría de cuerdas como "vibración de cuerda exagerada" en relación a la energia-masa, Pag. 515 espín cómo movimiento magnético de la cuerda de la subparticula que estaría relacionado en metafísica con la ley de la atracción, Pag. 522 existencia de al menos diez dimensiones desde la perspectiva de la teoría de cuerda, Pag. 531 experimento de Kaluza - Klein donde se integran gráficamente los 10 Universos, Pag. 555 teoría M actual de la teoría de cuerdas donde se intentan unificar las 5 teorías de cuerdas actuales, pag 556 progresión de 3 a 5 a 10 y por último a 11 (Witten) de las dimensiones espacio temporales asociadas a la teoría de cuerdas, Pag. 561 y principios de Pag. 564 pantalla de cine que se "sutiliza": concepto de “braga” que recuerda mucho al cuerpo de luz astral (envolvente sutil de la realidad física 3d) descrito por orinonautas en las diferentes dimensiones, sutilizandose progresivamente (y por lo tanto vibrando las cuerdas del "mundo brana" progresivamente con más velocidad), pag 566 imposibilidad de que los cuerpos adheridos a la braga cambien de brana (Polchinski), pag 571-573 reconocimiento de la ciencia oficial a la propia limitación de su método al estudio de los fenomenos naturales restringido a las 3 dimensiones inferiores (3 branas inferiores, los mas cohesionados entre si) ya que fotones , electromagnetismo y fuerza nuclear debil y fuerte (fuerzas a través de las cuales operan en laboratorio los principales medios diagnosticos principales de la ciencia) no pueden aplicarse a nivel de experimentacion a las 8 dimensiones superiores REFUTADAS por pares en la teoría cuantica unificada de los Branas (subteoria de la teoría de cuerdas del matematico Dirichlet y el laureado fisico Polchinski) , lo que muestra como la ciencia asume la limitación de su método cientifico a realidades cuánticas de otras dimensiones que misma reconoce y supone que estarían relacionados con telekinesis, visión remota, influencia astral, migración de almas etcétera como describen diversas tradiciones metafisicas. A lo que se suma que, según esta contrastada teoria cuántica, los supuestos gravitones de la teoría de la gravedad einsteniana disminuirían inversamente su fuerza e impacto progresivamente según "ascendieramos" hacia las dimensiones o branas mas elevadas , lo que potencia la sutileza de esos planos en relacion a los relatos descritos en tradiciones metafisicas. Un precioso ejemplo de cómo la educación humanística debe ser integral y no sólo basada en postulados estrictamente cientificistas, pag 584 posibilidad de acercamiento entre física nuclear y física de cuerdas en los próximos años, Pag. 588 y Pag. 595 y Pag. 622 Tolman y concepción cíclica del Universo (variante de big bang pero con base de Tresbrana ciclico, o mundobranas en colision con crecimiento expansivo inflacionario ciclico "eterno", rompiendo el principio de entropia progresiva de la relatividad Einsteiniana), pag 609 ondas gravitatorias como aderezo a la teoría de la inflacion del Universo , resultantes de explosiones de superiores y "estirantes" del espaciotiempo, Pag. 616 uso de la Ley de la Conservación de la energía para postular sobre la existencia de Dimensiones Paralelas, Pag. 625 particulas en materia oscura (mejor no obstante otra publicación de física para este apartado) ziones y neutrinos (entre otras) y antimateria en energía oscura, pag 635 y Pag. 641 teleportacion cuantica "de ida" pero no "de vuelta", Pag. 645 y Pag. 662 teleportacion posible a escala nanocuantica pero imposible por ahora a escala real (tambien uniéndolo con la hipótesis del espaciotiempo en rotacion de Godel que tiene que ver con las teorias del Universo en Espiral de Godel - fotones y atomos- y su derivación de desdoblamiento del espaciotiempo por agujeros de gusano que hace que los viajeros estelares no envejezcan respecto a los terrestres), Pag. 656 refutación y posibilidad de libre albedrío desde la cuantica, desde la perspectiva de la "creación de propia realidad holografica", Pag. 657 perspectiva de Universos paralelos utilizando la paradoja física del viaje en el tiempo cuántico (que es posible) y por lo tanto la refutación del concepto de libre albedrío desde el paradigma de lo cuántico (recordemos que el viaje en el tiempo es posible mediante experimentacion de fotones), pag 672 imposibilidad de generar un agujero de gusano como mecanismo mas de indole relativista (no cuantico ) a escala macro, Pag. 688 agujeros negros como garantes de la máxima entropia reciclante escorpiana del arquetipo negativo-magnetico del "destruccion" (Shiva) polarizado que precede al arquetipo polarizado positivo de "creacion" (Vishnu), Pag. 693 Universo como Holograma de Maldacena y Talbott donde la variable "gravedad podría ser excluirse de la ecuación física sin que los resultados propiamente "físicos" del Universo cambien, Pag. 702 teoría reciente de Banks y Susskind de "Matrix" donde se sugiere que del brana cero (se sospecha que energía Oscura) ("No Ser" del séptimo chakra) surgen todos los branas que conforman la creación ("Ser" del séptimo chakra).

**5. Libros de Osho de lectura esencial**

*(En orden aproximado jerárquico en relación a su importancia)*

**-El sendero del Zen** (Osho): Libro de exégesis de lectura integral, pero con especial atención a las páginas 62-65 donde el autor habla en base a la tradición Zen de la “naturalidad” en el proceso de purificación del karma, y también desde la página 116 hasta el final donde el autor habla de las diferentes perspectivas en el proceso de iluminación, el concepto de Dios más allá de la moral estricta mundana, y la proyección del concepto de divinidad como el reflejo verdadero del propio ser humano a nivel interior.

**-El libro de la Nada** (Osho): Osho nos muestra sobre unos textos de ascendencia Zen como la ausencia de ego y el “vacío interior” son esenciales para una vida más fluida y plena, aparte de ser el camino “correcto” de iluminación.

**-La semilla de mostaza** (Osho): En base a la interpretación y exégesis de versículos de temática relacionada con elEvangelio Gnóstico de Santo Tomás, **el autor** convence y razona sobre el potencial espiritual y de realización e iluminación de los seres humanos**;** y también de cómo los poderes fácticos intentan bloquear este proceso ascensional o de depuración cuántica.

**-El bote vacío** (Osho): Libro interesante de lectura integral donde expone la importancia del vaciamiento del ego y de desechar inteligentemente las actitudes iracundas (en ocasiones también con ayuda del sentido del humor), en base a diferentes parábolas taoístas (y su correspondiente exégesis). Los capítulos esenciales son los números 1, 4, 7, 8 y 11.

**-El libro de los Chakras** (Osho): Tratado imprescindible sobre niveles de realización interior y características de los chakras/niveles de conciencia/cuerpos sutiles**.**

**-Sufíes, la gente del camino (**Osho): Interesante corto libro de lectura integral donde en base a unas parábolas sufíes clásicas se revelan los preceptos más importantes de su filosofía religiosa: espontaneidad, búsqueda de la veracidad del “Ser”, interior y alegría

**-“La alquimia suprema” (Volúmen I)** (Osho): Publicación en la que se realiza una exégesis sobre el Atma Puya Upanishad (de unos 36 versos hindúes, que contienen proverbios “concentrados” y a su vez “semillas” esotéricas conductuales místicas –en versos–)**.**

Se trata de una publicación de lectura integral, pero especialmente resaltables son las páginas 16-19 (individualidad e iluminación), Pag. 29-37 (importancia del juego, la creatividad y de la realización y de no buscar un objetivo rígido en las dimensiones y actividades vitales y también en la “búsqueda” espiritual. También cesación del deseo, de querer encontrar la causa de las cosas o las circunstancias e importancia de intentar permanecer “puro” en decisiones e itinerarios ), Pag. 43-48 (sobre iluminación, enfermedad y longevidad), Pag. 71-74 (sobre la necesidad de un amor “expandido” sin condicionamiento impuesto de índole exclusivista), Pag. 74-84 (sobre la importancia de un cierto esfuerzo “ascensional”y algo incómodo como preparación para un vida más despierta, no obstante no incompatible con el concepto taoista posterior de “fluir hacia abajo posteriormente como los ríos”), página 86 (comparación entre animales y seres humanos de cara a su evolución o causas del “estancamiento” espiritual), páginas 87-91 y páginas 95-97 (sobre crecimiento/decrecimiento personal y espiritual, valoración de la importancia del agradecimiento, la adaptabilidad, la sinergia y no “tomar” ni considerar enemigos y también de la “alegría” interior y de dejar entrar la “Luz del Ser”), página 92-93 (sobre la importancia de integrar la sensualidad – no negarla – en la sensitividad del momento presente), páginas 99-106 y página 38 (retroactivamente) (sobre la integración de lo divino, lo sensitivo y de la “entrega de la mente” para trascender Maya, por encima de dualismos, incluso religiosos -.

Para **Fuentes para la práctica: “La alquimia suprema (Osho)**”: Meditación zen de la fijación en el espejo para traer el inconsciente a la consciencia (alrededor de página 70).

**-“Más allá de la psicología” –Volúmen II–:** Libro de lectura selectiva, relacionado con la trascendencia y la espiritualidad, donde los extractos más interesantes serían los siguientes: Pag. 36 adicción y trascendencia, Pag. 50 crítica al “mito de la psicología” como especialidad de resolución de problemas mentales, Pag. 65 importancia de la ordinariedad y “no dualidad” en el “proceso” de iluminación. También tratado sobre niveles de buscadores del Ser en función de su “avance” espiritual (si tomamos en consideración la vía de la gradualidad en el “proceso” de iluminación), Pag. 77 el “placer” de lo lúdico por encima del resultado, Pag. 95 Pitágoras y su espíritu “antisistema”, Pag. 105 interrelación y contrastes entre la iluminación, la no-dualidad y la “deliciosa ordinariedad”, Pag.108 importancia del afloramiento de la consciencia o del subconsciente en el consciente, Pag. 115 la confianza como guía y “juego” aunque no sea recíproca sino como mero ejercicio de desprendimiento, Pag. 129 el error de la postergación, Pag. 136 y Pag. 140 niveles de consciencia que coinciden con los siete chakras (y también Pag. 161), Pag. 167 importancia del arte/música en el proceso meditativo, Pag. 184 gradualidad vs. casualidad en la iluminación, Pag. 191 creatividad vs. poder, Pag. 213 importancia de la “vivencialidad” de la religión, Pag. 219 “desviaciones” sexuales y represión, Pag. 224 hipnoterapia (aunque mejor “deshipnoterapia”), Pag. 227 fortaleza mental y “prodigios”, Pag. 235 beneficiencia de las crisis en los buscadores como herramienta de impulso de encuentro espiritual, Pag. 240 el “mecanismo” de dar/amar sin dualidad de pretender recibir como “juego” que transciende la ley de reciprocidad, Pag. 242 crítica al condicionamiento en la educación, Pag. 258 técnica de hipnosis también para diluir e integrar los resquicios del inconsciente en el consciente en el proceso de crecimiento personal y meditativo, Pag. 261 enraizarse en el propio potencial personal/profesional, Pag. 263 afrontar la realidad “frente a frente” desde la naturaleza y la cotidianidad para trascender a los estadios de supraconsciente (mediante artes, juego, lecturas de filosofía/metafísica, conexión con la naturaleza, relación humana no tóxica – valores predominantemente propios del quinto chakra-), Pag. 283 entrelazamiento entre los conceptos de hipnosis, confianza y autohipnosis terapeútica, Pag. 287 como explica el autor que el Tao va antes que el sonido y éste antes que las palabras (en el sentido mecanicista humano del tiempo), y finalmente Pag. 288 justificación en la meditación de prodigios como la levitación (enlaza también retroactivamente con página 227).

**-Ni agua ni luna** (Osho) Libro de lectura integral que trata sobre el “camino” en la Iluminación. Si se opta por la lectura selectiva se recomiendan especialmente los capítulos extremos (dos primeros y dos últimos) y el capítulo central (nº 5).

**-“Meditación, el Arte del Extasis” (Volúmen II**): Desarrollo práctico en el proceso meditativo mediante una mezcla de técnicas Zen, Kundalini-Taoista y Vipassana. Se recomiendan especialmente para Apoyo a la Meditación los apartados 33, 78, 211-232 (Prana y ckakras), apartado 96-120 y 270-271 (Kundalini-Taoista) y apartado 261-264 (Muerte “simulada” y sueño consciente). Se recomiendan otras prácticas de Meditación más concretas, indicando página, tipo de práctica y relevancia:

Pagina 4 meditación koan zen (sexto chakra), pag 18 y 140 meditación nataraj de danza, Pag. 20 y Pag. 138 meditación dinámica, Pag. 32 meditación silenciosa, Pag. 35 IMPORTANTE tantra, Pag. 45 y 139 kundalini-taoista, página 52 mantra yoga/RAJA-VIPASSANA, Pag. 77 IMPORTANTE meditación zen del no-deseo, Pag. 100 IMPORTANTE Satori vs Samandhi, Pag. 118 anapasati yoga (tonglen), Pag. 126 meditación del espejo y meditación tratak, Pag. 137 meditación de consciencia en el sueño, Pag. 140 meditación psicomotriz Nadabrahmapag, Pag. 142 Meditación Devavani de visualización de divinidad, Pag. 143 meditación relacionada con la respiración Gourishan karpag, Pag. 144 Meditación de círculo corporal Mandalapag, Pag. 145 Meditación zen Shiva-Netra del tercer ojo – ajna yoga - o sexto chakapag, Pag. 147 Meditación ancestral de risa espontánea, Pag. 148 Meditación Catárquica Oral Giberish.

En un plano más conceptual pero no por ello menos interesante se recomiendan los apartados 120-131 (Iluminación), apartados 133, 136, 138, 140, apartados 155-170 (paradojas del deseo) y apartados 211-232 (Prana y Chakras).

**-El libro de la Vida y de la Muerte** (Osho): Comentarios del autor en clave budista acerca de la inutilidad y la distorsión propia del sufrimiento humano, y también de cómo afrontar la muerte de una manera objetiva en cuanto a sensaciones, de tal manera que se puedan trascender las “ilusiones” y proyecciones mentales “tóxicas” y no naturales/espirituales. También en el último tercio del libro se dan respuestas a situaciones de la vida cotidiana donde la muerte está presente.

-**Tao, los tres tesoros Vol. I** (Osho): Libro de lectura integral que describe en base a la interpretación de extractos del Tao Te King la necesidad de una vuelta a comportamientos basados en la sencillez y donde se explica el fundamento último del doble enfoque – en último extremo complementario - de la progresividad del esfuerzo y de la pura espontaneidad para alcanzar iluminación.

**-La ascensión de la energía de Vida “Volúmen II”** (Osho)”: El autor desarrolla los beneficios, los “peligros” y las circunstancias que acompañan a la Meditación, reforzando “certezas” y desmontando mitos. Es tanto un libro de religión como una guía de Meditación. Es de lectura integral pero si se opta por la práctica lúdico-meditativa selectiva se recomiendan especialmente los siguientes extractos: Pagina 9 Meditación del centro musical, pagina 16 Meditación de Tilota del Bambu hueco, página 24 (celebración de la muerte), página 25 (meditación del “tercer ojo” – o ajna yoga -), páginas 26-28 (meditación del “testigo” de Shiva), pagina 35 Meditación serena Zazenpag, página 39 meditación práctica en pareja, y página 43 circulo de amor.

En cuanto al apartado conceptual de la publicación se recomiendan los siguientes extractos: páginas 30-34 y 57-64 (Contemplación vs concentración), página 36 (la meditación y la vida como “broma cósmica”), y también página 41-47 (Fundamentos y beneficios de la “meditación en pareja”).

**-“Más allá de la psicología” –Volúmen I–**: Libro de lectura selectiva, relacionado con la trascendencia y la espiritualidad, donde se recomiendan especialmente todas las siguientes reseñas: página 169 abandono “activo”, página 175 “desnudez del ser humano”, página 177 naturaleza como modelo, página 188 libertad como valor supremo, página 197 y Pag. 199 estado de “No-ser” dentro de la Ley cósmica inmanente de evolución, página 206 vida como “gimnasio” de la mente, página 215 inútiles formalidades y “agradecimientos”, página 224 mecanismo y contradicciones y problemas del amor “tóxico”, página 229 importancia de la desidentificación materialista en el amor, página 231 concepto y desarrollo de la Consciencia no-dual, página 234 identificación entre los miedos y el amor, página 237 mecanismo de salida del cuerpo tras la muerte, página 247 arte y meditación, página 249 categorías sexuales y sexo como diversión, página 258 Amor como “estado del Ser”, página 260 pluralidad de maestros espirituales para la propia evolución, página 269 Ser y Consciencia, página 263 rendición espiritual como un “ocurrir” y no como un “hacer” saturnal, página 274 Maestro como “comadrona” que hace aflorara desde el inconsciente al consciente “sugiriendo” y no afirmando directamente.

**-Del sexo a la supraconsciencia** (Osho): En el libro se habla abiertamente sobre la concepción equivocada de la sociedad actual acerca del amor “cautivo” propio de las sociedades occidentales, de las particularidades mentales-sexuales de ámbos géneros masculino/femenino, de la importancia del tantra como práctica externa para llegar a la fusión/alquimia interna, del desarrollo del valor, de la utilización sana el sexo en una plano más físico o psicológico, y también de cómo utilizar el fenómeno sexual para alcanzar un estado de trascendencia. Se recomienda su lectura a partir de la página 89.

**-Cuando el calzado es cómodo te olvidas del pie** (Osho): El autor justifica como estamos controlados mentalmente por los resortes de la sociedad y promulga la vuelta a la espontaneidad explicado con parábolas de la tradición taoístay su exégesis.

**6- EXTRACTOS SELECCIONADOS (CON SU EXÉGESIS) DEL LIBRO “Meditación en la Vacuidad” de Jeffrey Hopkins**

6A) **PRECEPTOS BASE PARA LA MEDITACION EN LA VACUIDAD:**

Pag. 13-16 preceptos base de camino teórico silogístico-practico prasangika-madhyamika desde la perspectiva de MEDITACION en la Vacuidad del camino del Medio, tanto desde un punto de vista Sutrico mental-conciencial prakitico individual como Tántrico Conciencial Purushico.

Pag. 21 BUENO preceptos prasangika-madhyamika desde el procedimiento típico de esta escuela de inversión negativa "holográfica".

Pag. 604-605 BUENO escuelas principales Tibetanas principales tras el establecimiento del budismo en Tibel desde India, casi todas ellas basadas en tradición (basada en vacuidad) Madhyamika subescuela prasangika, que luego se fusionó con tantrismo Tibetano.

Pag. 394 (BUENO) diferencias esenciales entre tradición Budista Hinayana y Mahayana.

Pag. 616 (abajo del todo) y pag 644 (Dzong-ka-ba en siglo XV como estabilizador teorico de ese punto medio).

Pag 642-643 BUENO esclarecimiento secuencial de escuelas, escritos y eruditos más importantes budistas desde Buda hasta Jam-yan-se-ba (compilador definitivo de escritos del SIGLO XVIII).

Pag 670 (mitad) criterios de discernimiento entre sutras interpretativos y sutras definitivos.

Pag. 682 (arriba) Alusión a que los 3 vehículos (tradiciones meditativas; theravada/hinayana vipassana una, vajrayana esoterica de raiz tantrica-dzogchen otra y finalmente mahayana/Zen de la vacuidad tantrica derivada tras estudio profundo teórico y meditativo, la última) budistas son sólo un triple medio para una realidad única basada en la dilucion de la consciencia en la omnisciencia (vacuidad).

Pag. 787-788 BUENO etapas del Yogi hacia la cognición directa inferencia de la vacuidad.

6B**) REQUISITOS DE CARA A LA ESTABILIZACION MEDITATIVA PAGA LA MEDITACION EN LA VACUIDAD:**

Pag. 86 obstáculos a la permanencia en calma en la meditación.

Pag.96 BUENO estadios de estabilización meditativa completa o Samadhi (2 + 7) (los primeros estadios son requisitos previos a Meditación profunda en la Vacuidad y que convalida el segundo estadio de la Meditacion en la Vacuidad - Pag. 106 -), Pag. 112 Tercer y cuarto estadios de estabilizacion (a su vez con cuatro fases de Meditación de indistinción sujeto/objeto), Pag. 133 Yoga del Tantra Supremo como tecnica perteneciente al cuarto estadio de Meditación en la Vacuidad.

Pag 125. Superación en la consciencia de aflicciones como meditación en relación a los chakra.

Pag. 127 criba jerárquica ascensional de limpieza egoica y acercamiento a la vacuidad.

6C) **FUNDAMENTOS CLAVE DE MEDITACION EN LA VACUIDAD:**

Pag 45 justificacion de la importancia del análisis en la MEDITACION en la Vacuidad.

Pag. 809 BUENO fundamento último de Meditación en la Vacuidad.

Pag. 677 (mitad) y Pag. 679 (abajo) y pag 680 (mitad) importancia de la perspectiva compasiva y de servicio mahayanica para la "iluminacion", como "requisito" junto con una ética no contradictoria con la Ley Natural y de Libertad y evidentemente con la Meditacion en la Vacuidad.

Pag. 679 (arriba) y Pag. 737 establecimiento de los Medios Habiles solo como herramienta para alcanzar la iluminación (omnisciencia), que es solo una (no-una).

Pag. 686 (arriba) concepción budista de mente (no mente) como "Dios" en un extracto de Sutra, además de creadora de los "3 reinos" (Reino del Deseo, de la forma y de las emanaciones inmateriales - planos dimensionales y arcontes/deidades beneficas), además de la dualidad interna y externa proyectada Shiva e Ishvara (destructores) y Vishnu (protector).

Pag. 657 (hacia la mitad, camino del medio prasangika-madhyamika que quedo para la posteridad en el Budismo).

Pag. 202 reflexiones sobre la vacuidad en relación a la no inherencia de existencia independiente de los fenómenos.

Pag. 350 alusión a la "iluminacion" del Bodisatva en el vacío no-dual.

Pag. 450 (BUENO) diferencias entre Paranirvana sin resto Hinayana (aunque encuentra la vacuidad más "egoísta", sin limpiar aflicciones y sin afán altruista) y Paranirvana Mahayana (encontrando la vacuidad pero tambien limpiando aflicciones, disfrutando en Cuerpo de Gozo, más altruista y pudiendo aparecer eventualmente a la humanidad para erradicar aflicciones en forma de energía o Avatar)

Pag 610 (abajo) y Pag. 611 justificación e inferencia de los poderes de los Yogis como producto del reconocimiento de la asociación entre mente y objeto no sustanciales (recordar "doblar la cuchara" en Matrix) y como el inconsciente colectivo crea la realidad

Pag. 611 (abajo) bajarse del "delirio mistico" y conocer bien las leyes de causa y efecto antes de meditar en la vacuidad.

Pag. 425 (BUENO) budeidad de la mente.

Pag. 437 (BUENO) descripción ontológica buena de la cualidad pristina de la mente.

Pag. 493 aprox. Primero se postula el sufrimiento inherente a la ignorancia (via Mahayanica-Hinayanica), luego se trata de erradicarlo por la discriminación y el conocimiento (via Hinayanica), luego se difunde Bodisatvicamente (via Mahayanica).

Pag. 592 BUENO refutación prasangika del concepto de mente y derivados como "no existente" (“Qflor de loto que debe quemarse", según Osho).

Pag. 498 analogia prasangika de la serpiente-cuerda como hechos impermanentes-permanentes, ignorancia provocada por los condicionamientos y oscurecimientos de la mente (que es no-mente).

Pag. 499 (párrafo ultimo) existencia permanente ordinaria no tiene validez por un problema de gestalt distorsionado (falsa separatividad cuando realmente todo esta unido, densificacion de materia cuando es vacío etc... y por lo tanto se generan otros "problemas " perceptivos como no ver la causa- efecto en las apariencias, etc.).

Pag 508 aprox. Silogismos para que el meditador vea las contradicciones en sus falsas apariencias (intrincado).

Pag. 521 justificacion de la producción espontanea de los objetos en la Vacuidad (sin dependencia).

Pag. 574 (abajo) refutación de la vacuidad por procedimiento de negación por lo tanto inversa.

Pag. 576 (abajo) refutación de la no-existencia de los objetos por la poca consistencia ontológica (como causa) del "sujeto con cararatas" que no ve el objeto que tiene delante.

Pag. 623 (hacia la mitad) hasta Pag. 627 BUENO meditación solo sobre conceptos (sin añadido de lo experiencial) es como si el perro buscara la piedra en la mano del amo o miraras al dedo cuando se señala la luna, por lo tanto, se deben alternar razonamiento y permanencia en la calma "vacua”.

Pag. 668-691 BUENO enseñanza de solo-mente de Buda en contexto afirmativo sólo como medio hábil (ya que en ultimo extremo, ni la mente, ni sus agregados, ni sus proyecciones a objetos existen).

Pag. 692 refutación de que los objetos y las formas solo existen nominalmente.

Pag. 693 3 estados de conciencia ilusoria.

Pag. 703 imputación continúa de impresiones del pensamiento a objetos nominales que genera realidad.

Pag. 705-706 parábola que ejemplifica la ausencia de existencia inherente de los seres.

Pag. 736 importancia de erradicar Deseo y distracciones.

Pag. 755 (mitad) refutación del concepto astrologico de "interdependencia" (casa 12 Astrologica).

Pag. 757 (inter) - dependencia como sujeto (Razon) del predicado que es lo profundo (no existencia) mostrando la vía del "camino Medio".

6D) **TECNICAS RAZONATIVAS** (argumentaciones y refutaciones) **Y TANTRICAS TEORICO-PRACTICAS DE MEDITACION EN LA VACUIDAD** (basadas en concepción holográfica y no-existencia):

Pag. 425 y 426 (BUENO) Gestalt mental diferente entre individuos observando un mismo objeto lo que refuta la vacuidad o subjetividad cuantica del objeto, también en relacion se justifica el "observador" Yo Superior guiado por la Fuente que observa o "lo observado" (conciencia individual).

Pag. 427 y 428 (y párrafos finales de 430 visión pragangika) (BUENO) lo que prueba también que observador-objeto, y observador Yo Superior-Observador (Conciencia individual) son también un único hecho conciencial - no separado y vacío/holográfico (casa 12 astrológica).

Pag. 436 (BUENO) consumación de la fusión en el Bodisatva o Buda entre el cuerpo de Sabiduría "vacio" Luz Clara de Purusha y cuerpo de Naturaleza "vacio" o Rigpa de prakriti.

Pag. 442 (BUENO) refutación de no - mente tras la alquimia tantrica Prakiti-Purusha (recordad a Osho con la parábola de "quemar incluso el loto (que sería un acto de la "mente sin semilla").

Pag. 452 (abajo) (BUENO) reflexión sobre "vacuidad holografica" como motor de la existencia y de la "no-existencia que se contiene a sí misma", integrados en parinirvana.

Pag. 476 (BUENO) la verdad de la Talidad y vacio inherente siempre estuvo ahí ... no es nada "a descubrir".

Pag. 711: esbozo del "camino del medio" budista más contemporáneo (con concomitancias con el Taoismo) que ve las apariencias como un reflejo holográfico solamente virtualmente existente de su base de imputación "negativa" (tambien esta imputación "negativa" o prakiti aparente en último extremo porque deviene emanada del octavo chakra indeterminado paranirvanico).

Pag. 617-618 y tambien página 635 (abajo) BUENO afirmación prasangika-taoista de que toda tesis es errónea, solo es acertada si se desgrana desde la ausencia o negatividad (desde el No-Ser dual del séptimo chakra que es previo al estado "neutro" parinirvánico del octavo chakra).

Pag. 627 (hacia la mitad de parrafo) concepción holográfica múltiple y negativo-nihilista de la realidad según la acertada raíz budista de Nagarjuna.

Pag. 730 (mitad) BUENO reflexión de Nagarjuna sobre la no-existencia relacionándolo con el concepto de "Presente Continuo" holográfico (por lo tanto un continuum por definición carece nominalmente de "compartimentacion" de causa-efecto... no puede ser compartimentado y por lo tanto lo compartimentado no puede ser esencialmente inherente).

Pag. 761 (mitad) BUENO concepción errónea del sujeto-mente con sus agregados (prakiti) siendo observada por la Consciencia-Observador-Ser (purusha) porque en ultimo extremo también Purusha está vacía de contenido porque viene y emana de la no-existencia siendo por lo tanto observador y observado son lo mismo en no-existencia (ya que entablan flujo mutuo reflejándose en impermanencia).

Pag. 776 (abajo)-777 (arriba) futilidad y no existencia e impermanencia (en último extremo), tanto del self-forma proyectado holográficamente desde la conciencia-espejo prakriti (en el eslabón "inferior de obra de teatro) y a su vez esta conciencia prakriti desde el proyector de Purusha o Yo Superior Brahmanico (eslabón "superior").

Pag. 595 y 596 y 670 (arriba) BUENO - mitad - aunque "limpiemos" completamente la Consciencia (Ser-Luz Clara-Brahma-Purusha) de oscurecimientos, el hecho de considerarla como existente y "productora" de fenomenos ata por medio de Rigpa al sujeto a la existencia cíclica de reencarnaciones... sólo si damos tántricamente/yogadeidisticamente el salto al No-Ser es posible trascender al parinirvana (el denominado octavo chakra). También facultad y conveniencia de combinar las dos escuelas Hinayana y Mahayana en teoría y en práctica.

Pag. 768 BUENO MEDITACIÓN en la consciencia prístina individual prakriti de base para el holograma del “self” como reflejo de la Consciencia-observador de Purusha (proyector de la película) - al meditar sobre eso "limpiamos" los agregados/semilla karmica (humo - pero que desgasta - irreal, egoico y autoimpuesto por mecanismos de culpa, miedo etc ...) del espejo prístino de la consciencia prístina individual prakriti... luego quedaría meditar sobre la vacuidad de ambos, de este flujo continuo bidireccional del Ser Purusha sobre la conciencia individual prakriti.

Pag. 772 (mitad) MEDITACION terapéutica de medio Habil sobre desvincularse de agregados (Karma) a través de la reflexión acerca de que el Ser en completitud (Tathagata) es permanente en su esencia de Ser Brahma -séptimo chakra- por lo tanto tiene sentido que incluya a su espejo prístino prakriti que es más "permanente" como causa prístina que las semillas causales kármicas que son "humo impermanente"... aunque hay que recordar que en ultimo extremo habría que "superar" ese medio habil de "gran acercamiento a la verdad" para situarse en el No-Ser parinirvánico budista de octavo chakra.

Pag. 352 MEDITACIÓN sobre la interdependencia del sujeto con sus agregados físicos y psicologicos además de con todos los otros sujetos de la existencia.

Pag. 360 MEDITACION sobre la vacuidad del Self por su intricación con los agregados físicos y psicológicos (se resume en Pag. 363) muy cercano a la noción de wu wei autoimpuesto taoísta y a la noción de la Vacuidad "integrada" en la Fuente en el teatro holográfico de Buda. Purusha (Yo Superior) en ultimo extremo "responde" a los deseos inconscientes de prakriti (bien sean más benévolos o más autodestructivo basados en la culpa o en el miedo etc ...).

Pag. 374 MEDITACIÓN acerca de la Naturaleza "vacia" prakriti, como un espejo de los deseos de Prakriti y el posterior entonces registro holográfico de Purusha-Brahma.

Pag. 188 refutación de Buda sobre la vacuidad.

Pag. 55 MEDITACIÓN en ausencia de entidad" (5 estadios).

Pag. 65 MEDITACION de la imposibilidad de la generación dependiente del sujeto, en último extremo.

Pag. 73 MEDITACION-RAZONAMIENTO para inferir la no-existencia del sujeto.

Pag. 184 MEDITACIÓN sobre el "continuo" del sentido de la vista y por lo tanto sobre su vacio ontológico.

Pag. 338 MEDITACIÓN acerca del sufrimiento descrito en las 4 Nobles Verdades.

6E) **KARMA Y REENCARNACION:**

Pag. 306 (BUENO) causas de aflicción y cultivo karmico.

Pag. 322 alusión interesante a mecanismo reencarnacional.

Pag. 325 a la mitad alusion a la "fotografía" de la elección de la propia carta natal.

Pag. 790 esquema de causa-efecto reencarnacional de Asanga según la enseñanza de Buda.

*– Actualizado a 29 de julio de 2025 –*