

ARCHAEOUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja pierwsza ~
Całkowita świadomość i integracja ciała fizycznego

Oryginał angielski © 2002 Rawn Clark
Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

WPROWADZENIE:

Witam w pierwszej lekcji *Archaeus samoleczenia*.

Nazywam tę technikę ‘archaeus’, gdyż jest ona ułożona na podobieństwo alchemicznego dzieła, znanego jako *archaeus wody*. W tej alchemicznej pracy bierze się pewną ilość wody i dzieli ją na jej elementy poprzez proces destylacji. Kiedy części zostaną oddzielone i oczyszczone, łączy się je ponownie, reintegruje, co skutkuje wzmacnioną wodą, która posiada właściwości, jakich nie posiadała wcześniej. *Archaeus samoleczenia* idzie tym samym wzorem alchemicznej separacji, oczyszczenia i późniejszej reintegracji, lecz zamiast wody, naszym przedmiotem jest trzyczęściowe ciało ludzkie.

Podobnie jak system Bardona, Archaeus definiuje trzy „ciała”, które odpowiadają trzem „sferom”: mentalne, astralne i fizyczne. Efekty leczenia Archaeusa są osiągane poprzez świadomą manipulację tymi trzema ciałami, a zwłaszcza poprzez ich integrację.

Na każdym kroku Archaeusa pracuje się w świadomej współpracy ze ścieżkami wpływów i mocą, które zapewnia sama Natura. Ta technika naśladuje jeden z najistotniejszych procesów Natury: integracja + separacja + reintegracja... sam rytm życia. Do tego podstawowego równania dodana jest magiczna wola osoby praktykującej, razem ze skupieniem na leczeniu.

Lekcja pierwsza, druga i trzecia zajmują się całkowitą świadomością każdego ciała i ich wspólną integracją. Lekcja pierwsza dotyczy całkowitej świadomości, relaksacji i integracji ciała fizycznego, lekcja druga – całkowitej świadomości ciała astralnego i jego świadomej integracji z ciałem fizycznym, a lekcja trzecia – całkowitą świadomością ciała mentalnego i jego świadomą integracją z ciałem astralnym i fizycznym.

Lekcja czwarta i piąta dotyczą biernej separacji tych ciał i ich późniejszej reintegracji. Podczas separacji, każde z ciał naturalnie osiąga stopień odpoczynku niedostępny żadnymi innymi środkami. Archaeus w pełni wykorzystuje ten leczący skutek ich regenerującego odosobnienia.

Lekcja szósta dotyczy oczyszczania i równoważenia każdego z ciał i późniejszej reintegracji ciał już zrównoważonych. Jest to osiągane poprzez ładowanie czterema elementami odpowiednich regionów każdego ciała.

Ostatnia lekcja dotyczy wyższej formy integracji – zintegrowanego wyrażania samego siebie poprzez świadomie zjednoczone i elementowo zrównoważone fizyczno-astralno-mentalne ciało.

Archaeus jest tak zaprojektowany, by wykonywać go w połączeniu z pracą nad *Wtajemniczeniem do Hermetyzmu*. Lekcja pierwsza, druga i trzecia, które skupiają się na integracji, pasują do każdego z kroków Bardona.

Jednakże lekcja czwarta i piąta, które skupiają się na separacji, powinny być wykonywane po ukończeniu kroku drugiego, czyli po osiągnięciu podstawowej równowagi elementów.

Lekcja szósta, która zawiera manipulację czterema elementami, powinna być praktykowana jedynie po dużych postępach z krokiem czwartym i jego pracą gromadzenia elementów.

Natomiast lekcja siódma, ósma i dziewiąta nie powinny być wykonywane, aż nie rozpocznie się pracy z krokiem piątym.

Zatem przejdźmy już do praktyki lekcji pierwszej i pełnej świadomości, relaksacji i integracji ciała fizycznego.

PRAKTYKA:

Przymij wygodną pozycję i zamknij oczy. Najlepiej, jeśli będziesz siedział wyprostowany, z rękoma lekko opartymi na udach, gdyż taka pozycja pomoże oprzeć się pokusie zaśnięcia podczas fazy relaksacji.

Oczyść swój umysł ze wszystkich niechcianych, przyziemnych trosk i myśli. Teraz skup swoją uwagę na stopach. Stań się świadomy tego, jak odczuwasz swoje stopy. Wyczuj palce, podeszwę i wierzch swoich stóp. Rozluźnij wszelkie napięcie w stopach.

Przenieś uwagę w górę, do łydekk. Podobnie, stań się świadomy tego, jak odczuwasz swoje łydki i uwolnij wszelkie napięcie zgromadzone w ich mięśniach.

Teraz skup się na swoich udach. Zwróć uwagę jak je odczuwasz i zrelaksuj ich mięśnie.

Teraz przenieś się na pośladki i krocze i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze.

Uwolnij całe napięcie z miednicy i brzucha.

Z krzyża.

Z pleców.

Uwolnij całe napięcie z klatki piersiowej.

Rozluźnij barki, ramiona i dlonie.

Rozluźnij wszystkie mięśnie w swojej szyi.

Rozluźnij szczękę i usta.

Rozluźnij nos.

Oczy.

Policzki.

Uszy.

Teraz rozluźnij czubek głowy.

Skup się na tym, jak w tej chwili zrelaksowane jest twoje ciało.

Teraz skup swoją uwagę na obszarze ognia w swojej głowie, od podstawy szyi do czubka głowy. Poczuj wszystkie części, które składają się na ten region. Poczuj skórę, która pokrywa twoją głowę i twarz. Poczuj oczy, lewe i prawe, nos i zatoki, uszy, lewe i prawe, język, zęby i usta. Poczuj szyję i gardło. Teraz poczuj te wszystkie części obszaru głowy na raz. Złoż razem te wszystkie odczucia i poczuj cały swój region głowy jako jedną całość.

Teraz przenieś swoją uwagę w dół, do regionu powietrza w klatce piersiowej, od szczytu barków do splotu słonecznego, plus ramiona, lewe i prawe, do łokci. Poczuj wszystkie różne części, które tworzą ten obszar. Poczuj skórę, która pokrywa twój tors. Poczuj skórę, mięśnie i

kości twojego prawego ramienia i barku. Poczuj skórę,mięśnie i kości lewego ramienia i barku. Poczuj oddychające płuca i bijące serce. Poczuj kręgosłup, żebra i piersi. Teraz poczuj te wszystkie części obszaru swojej klatki piersiowej na raz. Złoż razem te wszystkie odczucia i poczuj cały swój region klatki piersiowej jako jedną całość.

Teraz przenieś swoją uwagę w dół, do regionu wody brzucha, od mostka do miejsca tuż nad genitaliami, plus twoje przedramiona, lewe i prawe, od łokci do nadgarstków. Poczuj wszystkie różne części, które tworzą ten obszar. Poczuj skórę, która pokrywa twój brzuch i krzyż. Poczuj skórę,mięśnie i kości swojego prawego łokcia i przedramienia. Poczuj skórę,mięśnie i kości swojego lewego łokcia i przedramienia. Poczuj żołądek, jelita, nerki i wszystkie inne organy wypełniające brzuch. Poczuj dolną część kręgosłupa i wszystkie mięśnie, które wspierają twój brzuch. Teraz poczuj wszystkie części obszaru brzucha na raz. Złoż razem te wszystkie odczucia i poczuj cały region brzuszny jako jedną całość.

Teraz przenieś swoją uwagę w dół, na obszar ziemi w twoich nogach, od góry bioder do podeszwy stóp, plus twoje nadgarstki i dłonie, lewa i prawa. Poczuj wszystkie różne części, które tworzą ten obszar. Poczuj skórę i mięśnie swoich pośladków i kość miednicy. Poczuj genitalia. Poczuj skórę,mięśnie i kości twojego prawego uda, prawej łydki i prawej stopy. Poczuj skórę,mięśnie i kości twojego lewego uda, lewej łydki i lewej stopy. Teraz poczuj wszystkie części obszaru nóg na raz. Złoż razem te wszystkie odczucia i poczuj cały swój region nóg jako jedną całość.

Poczuj solidną, wspomagającą ziemską naturę tego obszaru jako całości. Jest to solidna podstawa, na której stoisz.

Teraz zachowaj świadomość ziemskiego obszaru nóg i dodaj do niej świadomość wodnego obszaru brzucha. Poczuj obszar nóg i obszar brzucha równocześnie. Poczuj płynną, trawienną, wodną naturę twojego obszaru brzucha i pozwól mu pływać na górze solidnego ziemskiego obszaru nóg. Poczuj jak wodna natura obszaru brzucha przenika najwyższe warstwy ziemskiej natury obszaru nóg, wiążąc te dwa obszary razem.

Teraz zachowaj świadomość połączonych regionów ziemi i wody, rozciągających się od spodów twoich stóp do mostka, i dodaj do tego świadomość obszaru powietrza. Poczuj swój obszar nóg, brzucha i klatki piersiowej równocześnie. Poczuj oddychającą, lekką, powietrzną naturę twojego obszaru klatki piersiowej i pozwól mu unosić się nad płynnym, wodnym obszarem twojego brzucha, który pływa na górze solidnego ziemskiego obszaru twoich nóg. Poczuj jak powietrzna natura obszaru klatki piersiowej miesza się z najwyższymi warstwami wodnej natury obszaru brzusznego, łącząc je razem. Poczuj jak te trzy obszary się łączą i tworzą jedną całość.

Teraz zachowaj świadomość połączonych regionów ziemi, wody i powietrza, rozciągających się od spodów twoich stóp do szczytów twoich barków, i dodaj do tego świadomość obszaru ognia. Poczuj swój obszar nóg, brzucha, klatki piersiowej i głowy równocześnie. Poczuj aktywną, ekspresywną, ognistą naturę twojego obszaru głowy i pozwól tańczyć mu na powietrznej naturze twojego obszaru klatki piersiowej, który unosi się nad wodną naturą obszaru brzucha, który z kolei pływa na górze solidnej ziemskiej natury twojego obszaru nóg. Poczuj jak ognista natura obszaru głowy konsumuje najwyższą warstwę powietrznej natury obszaru klatki piersiowej, łącząc je razem. Poczuj, jak te cztery obszary łączą się razem, tworząc jedno ciało.

Poczuj całe swoje ciało jako jedną, zjednoczoną całość.

Teraz wizualizuj korzenie wyrastające z podstawy kręgosłupa, dloni i podeszwy stóp. Spraw, by zagłębiły się one głęboko w glebę pod twoimi stopami. Z gleby pod tobą przeciągnij te energetyczne składniki, których twoje ciało potrzebuje, do obszaru ziemi twojego ciała. Poczuj, jak obszar wody przekazuje te energetyczne składniki obszarowi powietrza i jak powietrze żywi nimi obszar ognia. Poczuj, jak obszar ognia, nakarmiony, wysyła powrotną energię do obszaru powietrza, który przekazuje ją obszarowi wody. Poczuj jak ta energia przepływa z obszaru wody do regionu ziemi i z powrotem, poprzez twoje korzenie, do gleby pod twoimi stopami.

Uwolnij wszelki nadmiar energii, jaki możesz czuć w swoim ciele, wysyłając go poprzez korzenie do gleby. Uwolnij wszelką negatywność, jaką nosisz, poprzez korzenie do gleby.

Teraz odwróć uwagę od swoich korzeni i powróć do odczuwania całości swojego ciała. Poczuj zjednoczenie czterech obszarów.

Teraz zacznij powracać do normalnej świadomości. Zanim otworzysz oczy czy poruszysz ciałem, przez chwilę posłuchaj odgłosów dookoła ciebie, poważaj powietrze etc. Teraz weź głęboki oddech i zrób delikatny wydech. Teraz przemieśc swoje ręce wzduż swoich ud, w górę brzucha i klatki piersiowej, w górę, do twarzy, i z powrotem na dół, rozbudzając ciało do normalnych odczuć. Teraz łagodnie otwórz oczy i zacznij się powoli ruszać fizycznie.

To kończy pierwszą lekcję *Archaeus samoleczenia* opisującą całkowitą świadomość, relaksację i integrację ciała fizycznego.

Sugeruję, by używać tego przewodniego nagrania tak długo, ile będzie trzeba do nauczenia się tej techniki. Gdy już zapamiętasz kolejność pracy i uda ci się kilka razy podjąć za tym naganiem, to powinieneś użyć samej techniki, bez używania nagrania. Jeśli będziesz chciał przejść do następnej lekcji, konieczne jest nauczenie się wykonywania tej techniki bez mojego prowadzącego głosu.

Kiedy ta technika stanie się łatwa do wykonania, możesz przejść do lekcji drugiej, całkowitej świadomości i integracji ciała astralnego.

Wszystkiego dobrego!