

SUSAN SHUMSKY

El despertar del Tercer Ojo

*Accede al conocimiento,
la iluminación y la intuición*



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com

Colección Espiritualidad y Vida interior

EL DESPERTAR DEL TERCER OJO

Susan Shumsky

1.ª edición: noviembre de 2016

Título original: *Awaken Your Third Eye*

Traducción: *Pilar Guerrero*

Maquetación: *Marga Benavides*

Corrección: *M.ª Angeles Olivera*

Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2015, Susan Shumsky

(Reservados todos los derechos)

Original en lengua inglesa publicado por

The Career Press, 12 Parish Drive, Wayne, NJ 07470, USA

© 2016, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.

Collita, 23-25 Pol. Ind. Molí de la Bastida

08191 Rubí - Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25 - Fax 93 309 85 23

E-mail: info@edicionesobelisco.com

ISBN: 978-84-9111-158-0

Depósito Legal: B-21.822-2016

Printed in Spain

Impreso en España en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S. A.

Verdaguer, 1 - 08786 Capellades (Barcelona)

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org)

si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Responsabilidad

El despertar del Tercer Ojo puede familiarizarnos con campos tan complejos como la meditación, el desarrollo espiritual y el yoga, pero de ningún modo nos enseña globalmente las técnicas descritas. En este sentido, se recomienda la instrucción personal de cada lector. *El despertar del Tercer Ojo* no es una guía independiente para la autosanación. Susan Shumsky no es doctora en medicina y no diagnostica enfermedades ni prescribe tratamientos. Los métodos descritos no implican directrices médicas, ni siquiera ejercicios o posturas que puedan resultar «beneficiosas» o «saludables». Los métodos y sugerencias que aparecen en esta obra deben seguirse siempre que se cuente con el permiso de un médico o un psiquiatra. Susan Shumsky, sus agentes, sus ayudantes y sus representantes legales, así como la Divine Revelation, Teaching of Institutional Metaphysics y la editorial, no tienen obligaciones ni responsabilidad legal alguna en cuanto a la eficacia, los resultados o los posibles beneficios derivados de la lectura de este libro, el empleo de la metodología descrita o el posible contacto con alguna de las personas mencionadas en la obra o en la web www.divinerevelation.org; negamos toda responsabilidad por heridas o daños en los que se pueda incurrir y no se indemnizarán reclamaciones, responsabilidades, pérdidas o daños causados por, o derivados de, la sugerencias propuestas en la obra o en la web www.divinerevelation.org

Agradecimientos

Quisiera mostrar mi gratitud a todos aquellos que han hecho posible la publicación de este libro. Pero, principalmente, quiero dar las gracias a Jeff y Deborah Herman, quienes, además de ser mis agentes y consejeros, han sido los amigos más leales. Toda mi gratitud para Michael Pye y Laurie Kelly-Pye, que me pidieron que escribiera este libro y que han estado a mi lado durante más de una década, por los que siento un inmenso cariño y respeto. Gracias a Adam Schwartz, Eileen Munson, Jeff Piasky y a toda la editorial por haber trabajado tan diligentemente de cara a la publicación de esta obra.

Durante el tiempo que estuve escribiendo este libro, estuve bajos los cuidados y la atención de diversos amigos que me ayudaron siempre a dominar algunos retos difíciles. Quiero ofrecer mi reconocimiento y gratitud a Til Luchau, Amy Valenta, Marsha Clark, Hani Saeed, Pat Dorsey, Annette Gore, Helaine Hayutin, Gail Hayutin, Abbie Hayutin y Sid Hayutin, por su afecto y apoyo.

Finalmente, quisiera dedicar un agradecimiento especial a esos mentores que me han ayudado en mi búsqueda para abrir y explorar mi Tercer Ojo, incluyendo al Maharishi Mahesh Yogi, Peter Victor Meyer, Raman Kumar Bachchan, así como a mis maestros interiores y a los divinos seres de luz como el inmortal Mahamuni Babaji o el Espíritu Santo. Sin esos magníficos guías estelares nunca habría podido comprender las energías sutiles ni habría podido despertar el Tercer Ojo.

PRIMERA PARTE



**Descubrir
el Tercer Ojo**

CAPÍTULO 1

¿QUÉ ES EL TERCER OJO?

*La lámpara del cuerpo es el ojo; así que,
si tu ojo es bueno, todo tu cuerpo estará
lleno de luz.*

JESÚS DE NAZARET¹

Hace poco, Craig Loverich, de Nueva Zelanda, compartió conmigo su experiencia con el Tercer Ojo:

«Cuando empecé a leer tu libro, *Ascension*, al poco tiempo me fui a la cama, porque era de noche. Poco después de cerrar los ojos para disponerme a dormir, tuve una maravillosa experiencia... como una explosión en el ojo de mi mente. No tenía ni idea de lo que me estaba pasando. Era como si un color blanco brillante explotara delante/dentro de mi mente. Esa experiencia sólo duró un momento; sin embargo, fue impresionante y no se parecía a nada que jamás antes hubiera vivido. Me quedé con una intensa sensación de paz y de limpieza.

En ese momento yo no tenía ni idea de lo que había ocurrido. No obstante, después, leyendo tu libro, encontré información al respecto. Desde entonces esto me ha pasado en más ocasiones».

La descripción de Craig es lo que puede ocurrir cuando se abre el Tercer Ojo. Esta afortunada experiencia es un síntoma de despertar hacia un estado de consciencia más elevado.

Mirar a través del Tercer Ojo

¿Qué es el Tercer Ojo? Y ¿cómo puedes abrirlo?

A través de las ventanas de tus ojos puedes ver el cambiante paisaje de tu hermoso y milagroso mundo. Puedes deleitarte contemplando la manifiestamente gloriosa creación que te rodea (no sólo de los elementos naturales, sino también de las creaciones humanas). Percibes ese mundo magnífico con tus cinco sentidos: vista, oído, olfato, gusto y tacto.

Pero hay un sexto sentido. Con ese sexto sentido, de alta percepción sensorial, puedes abrir la puerta a los reinos sutiles de la existencia. Puedes desarrollar un ojo interior y una visión del mundo invisible, consistente en múltiples dimensiones, realidades alternativas, planos sutiles, mundos espirituales repletos de luz y universos paralelos de belleza indescriptible. Ese ojo de sabiduría y conocimiento, de iluminación e intuición, es lo que se llama «el Tercer Ojo».

El mecanismo de la visión, de acuerdo con la ciencia, consiste en la conjugación entre el objeto de percepción (los dos ojos) y el cerebro. Se cree que el mecanismo de la visión interior (intuición) utiliza un tercer ojo interno, ubicado en la glándula pineal. Dicha glándula, que sigue siendo un misterio para la medicina alopática, es de sobras conocida por las medicinas ayurvédica de la India, la medicina tradicional china, las medicinas druídicas, judaica, islámica, taoísta, maya, tibeta-

na, aborígen y por muchas otras culturas; también en el antiguo Egipto, Sumeria, Asiria, Babilonia, Grecia, Roma y Mesoamérica.

En la India, el Tercer Ojo se denomina *ajna chakra*, una energía sutil que se halla en el centro del cerebro, en la glándula pineal. Ésa es la puerta de la visión elevada, a través de la cual puede verse lo que no es evidente para los ojos de la cara. El *ajna chakra* no está en tu cuerpo físico. Si diseccionamos un cadáver no lo encontraremos en ningún sitio. Se halla en tu cuerpo sutil.

En todas partes del mundo antiguo y moderno, el Tercer Ojo se ha ubicado en la glándula pineal y se ha llamado de formas diversas, como «ojo divino», «ojo que todo lo ve», «ojo de la mente», «ojo del alma», «ojo interior», «ojo de la iluminación», «ojo de la sabiduría», «ojo de Horus», «Tercer Ojo», «ojo de la providencia», «ojo de Dios», «sexto chakra», «*ajna chakra*» y «ojo de la frente».

Con este libro podrás explorar el Tercer Ojo en profundidad. Descubrirás el trabajo de tu cuerpo sutil y su relación con tu cuerpo físico. Si empleas la metodología que se presenta en esta obra, podrás aprender cómo despertar tu Tercer Ojo y desarrollar la percepción extrasensorial mediante diversos métodos tradicionales, o innovadores, tanto de la antigüedad como actuales.

Por qué desarrollar el Tercer Ojo

Éstos son los beneficios de la exploración del Tercer Ojo de los que nunca se habla. Este ojo de sabiduría e intuición es, literalmente, tu maestro interior. En la India, el planeta Júpiter se asocia con el Tercer Ojo y se llama *Gurú*, palabra que puede traducirse como «preceptor espiritual» o «maestro». Por otra parte, si se despierta y desarrolla el Tercer Ojo, estaremos abriendo líneas de comunicación entre nuestro ego y el yo superior.

¿Qué puede hacer ese maestro interior por ti? En una palabra: ¡milagros! Cuando se abre el ojo de la sabiduría interior te introduces di-

rectamente en el flujo de la guía divina. Cuando aprendas cómo percibir dicho flujo, admítelo, confía en él, aprende a distinguir entre lo que es real y lo que no y, luego, sigue la verdadera guía interior que estás recibiendo. A partir de entonces pueden empezar a obrarse milagros a tu alrededor, en cada parte de tu vida.

El Tercer Ojo es el de la iluminación, que ilumina con sabiduría la senda de tu existencia. Es en realidad un guía, el faro que guía tu verdadero destino, el hogar que habías estado buscando. Es la luz de la consciencia que todos los buscadores de la verdad están esperando. En ese tesoro se ubica tu sabiduría interior, la verdadera esencia y la fuente de tu auténtico yo. Allí está tu hogar, el lugar de la paz más perfecta, de la comprensión divina, del gozo interior, de la plenitud y de la absoluta satisfacción.

El Tercer Ojo es donde descansa la verdad y donde la mentira muere y desaparece. Nada que sea falso puede existir a la luz de la sabiduría pura. El Tercer Ojo es la sede del discernimiento y la discriminación. Allí, se distingue entre lo que es real y lo que es irreal. La verdad reluce en su brillo interior, donde estás envuelto en la divina luz que brilla de manera ecuánime sobre todo, sobre el justo y el injusto, sobre el rico y el pobre, sobre el sano y el enfermo, sobre el hombre y sobre la mujer, en todas las religiones, vías, clases sociales y segmentos económicos.

Esto es lo que puedes esperar con la apertura del milagroso ojo interior de la sabiduría:

- Total confianza al descubrir tu destino real.
- Total sabiduría al beber de la fuente de toda sabiduría.
- Acceso a los consejeros interiores que te guían en tu camino.
- Habilidad para tomar decisiones sin esfuerzo y con absoluta seguridad.
- Claridad mental en toda tentativa.
- Desarrollo de habilidades psíquicas e intuitivas.
- Desarrollo espiritual de la consciencia elevada.
- Comunicación directa con seres superiores.

- Absoluta paz interior, plenitud, felicidad y gozo.
- Habilidad para ver más allá de las ilusiones y percibir la verdad y la realidad.
- Dones espirituales de percepción sensorial sutil, don profético y voz directa.
- Salud física fuerte, bienestar, longevidad y juventud.

El test del Tercer Ojo

Quizás los conceptos que aparecen en este libro te resulten poco familiares, incluso la idea misma del Tercer Ojo. O puede que hayas estudiado disciplinas espirituales durante décadas. Aunque te parezca que eres todo un experto, este pequeño examen puede llegar a sorprenderte. Mide, aquí, tu Tercer Ojo rodeando con un círculo las respuestas correctas entre las diversas posibilidades de este test.

1. ¿Qué es el Tercer Ojo?

- A. El ojo que todo lo ve y que está en la frente.
- B. Los cíclopes.
- C. La habilidad clarividente.
- D. La sede de la sabiduría.
- E. Un infinito viaje con peyote.

2. ¿Qué es un chakra?

- A. Una rueda.
- B. El centro del cuerpo.
- C. Un tipo de energía que debe equilibrarse, en el cuerpo.
- D. Un nervio del cuerpo.
- E. Una llaga que huele a podrido.

3. ¿Qué es el *ajna chakra*?

- A. El centro energético más elevado.
- B. El centro de mandos.

- C. Tu oportunidad para conseguir la iluminación.
 - D. Un plexo en el sistema nervioso.
 - E. Conmoción y pánico.
4. **¿Qué función cumple la glándula pineal?**
- A. Producir hormonas masculinas.
 - B. Despertar el Tercer Ojo.
 - C. Secretar pinolina en la oscuridad.
 - D. Regular el metabolismo de la glucosa.
 - E. Producir piñas para Papá Noel.
5. **¿Quién llamó a la glándula pineal «la sede del alma»?**
- A. Platón.
 - B. Spinoza.
 - C. René Descartes.
 - D. Ralph Waldo Emerson.
 - E. Dr. Scholl.
6. **¿Qué es la DMT?**
- A. Un compuesto que provoca experiencias psicodélicas.
 - B. Un compuesto que usa el Tercer Ojo para ver la luz interior.
 - C. Un compuesto que despierta el *prana* en el cuerpo.
 - D. Un compuesto que produce melatonina.
 - E. Donde voy a sacarme el permiso de conducir.
7. **¿Qué significa la palabra *guri*?**
- A. El *ajna chakra*.
 - B. El planeta Júpiter.
 - C. El Tercer Ojo.
 - D. Un maestro que sabe mejor que yo lo que es bueno para mí.
 - E. Lo que fue Gollum en su vida pasada.

8. **¿Qué significa la palabra *prana*?**
- A. Movimiento o respiración progresiva.
 - B. Energía sutil.
 - C. El aliento de vida.
 - D. Un ejercicio respiratorio.
 - E. Un hombre que come mucho pescado.
9. **¿Qué es un *nadi*?**
- A. Un sonido.
 - B. Uno de los toros de Shiva.
 - C. Un conducto de energía sutil.
 - D. Una palabra que significa «nada».
 - E. Donde se miran precios de vehículos de segunda mano.
10. **¿Qué es el *kundalini*?**
- A. La energía del Tercer Ojo.
 - B. El poder de la serpiente.
 - C. Síntoma de estar experimentando la elevación de la conciencia.
 - D. Una diosa india.
 - E. Un tipo de pasta.
11. **¿Qué es el *sushumna*?**
- A. Un conducto de energía sutil.
 - B. Un conducto de energía que siempre está abierto.
 - C. Un conducto energético del cerebro.
 - D. Un conducto de energía por el que fluye el *kundalini*.
 - E. El apellido de la autora de este libro.
12. **¿Qué son *ida* y *pingala*?**
- A. Enlace de nervios del cuerpo.
 - B. Funciones autónomas como la digestión, la respiración o nutrición.

- C. Conductos energéticos asociados al sistema nervioso autónomo.
 - D. Las partes femenina y masculina del cuerpo.
 - E. Hermanos siameses.
- 13. ¿Qué es un *granthi*?**
- A. Una mente atormentada.
 - B. Un cacao mental.
 - C. El apego a las cosas materiales.
 - D. Energía atascada en todos los chakras.
 - E. Lo que hace un gordo después de engullir muy rápido.
- 14. ¿Qué es un *bandha*?**
- A. Una contractura muscular.
 - B. Una postura de yoga.
 - C. Un ejercicio respiratorio.
 - D. Levantar el diafragma.
 - E. Un ladrón enmascarado que me roba a punta de pistola.
- 15. ¿Qué es el *soma*?**
- A. El néctar de la vida inmortal.
 - B. El cuerpo físico.
 - C. El cuerpo sutil.
 - D. La energía vital del cuerpo.
 - E. El yoyó de mi hermana.
- 16. ¿Qué es el *yoga*?**
- A. Un programa de ejercicios físicos.
 - B. Ejercicios respiratorios.
 - C. Una filosofía oriental.
 - D. Una palabra sánscrita que significa «uncir».
 - E. Un coleguilla.

17. **¿Qué son los yoga sutras?**
- A. Un diálogo entre Shiva y la Magna Mater.
 - B. Aforismos de antiguos videntes.
 - C. Lazos de unión divina.
 - D. Aforismos de Hatha Yoga
 - E. Lo que los aliens usan para coser en el espacio.
18. **¿Qué es *in siddhi*?**
- A. Un yoga Sutra de Patanjali.
 - B. La más elevada intención de un meditador.
 - C. El abandono de los sentidos.
 - D. La perfección.
 - E. New York, New York.
19. **¿Qué es una *asana*?**
- A. Un tipo de meditación.
 - B. Un asiento.
 - C. Un canto.
 - D. Un ejercicio.
 - E. La retaguardia de Jennifer López.
20. **¿Qué es el *pranayama*?**
- A. Un ejercicio de yoga para la flexibilidad.
 - B. La práctica de la meditación del yoga.
 - C. La mejor vía para desarrollar la clarividencia.
 - D. Una forma de incrementar la fuerza de la energía vital mediante la respiración.
 - E. Una torre de papel del tamaño que se prefiera.
21. **¿Qué es el *samadhi*?**
- A. La quietud de cuerpo y mente.
 - B. Una meditación.
 - C. Una filosofía india.

- D. Libertad para la rueda kármica.
- E. Sábado en francés.

22. ¿Qué es la PES?

- A. Ver, oír y percibir cosas sin los sentidos.
- B. Conseguir conocimientos elevados.
- C. Predecir el futuro.
- D. Tener experiencias extrasensoriales.
- E. Un canal deportivo de la televisión.

23. ¿Qué es la clarividencia?

- A. Ver con claridad.
- B. Oír con claridad.
- C. Sentir con claridad.
- D. Oler con claridad.
- E. El claro de Luna de Beethoven.

24. ¿Qué es la intuición?

- A. La telepatía.
- B. Algo que tienen todas las mujeres.
- C. Perspicacia.
- D. Capacidad para predecir el futuro.
- E. Lo que tengo que pagar por ir a Estados Unidos.

Resultados del test

Cuenta un punto por cada respuesta correcta. Las respuestas adecuadas son las siguientes:

1=D. Tu tercer ojo se ubica en la glándula pineal y se conoce como la sede de la sabiduría, de la iluminación espiritual, del conocimiento elevado y de la percepción extrasensorial: la clarividencia, clariaudiencia y clariesencia.

2=A. La palabra sánscrita *chakra* significa «rueda». Estos centros energéticos en el cuerpo sutil tienen un eje donde convergen muchos conductos energéticos, los cuales irradian energía. Cuando los chakras están completamente abiertos, se goza de buena salud y de una sensación de felicidad.

3=B. El *ajna chakra*, localizado en la glándula pineal, es la sede del Tercer Ojo. Todos los chakras son centros energéticos pero, de todos, el sexto es el mayor y se denomina ajna o «centro de mando».

4=C. La melatonina la produce la glándula pineal durante el metabolismo de la melatonina. La producción de melatonina, estimulada en la oscuridad, se relaciona con los ritmos circadianos.

5=C. René Descartes se dedicó personalmente a estudiar la glándula pineal y creyó que se trataba del punto de unión entre cuerpo y mente. Spinoza lo criticó mucho por esta creencia.

6=A. La dimetiltriptamina, o DMT, es una potente droga alucinógena que afecta en gran medida a la consciencia humana. Por lo visto la produce la misma glándula pineal y, cuando se ingiere triptamina, se despierta el Tercer Ojo.

7=B. Gurú es el nombre sánscrito del planeta Júpiter, conocido preceptor de los dioses. El *ajna chakra* (Tercer Ojo) se asocia con Júpiter. Las raíces sánscritas *gu* y *ru* significan «oscuridad» y «luz», respectivamente. En este sentido, un verdadero gurú (maestro) es aquel capaz de borrar la oscuridad de la ignorancia y arrojar luz sobre el conocimiento.

8=A. La palabra sánscrita *prana* significa «respirar o jadear». Prana es la energía vital que está en todo el universo. También se llama *chi* en china. El *pranayama kosha* (energía del cuerpo sutil) es la sede de los chakras, incluido el Tercer Ojo.

9=C. *Nadi* es una palabra sánscrita que designa los conductos de la energía sutil que, junto con el *prana* (fuerza vital) fluye por el cuerpo sutil. La palabra sánscrita *nada* significa «sonido» y *Nandi* es el todo de Shiva.

10=B. La palabra *kundalini*, en sánscrito, significa literalmente «enroscada». Se trata de una poderosa energía vital que se encuentra en la base de la espina dorsal y que, cuando se despierta, provoca experiencias inusuales, sensaciones corporales, poderes supranormales y consciencia elevada. El *kundalini* también se denomina «espiral cósmica» o «serpiente de poder» porque se enrosca en el chakra de la base y va ascendiendo como una cobra hasta la cabeza.

11=D. *Sushumna* es un conducto específico de energía (*nadi*) a través del cual fluye el *kundalini*. Empieza en la base de la espina dorsal y asciende hasta la cabeza hasta llegar al chakra corona. El *sushumna* está cerrado en la mayoría de individuos pero, cuando el *kundalini* se despierta, obliga al *sushumna* a abrirse y fluir.

12=C. *Ida* y *Pingala* son tubos de energía sutil que regulan el sistema nervioso autónomo. *Ida* se asocia con el sistema parasimpático mientras que *Pingala* lo hace con el sistema simpático.

13=B. Los nudos psíquicos, o *granthis*, son bloqueos que impiden el libre flujo del *prana* a través de la energía sutil del cuerpo. Los tres *granthis* fundamentales se encuentran en el chakra raíz, en la base de la columna (lazo de la gratificación física), el chakra abdominal (lazo de la acción y la vida material) y en el Tercer Ojo, en la glándula pineal (lazo de las ideas y del poder mental).

14=A. *Bandhas* son bloqueos musculares; los ejercicios tradicionales de yoga que empujan al *kundalini* normalmente se sitúan en el chakra base, intentan subir por el *sushumna nadi* hasta la coronilla, en el chakra corona.

15=A. El *soma* es el néctar de la vida inmortal, una sustancia misteriosa mencionada en las antiguas escrituras indias. Los yogis creen que la fabrica la glándula pineal, la sede del Tercer Ojo. Se dice que puede estimularse mediante la práctica del *khechhari mudra*.

16=D. La palabra sánscrita *yoga* deriva de la raíz *yuj*, que significa «uncir» o «acoplar». El objetivo del yoga es uncir o unificar el espíritu individual (el yo) con el espíritu universal (el divino). La filosofía del yoga es uno de los seis principales sistemas filosóficos de la India. Hatha yoga, que enseña a cultivar el cuerpo físico, incluye posturas y ejercicios de respiración y es una de las ocho vías mayores del yoga.

17=C. La escritura sánscrita del sabio Pantajali, llamada Yoga Sutras, escrito alrededor de 400 a. C., significa literalmente «lazos de unión divina». Es un libro de aforismos que enseña el *ashtanga yoga* (los ocho limbos del yoga) que conforma la base del camino denominado Raja Yoga.

18=D. La palabra sánscrita *siddhi* significa «perfección». El Yoga Sutras de Pantajali es la antigua escritura de la India que explica cómo conseguir la perfección a través de la práctica del yoga, que te ayuda a desarrollar la singularidad (*kaivakya*), un estado de consciencia despierta.

19=B. El término *asana* es una palabra sánscrita que significa «sede». En este sentido, el yoga asanas, o yoga de posturas, no es un conjunto de ejercicios, sino de estados meditativos. Hay posiciones corporales que deben mantenerse durante diferentes intervalos de tiempo.

20=D. *Pranayama* son los ejercicios de respiración que incrementan el *prana* a través del sistema energético del cuerpo sutil. Proporciona buena salud, bienestar, felicidad, carisma, atractivo, éxito y paz interior.

21=A. La palabra sánscrita *samadhi* deriva de la raíz *sama* («ecuanimidad») y *dhi* («intelecto»). Tiene una connotación de igualdad mental y de quietud corporal en meditación profunda, cuando las funciones vitales se ralentizan y la respiración resulta casi imperceptible. Cuando se consigue un estado de perpetuo *samadhi*, tu consciencia ya no puede ser perturbada por los efectos de la ley kármica (causa y efecto, acción y reacción).

22=D. La PES, o percepción extrasensorial tiene, en la actualidad, un nombre equívoco, dado que no se puede tener ninguna experiencia sin el uso de los sentidos. Las experiencias sensoriales sutiles de otras dimensiones pueden ocurrir cuando se tiene la consciencia expandida, ya sea mediante meditación o sin ella.

23=A. Clarividencia es una palabra que alude a «ver con claridad» (lo que no es visible, se sobrentiende). Significa que, mediante la PES se pueden recibir impresiones a través de imágenes que son mensajes para tu ojo interior. En la actualidad se utiliza para hablar de todo tipo de impresiones, no sólo las visuales.

24=C. La intuición es la voz de tu yo superior o tu «consejero de estar por casa», una vocecita de sabiduría interior, de curación, de amor e inspiración. La capacidad intuitiva no tiene un sexo concreto. Cada cual puede recibir impresiones intuitivas a través de visiones, palabras y emociones.

Total =

Evaluación del test

Calcula los puntos que has obtenido. Éstos son los resultados:

- ☞ Si los 24 son correctos, tu resultado es de 200. No necesitas leer libros de orientación espiritual. Deberías, más bien, escribir al respecto.
- ☞ Si tienes entre 19 y 23 correctos, eres un DOCTOR EN TERCER OJO. Tienes una comprensión fantástica del Tercer Ojo y tu resultado es de 175.
- ☞ Si tienes entre 12 y 18 está muy bien, eres un LICENCIADO EN TERCER OJO. Sabes muchas cosas pero te quedan algunos flecos por pulir. Tu resultado es de 150.
- ☞ Si tienes entre 7 y 11 tienes el BACHILLERATO DEL TERCER OJO. Sabes bastantes cosas pero te quedan muchas por aprender. Tu resultado es de 125.
- ☞ Si tienes de 1 a 6, enhorabuena. Has aprobado por los pelos pero has sido seleccionado. Tu resultado es de 100.
- ☞ Si lo has contestado todo mal no te sorprendas. Tu resultado es de 75.
- ☞ Si escoges algún tipo de felicitación, riéte un rato.

¿Te ha sorprendido alguna de las respuestas del test? Eso se debe a que hay muchos mitos alrededor de esas palabras. Estar familiarizado con terminología esotérica no es lo mismo que conocer su significado auténtico en profundidad. En este libro te introducirás en el verdadero significado del desarrollo espiritual a través del Tercer Ojo. Aprenderás a practicar métodos para abrir el ojo de la sabiduría a través de vías poderosas fáciles de aprender y de aplicar.

Este libro es la clave para acceder a una gran aventura. Cuando abras el portal de los reinos sutiles podrás empezar a explorar las maravillas de la creación multidimensional, que suelen estar vetadas a los ojos. Abriendo el Tercer Ojo y desarrollando el sexto sentido, enriquecerás tu vida, serás capaz de tener más éxito y despertarás a una conciencia más elevada.

Déjanos empezar, ahora mismo, este viaje a las profundidades de la comprensión y a la elevación del espíritu.

CAPÍTULO 2

LA SABIDURÍA DEL TERCER OJO

*En todos los hombres hay un ojo del alma,
que puede ser despertado con los medios adecuados.
Es muchísimo más valioso que diez mil ojos físicos.*

PLATÓN

Los restos materiales del mundo antiguo nos indican que el Tercer Ojo es más que una ilustración psicodélica de la década de 1960 o el dibujo que hay detrás de un billete de dólar. El despertar de ese ojo de sabiduría y percepción sutil ha sido buscado por los seres humanos desde que se encuentran en el planeta. Esa puerta hacia el espacio interior y los reinos del despertar elevado era bien conocida por nuestros ancestros.

El Tercer Ojo está ampliamente documentado en el budismo, el hinduismo y el taoísmo. Hay esculturas en los templos, pinturas y murales, en los que aparece como un punto, una espiral, una joya o un ojo en mitad de la frente, entre los ojos de la cara, pero por encima de ellos. Se le llama *urna* o *urnakosa* en sánscrito, *unna* en pali, *byakugo* en japonés, y *trinetra* (Tercer Ojo) es un epíteto de Shiva.

En las estatuas de Buda y de algunas divinidades, se coloca una joya entre las cejas para marcar el Tercer Ojo. Las divinidades hindúes suelen representarse con un *tilaka* (un puntito rojo de un polvo denomi-

nado *kumkum*) en la frente. De hecho, las mujeres casadas de la India deben llevar ese puntito rojo en la frente. En la actualidad también se lo ponen las solteras, por moda.

El Tercer Ojo es simbolizado por el «Ojo de la Providencia» en los billetes de un dólar estadounidense. Aparece en muchos mitos, como el de los cíclopes. Algunos investigadores del fenómeno ovni creen que es un vestigio de un órgano de los ancestros humanos extraterrestres. En la cábala, se representa como dos de los diez *sefirot*s (lámparas) en el árbol de la vida: *Binah* y *Jomah*, que encarnan la sabiduría y la comprensión.

El cuerpo pineal

Pese a que el Tercer Ojo es uno de los chakras (*ajna chakra*), y que se sitúa en el cuerpo sutil, también se asocia con el cuerpo físico. Su sede es la glándula pineal (*conarium o epifisis cerebro*), ubicada en el centro del cerebro. Los antiguos griegos creían que la inspiración residía en esta glándula.

La palabra hebrea *peniel* se traduce como «cara de Dios». Es muy apropiado porque los místicos pueden ver la cara de Dios con su Tercer Ojo. Cuando el profeta Jacobo vio el rostro divino cara a cara, llamó «peniel» al lugar donde esto ocurrió.¹



Ankor Wat.²

Contenido

Agradecimientos	11
PRIMERA PARTE: DESCUBRIR EL TERCER OJO	13
Capítulo 1: ¿Qué es el Tercer Ojo?	15
Mirar a través del Tercer Ojo	16
Por qué desarrollar el Tercer Ojo	17
El test del Tercer Ojo	19
Resultados del test	24
Evaluación del test	28
Capítulo 2: La sabiduría del Tercer Ojo	31
El cuerpo pineal	32
El Tercer Ojo en la literatura griega	34
El Ojo Divino que todo lo ve	35
El ojo de Horus	40
Más símbolos del Tercer Ojo	45
Tefilín (Filacteria)	48
El Tercer Ojo en el arte y la arquitectura	51
Capítulo 3: La sede del Tercer Ojo en el cerebro	55
El «gusano» infame	57
Principal sede del alma	58
Cronobiología	60
¿Es la glándula pineal el Tercer Ojo?	63
Capítulo 4: El Tercer Ojo según la ciencia	69
Beneficios de la melatonina y la meditación	70
Las revolucionarias investigaciones sobre la glándula pineal	72

Exposición a la radiación electromagnética.....	74
Los riesgos de la iluminación nocturna.....	75
Calcificación de la glándula pineal.....	77
Descalcificar la glándula pineal.....	79
Evidencias científicas sobre el Tercer Ojo.....	81
La mirada sin ojos.....	83
Investigación sobre la meditación pineal.....	84
SEGUNDA PARTE: ANATOMÍA DEL TERCER OJO.....	87
Capítulo 5: Tu cuerpo sutil.....	89
La llave de la vida.....	90
El campo energético.....	90
La serpiente de poder.....	93
El sistema de chakras.....	95
La vía del <i>kundalini</i>	101
Más información sobre los chakras.....	102
Enseñanzas de Jesús sobre el Tercer Ojo.....	103
Capítulo 6: <i>Ajna</i>: El chakra del Tercer Ojo.....	107
El centro de mando.....	108
Los subcentros del <i>ajna</i>	113
<i>Indu Chakra</i> : el intelecto.....	115
Capítulo 7: Superar los bloqueos psíquicos.....	119
<i>Brahma Granthi</i>	120
<i>Vishnu Granthi</i>	120
<i>Rudra Granthi</i>	121
Eliminar los bloqueos <i>granthi</i>	122
<i>Jalandhara Bandha</i> : bloqueo de garganta.....	123
<i>Uddiyana Bandha</i> : bloqueo abdominal.....	124
<i>Mula Bandha</i> : bloqueo raíz.....	126
<i>Maha Bandha</i> : el gran bloqueo.....	127
Mudras para abrir el Tercer Ojo.....	127
<i>Khechari mudra</i> : bloqueo de la lengua con <i>ujjayi pranayama</i>	128
<i>Ujjayi pranayama</i>	129
<i>Bhuchari mudra</i>	129

<i>Madhya lakshyam</i>	130
<i>Shanmukha mudra</i>	131
<i>Shambhavi mudra</i>	132
Respirar como un fuelle	134
Elevación del <i>kundalini</i>	135
TERCERA PARTE: TESOROS DEL TERCER OJO	137
Capítulo 8: Desarrollar los súper-sentidos	139
El secreto revelado	140
Percepción de los sentidos sutiles	141
¿Qué pasa si no recibes?	144
Capítulo 9: La sede del siddhis	147
Lo que realmente es el yoga	148
Las ocho ramas del yoga	150
Los poderes suprasensoriales de Patanjali	152
Hacer milagros	153
Alcanzar poderes milagrosos	154
Capítulo 10: La alquimia del Tercer Ojo	159
Los tres <i>dantian</i>	160
El poder de los <i>dantian</i>	162
La localización del <i>dantian</i> superior	164
Practicar la órbita microcósmica	167
Capítulo 11: El néctar de la vida inmortal	173
Buscar la piedra filosofal	174
Néctar en tu Tercer Ojo	176
<i>Kaya-kalpa</i>	177
Doctrina del elixir dorado	178
¿Es el DMT el néctar de la inmortalidad?	179
La marmita del néctar de la inmortalidad	181
CUARTA PARTE: ABRIR EL TERCER OJO	183
Capítulo 12: El Tercer Ojo de los yoguis	185
Conservar la energía pránica	186
Alientos de sol y luna	186

Tres estilos de respiración.....	188
Practicar la respiración yogui	189
Experiencia de respiración alternativa	190
<i>Anuloma viloma pranayama</i>	191
<i>Jala neti</i>	192
<i>Yoga asanas</i>	194
Tonificación corporal	196
Ejercicios para el cuerpo sutil	200
Visualizaciones para acompañar el <i>pranayama</i>	202
Capítulo 13: Afirmaciones del Tercer Ojo	203
Instrucciones para una plegaria asertiva	204
Oraciones para la protección.....	205
Oraciones para la luz interior	207
Limpiar el chakra del Tercer Ojo.....	208
Despertar tu Tercer Ojo	210
Tratamiento para la mente espiritual	214
Capítulo 14: Meditación del Tercer Ojo	217
Objetivos de la sesión incursión	219
Cómo se puede tener una incursión	223
Desarrollar ESP	225
Por qué seguir la guía interior.....	227
Capítulo 15: La experiencia de incursión	229
Visualización del pilar de luz.....	230
Meditación Qigong del Tercer Ojo	231
Meditación Trataka.....	232
Meditación profunda para abrir el Tercer Ojo.....	236
Capítulo 16: Navegar con seguridad por los reinos interiores	243
Llegar a ser espiritualmente pillín	244
No es oro todo lo que reluce.....	246
Cómo usar los diez test	253
QUINTA PARTE: LA DICHA DEL TERCER OJO	255
Capítulo 17: Experiencias del Tercer Ojo	257
La experiencia de la luz blanca.....	257

Un sueño premonitorio.....	258
La premonición de una tragedia nacional.....	259
Visiones de los difuntos.....	260
El desarrollo del Tercer Ojo.....	261
Prácticas espirituales para despertar el Tercer Ojo.....	262
La voz de Dios evita el peligro.....	264
El encuentro con seres angelicales.....	265
Apertura del Tercer Ojo a través de la desintoxicación.....	266
Apertura a la comunicación animal.....	267
El amor incondicional de Dios.....	270
Capítulo 18: Pleno despertar del Tercer Ojo.....	271
El mito de la caverna.....	273
El mundo como una ilusión.....	275
El jardín del Edén.....	278
La iluminación espiritual.....	281
Bibliografía.....	283
Notas.....	295
Índice analítico.....	305
Acerca de la autora.....	311