

Limpeza Astral: Esfera de Proteção

A esfera de proteção tem uma série de passos, e a cada semana vais adicionar um à tua prática. Não serve de nada tentar fazer tudo logo de uma vez. Este foi o primeiro ritual de limpeza energética com que trabalhei realmente, e notei grandes diferenças na minha vida. Desde conseguir dormir melhor, a ter uma noção mais clara de que sentimentos eram meus e quais eram projeções de gente à minha volta.

Mas é um pouco como ir ao ginásio. É preciso treino, repetição. Mas a prática vale muito a pena. Aconselho-te também a teres um caderno onde vás tomando nota daquilo que sentes com a prática.

Aprendi este ritual com o John Michael Greer, um ocultista ligado ao druidismo e magia cerimonial. Ele tem uma série de livros publicados, assim como um fórum onde responde a perguntas todas as segundas-feiras. O blog dele é <https://www.ecosophia.net/>, e o fórum é <https://ecosophia.dreamwidth.org>. Caso estejas interessado em aprofundar os teus conhecimentos a este nível, recomendo vivamente o seu trabalho.

Breve introdução histórica sobre a EdP:

A EdP foi criada na década de 50, pela Dra. Juliet Ashley, uma ocultista e estudante de psicologia Jungiana. A EdP tornou-se parte basilar do currículo de pelo menos 6 ordens de ocultismo. Mais tarde, nos anos 70, John Gilbert, estudante de Ashley desenvolveu ainda mais a EdP, e a sua versão foi adotada pelas referidas ordens. Foi de John Gilbert que John Michael Greer (JMG) aprendeu, e é a versão dele que vai ser aqui ensinada.

Intruções para a EdP:

A EdP, está estrutura em 8 passos, ligados às direções e aos elementos. Vai aprender um passo por semana. Isto torna o processo de aprendizagem um processo iniciático para cada um dos elementos, e vai-te permitir ter uma relação mais profunda com cada um deles.

Os 8 passos são:

1. Abertura e Encerramento.
2. Chamamento do Ar
3. Chamamento do Fogo
4. Chamamento da Água
5. Chamamento da Terra
6. Invocação do Espírito Abaixo
7. Invocação do Espírito Acima
8. Invocação do Espírito Dentro

Pode parecer longo, mas vale muito a pena. E todos os chamamentos e invocação partilham a mesma estrutura, por isso quando lá chegares vai ser fácil decorar.

Além de trabalhar com os elementos, a EdP também trabalha (de forma opcional) com nomes divinos. No entanto, não são especificados quais devem ser utilizados. Isso fica ao critério de cada um, e da sua relação pessoal com o divino. Tanto pode ser feita com ligação ao cristianismo como com as divindades Gregas, ou qualquer outro panteão. Quem não se sente confortável a trabalhar com divindades pode sempre escolher fazer as invocações apenas pelos elementos, que também funciona, embora esse método seja menos poderoso.

O mais importante é praticar o ritual diariamente. Há um efeito cumulativo da prática, que se nota claramente a ficar mais forte com o tempo.

As instruções abaixo foram traduzidas com a permissão do John, e adaptadas para tornar mais fácil a leitura. Acrescentei algumas clarificações que achei úteis retiradas também do seu fórum. Segue a tradução, podes ver os originais em:

<https://ecosophia.dreamwidth.org/tag/sphere+of+protection>

Considerações iniciais feitas, vamos ao ritual:

Abertura e Encerramento

A EdP tem sempre a mesma estrutura, Abertura, Chamamentos e Invocações, Encerramento. Vais aprender agora a abertura, e encerramento. Quando começares a aprender os chamamentos e invocações, eles vão ficar encaixados entre estes dois ritos.

Para a Abertura, são necessárias três divindades - a abordagem padrão para politeístas é chamar um deus pai ou deus do céu, uma deusa mãe ou deusa da terra, e uma divindade com a qual se tem uma ligação específica. Os cristãos que utilizam este rito invocam as três pessoas da Trindade, enquanto os animistas e outros que preferem trabalhar com formas impessoais de divindade podem aplicar as que forem necessárias (um exemplo é incluído abaixo). Para o Encerramento, não é necessário nenhum nome divino.

Abertura

1. Coloca-te no centro do espaço onde vais fazer o trabalho, virado para a direção sagrada na tradição em que estás a trabalhar. (Por exemplo, Este para a Igreja Gnóstica Universal e na Ordem Sagrada do Amanhecer Dourado, ou Sul, onde o sol está ao meio dia para a Antiga Ordem dos Druidas da América).

2. Tira alguns momentos e algumas respirações para concentrares a tua atenção no que vais fazer e deixares que o teu corpo e energia se tornem estáveis. Depois, num movimento amplo, abre os braços para os lados, até que as mãos se encontrem acima da cabeça (no fim desta secção está explicado como colocar as mãos). Desce as mãos juntas até à testa, e toca com elas o ponto entre as sobrancelhas, no local do centro do terceiro olho; ao fazê-lo, imagina um feixe de pura luz branca descendo do espaço infinito para um ponto no centro da tua cabeça, formando ali uma pequena esfera de luz. Diz o nome do deus do céu ou deus pai.

2. Depois de dizeres o nome, continua a descer com as mãos juntas pela frente do teu corpo, até chegares com os dedos a um ponto cerca dois dedos abaixo do umbigo, no centro energético do útero. Ao fazê-lo, imagina o mesmo feixe de luz branca pura a descer pelo teu corpo até ao coração da Terra. Diz o nome da deusa da terra ou deusa mãe.

3. Levanta os cotovelos e volta a subir com as mãos, separando-as num movimento de bem amplo, florescente. Termina com os braços para os lados, palmas para cima. Ao fazerem isto, imaginem a luz a subir novamente do coração da Terra, enchendo o teu corpo. Diz o nome da terceira divindade que escolheste.

4. Agora cruza os braços, o direito por cima do esquerdo, com as pontas dos dedos de cada mão a descansar no ombro oposto. Ao fazer isto, imagina a luz a brilhar através do teu corpo e a preencher o espaço à tua volta, purificando/limpando e abençoando todas as coisas. Diz algo apropriado para terminar. Isto conclui a Abertura.

Na secção sobre “Outros Deuses” tens exemplos de várias palavras e de vários panteões para a abertura.

Também podes inventar a tua própria versão. Antigamente, era raro encontrar dois iniciados que fizessem a EdP com as mesmas palavras.

Encerramento

1. Na conclusão da Abertura - ou, mais à frente, na conclusão das invocações elementais – deixa os braços relaxados ao lado do teu corpo. Volta a tua atenção para o teu plexo solar, ao nível do diafragma. Imagina um ponto bem no centro do teu corpo, onde o plexo solar se cruza com um feixe de luz branca pura que passa através de ti. Imagina esse feixe a formar ali uma pequena esfera de luz. Sente-o como o ponto de encontro entre a corrente de luz que desce do céu e a corrente que sobe do coração da Terra.

2. Agora imagina a esfera de luz a expandir-se, alimentada pelas duas correntes que fluem para ela. Ela cresce até envolver todo o teu corpo, e tanto quanto for necessário para envolver toda a área que desejes colocar dentro da sua proteção. Concentra-te, à medida que se expande, na sensação de que o espaço dentro dela é mais leve, mais limpo e mais brilhante do que o espaço fora dela. (Quanto mais esforço fizer neste sentido, mais eficaz se tornará o ritual).

3. Pausa, depois de teres expandido a esfera até ao tamanho que necessitas e de sentires o espaço à tua volta como limpo, leve e iluminado. Depois cruza os braços como fizeste no final da Abertura, e diz algo apropriado, por exemplo, "Que os poderes sagrados me abençoem e protejam agora e sempre", ou uma oração adequada - por exemplo, o Pai Nosso, se fores cristão. Isto conclui o encerramento, e a Esfera de Proteção.

Algumas dicas e clarificações importantes:

Sobre a colocação das mãos no ponto 1 e 2 da abertura:

Coloca as tuas mãos com as palmas para cima, e com os dedos da tua mão esquerda contra a parte de trás dos dedos da tua mão direita. Os dedos de uma mão vão estar mais ou menos a um ângulo reto em relação à outra, com os vértices do ângulo a apontar para fora, e a ponta do teu indicador esquerdo vai estar a tocar na unha do teu indicador direito.

Coloca as mãos nessa posição ao levantar os braços e juntar as mãos acima da cabeça. Mantem as mãos nessa mesma posição, com a ponta dos dedos para cima, ao mesmo tempo que a trazem para baixo até à testa.

Agora leva as mãos até ao centro do útero e deixa os dedos rodar uns em relação aos outros; a parte da frente dos dedos esquerdos fica contra a parte de trás dos dedos direitos, mas com os dedos a apontar para baixo, e com a unha do vosso dedo indicador direito contra a base do vosso dedo mindinho. É assim que as mãos devem estar ao tocar no centro do ventre.

Frequência de prática:

Recomenda-se que esta prática seja feita uma ou duas vezes por dia

Como escolher os Deuses?

Uma forma de o fazer é ler várias mitologias, e ver se há alguma que ressoe de forma mais forte contigo. Isso já te vai dar uma primeira direção para encontrares com quem trabalhar.

É seguro praticar se estiver grávida?

Não se pode fazer este tipo de trabalho (ou qualquer outro tipo de trabalho mágico!) na gravidez. O corpo está a fazer um trabalho altamente complexo, de gerar vida, e não queremos interferir com ele.

E com crianças pequenas?

Se elas tiverem até 7 anos, a EdP pode ser feita, desde que longe da criança, e numa divisão onde ela não passe muito tempo.

A visualização é difícil para mim! Alguma dica?

A primeira é praticar. Demora tempo, mas com prática vai-se lá. Um exercício específico para desenvolver as capacidades de visualização no geral é escolher um caminho que conheças bem, e imaginar que o estás a percorrer, com tantos detalhes quanto possível

Posso misturar sistemas de magia/desenvolvimento energético?

Não é de todo recomendável. Sabemos que a maioria dos sistemas do Ocidente e Oriente interferem uns com os outros, com efeitos nefastos para a saúde. E mesmo as práticas ocidentais de correntes diferentes tendem a não ser compatíveis. Todas elas influenciam o corpo energético, e se o tipo de influência usado não for compatível, isso pode causar desequilíbrios graves.

Chamamentos dos elementos

Se estás aqui, vou assumir que já praticaste a abertura e encerramento durante pelo menos uma semana, e estás bem à vontade para prosseguir.

Vamos entrar agora nos chamamentos elementares. O objetivo de cada um destes é pedir a cada um dos elementos que recebas as suas bênçãos, e que qualquer desequilíbrio ligado a esse elemento seja afastado de ti.

Os quatro chamamentos têm a mesma estrutura, mudando apenas os pormenores referentes a cada um. Isto significa que na verdade são muito mais fáceis de decorar do que parecem. Cada um deles têm uma invocação, e uma expulsão.

Invocação:

- Virar o corpo para a direção do elemento
- Desenhar no ar, com o indicador e o dedo médio, mantendo os outros encolhidos o símbolo desse elemento à tua frente, na versão de invocação
- Apontar para o centro do símbolo e fazer a invocação em voz alta
- Visualização do elemento e atributos a envolver-te
- Agradecimento

Expulsão:

- Manter o corpo na mesma direção
- Desenhar o símbolo na versão de expulsão
- Apontar para o centro do símbolo e fazer a expulsão
- Visualizar o elemento a fazer a limpeza

Vamos seguir esta estrutura para todos os elementos.

Chamamento do Ar

Símbolo	Cor	Direção	Sol	Altura do dia	Estação do ano
	Amarelo	Este	Nascente	Amanhecer	Primavera

Primeiro, faz a fase de Abertura da Esfera de Proteção.

Invocação

Vira o corpo para: Este.

Desenha o símbolo em modo invocação: Usando os dois primeiros dedos da mão direita, desenha o sigilo do ar. - primeiro o círculo, começando pelo topo e indo no sentido dos ponteiros do relógio a partir daí, e depois a linha vertical, do ponto onde se junta ao círculo até ao topo. Imagina aquele símbolo desenhado, tal como aqui mostrado, com uma linha de chama amarela ou de luz amarela ardente. Esta é a forma de invocação do símbolo do ar.

Invocação: Aponta para o centro do símbolo e diz (de preferência em voz alta) uma invocação apropriada. Esta é a que usada pelo JMG quando pratica este ritual num contexto druida: "Pelo portal amarelo dos ventos que sopram e pelo falcão de Maio na manhã, e pelo grande nome HU, invoco o Ar, os seus deuses, os seus espíritos, e os seus poderes. Que os poderes do Ar me abençoem e protejam neste dia e sempre, e levem mais longe o meu trabalho. Que a minha mente seja inspirada pelos desígnios da natureza". (Podes usar estas palavras; também podes inventar as tuas próprias. A EdP tem essa flexibilidade).

Visualização: Ao terminar a invocação, imagine o mais intensamente possível um vento soprando do vindo do Este, na tua direção, forte e fresco. Visualiza uma cena matinal em que o nascer do sol e o céu dominam tudo. Faz com que pareça Primavera no local onde vives. Envolve todos os teus sentidos, para que cheires, sintas e ouças, assim como vejas as imagens. Respira as energias do ar para dentro de si mesmo. Dedicar um pouco de tempo a isto.

Agradecimento: Depois diz: "Agradeço aos poderes do ar pelos seus dons".

Expulsão

Desenha o símbolo em modo expulsão: Desenha o mesmo símbolo no mesmo lugar, mas desta vez desenha o círculo no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio. Esta é a forma de expulsão do símbolo do ar. Ela não é bane o ar - bane outras coisas com a ajuda do ar.

Expulsão: Aponta para o centro do círculo e diga palavras como as que se seguem: "E com a ajuda dos poderes do ar, eu bano de dentro de mim e do espaço em meu redor e de tudo o

que faço todas as influências nocivas e magias hostis, e todos os desequilíbrios da natureza do ar. Expulso-os para longe de mim".

Visualização: Passa algum tempo a imaginar todos os desequilíbrios e influências indesejáveis a serem varridos pelos ventos e a perderem-se na imensidão do ar.

Para terminar, faz o Encerramento do EdP. Pratica esta sequência diariamente durante pelo menos uma semana antes de passares ao próximo chamamento.

Notas:

Vibração: o nome HU (ou qualquer outro nome divino que se utilize) é vibrado. Vibrado? É uma forma de pronunciar palavras usadas em magia cerimonial. Para aprender a fazê-lo, tenta entoar uma vogal simples como "aaaah", mudando a forma como segura a boca e a garganta até sentir um zumbido ou formigueiro algures no seu corpo. Com a prática, pode concentrar a vibração onde quiser, dentro do seu corpo ou fora dele, e torna-se um método mágico potente. Por agora, tenta o teu melhor, e vê quão constante consegues manter a sensação de zumbido ou formigueiro.

Símbolo: Este não é o símbolo padrão do elemento do ar. É o que usamos na EdP, e nas de tradições espirituais e mágicas que partilham a EdP. Se tens uma prática da meditação diária, o porquê deste ser o emblema usado para o ar é um bom tema sobre o qual meditar.

Chamamento da Água

Símbolo	Cor	Direção	Sol	Altura do dia	Estação do ano
	Azul	Oeste	Poente	Anoitecer	Outono

Primeiro, faz a fase de Abertura da Esfera de Proteção, e o Chamamento do Ar completo (tanto a invocação como a expulsão).

Invocação

Virar o corpo para: Oeste

Desenhar o símbolo em modo invocação: Utilizando os dois primeiros dedos da mão direita, desenha o símbolo da água, começando pelo canto inferior e indo no sentido dos ponteiros do relógio. Imagine aquele símbolo desenhado, tal como aqui mostrado, numa linha de chama azul ou de uma luz azul fulgurante. Esta é a forma de invocação do símbolo da água.

Invocação: Aponta para o centro do símbolo e diz em voz alta uma invocação apropriada. Esta é a utilizada pelo JMG no contexto druídico, mas como sempre, podes usar como está escrito ou adapta-la. "Pelo portal azul das águas poderosas e o salmão da sabedoria no lago

sagrado, e no grande nome HESUS, invoco a Água, os seus deuses, os seus espíritos, e os seus poderes. Que os poderes da Água me abençoem e protejam neste dia e sempre, e levem mais longe o meu trabalho. Que o meu coração seja inspirado pelos desígnios da natureza” (O nome divino, se usares um, deve ser vibrado; tens a explicação sobre como fazer isto na secção de “Notas” do Chamamento do Ar.)

Visualização: Ao terminar a invocação, imagina o mais intensamente possível um oceano ou um poderoso lago que se estenda para oeste de ti até à distância. Visualiza uma cena ao anoitecer, em que o pôr-do-sol brilha sobre as águas. Faz com que pareça Outono no local onde vives. Usa todos os teus sentidos, para que cheires, sintas e ouças, assim como vejas as imagens. Atrai as energias da água para dentro de ti. Dedica um pouco de tempo a isto.

Agradecimento: Depois diz: "Agradeço aos poderes da água pelos seus dons".

Expulsão

Desenhar o símbolo em modo expulsão: Depois desenha o mesmo símbolo no mesmo lugar, mas desta vez desenha o triângulo no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio a partir do fundo. Esta é a forma de expulsão do símbolo da água. Não expulsa a água - expulsa outras coisas com a ajuda da água.

Expulsão: Aponta para o centro do símbolo e diz palavras como as que se seguem: "E com a ajuda dos poderes da Água, eu expulso de dentro de mim, do espaço em meu redor e de tudo o que faço todas as influências nocivas e magia hostil, e todos os desequilíbrios da natureza da Água. Expulso-os para longe de mim".

Visualização: Passa algum tempo a imaginar todos os desequilíbrios e influências indesejáveis a serem lavados pelas ondas e dissolvidos para sempre na imensidão da água.

Termina virando-te para Este e faz o Encerramento da EdP.

Pratica esta sequência diariamente durante pelo menos uma semana antes de passares ao próximo chamamento. Observa a mudança no equilíbrio energético entre esta fase e a da semana anterior.

Chamamento do Fogo

Nota: Apesar de teres aprendido o chamamento da Água em segundo lugar, vais passar a fazê-lo daqui para a frente em terceiro lugar, depois do Ar e do Fogo. A água e o Ar são necessários para equilibrar a influência do Fogo e foi por isso que os aprendemos primeiro.

Símbolo	Cor	Direção	Sol	Altura do dia	Estação do ano
	Vermelho	Sul	A pico	Meio-dia	Verão

Primeiro, faz a fase de Abertura da Esfera de Proteção, e o Chamamento do Ar completo (tanto a invocação como a expulsão).

Invocação

Virar o corpo para: Sul

Desenhar o símbolo em modo invocação: Utilizando os dois primeiros dedos da mão direita, desenha o símbolo do fogo, começando pelo vértice superior e indo no sentido dos ponteiros do relógio. Imagina esse símbolo desenhado, tal como aqui mostrado, numa linha de chama vermelha ou de luz vermelha ardente. Esta é a forma de invocação do símbolo de fogo.

Invocação: Aponta para o centro do símbolo e diz em voz alta uma invocação apropriada. Esta é a utilizada pelo JMG no contexto druídico, mas como sempre, podes usar como está escrito ou adapta-la: "Pelo portal vermelho das chamas brilhantes e pelo veado branco da madeira-verde do Verão, e no grande nome SUL, invoco o fogo, os seus deuses, os seus espíritos, e os seus poderes. Que os poderes do Fogo me abençoem e protejam neste dia e sempre, e levem mais longe o meu trabalho. Possa a minha vontade estar em harmonia com os desígnios da natureza".

Visualização: Ao terminar a invocação, imagine o mais intensamente possível o sol a brilhar alto nos céus do sul. Visualiza uma cena do meio-dia em que o calor cintila no ar. Faz com que pareça Verão no local onde vive. Usa todos os teus sentidos, para que cheires, sintas e ouças, assim como vejas as imagens. Atrai as energias do fogo para dentro de ti. Dedicar um pouco de tempo a isto.

Agradecimento: Depois diz: "Agradeço aos poderes do fogo pelos seus dons".

Expulsão

Desenhar o símbolo em modo expulsão: Depois desenha o mesmo símbolo no mesmo lugar, mas desta vez desenha o triângulo no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio a partir do topo. Esta é a forma de expulsão do símbolo do Fogo. Não bane o fogo - bane outras coisas com a ajuda do fogo.

Expulsão: Aponta para o centro do símbolo e diz palavras como as que se seguem: "E com a ajuda dos poderes do Fogo, eu expulso de dentro de mim, do espaço em meu redor e de tudo o que faço todas as influências nocivas e magia hostil, e todos os desequilíbrios da natureza do Fogo. Expulso-os para longe de mim".

Visualização: Passa algum tempo a imaginar todos os desequilíbrios e influências indesejáveis a serem mirrados e queimados pelo calor abrasador do sol.

Depois, vira-te para Oeste e faz o Chamamento da Água. Em seguida, vira-te para Este e faz o Encerramento de EdP.

Pratica esta sequência diariamente durante pelo menos uma semana antes de passares ao próximo chamamento. Observa a mudança no equilíbrio energético entre esta fase e a da semana anterior.

Chamamento da Terra

Símbolo	Cor	Direção	Sol	Altura do dia	Estação do ano
	Verde	Norte	Noite	Meia Noite	Inverno

Primeiro, faz a fase de Abertura da Esfera de Proteção, e o Chamamento do Ar, Fogo e Água completos (tanto a invocação como a expulsão).

Invocação

Virar o corpo para: Norte

Desenhar o símbolo em modo invocação: Usando os dois primeiros dedos da mão direita, traça o símbolo da terra, começando pelo ponto onde o círculo e a linha se unem e indo no sentido dos ponteiros do relógio à volta do círculo, depois descendo a linha. Imagina esse símbolo desenhado, tal como aqui mostrado, numa linha de chama verde ou de luz verde fulgurante. Esta é a forma de invocação do símbolo da terra.

Invocação: Aponta para o centro do símbolo e diz em voz alta uma invocação apropriada. Esta é a utilizada pelo JMG no contexto druídico, mas como sempre, podes usar como está escrito ou adapta-la: "Pelo portal verde das pedras altas e do grande urso do céu estrelado, e no grande nome ELEN, invoco a Terra, os seus deuses, os seus espíritos, e os seus poderes. Que os poderes da Terra me abençoem e protejam neste dia e sempre, e levem mais longe o meu trabalho. Que o meu corpo prospere de acordo com os desígnios da natureza"

Visualização: Imagina uma cena nocturna tão intensa quanto possível, iluminada apenas pelas estrelas da meia-noite. Veja as grandes formas escuras das montanhas ao longe. Faz com que pareça o Inverno no local onde vives. Usa todos os teus sentidos, para que cheires, sintas e ouças, assim como vejas as imagens. Atrai as energias da Terra para dentro de ti. Dedicar um pouco de tempo a isto.

Agradecimento: Depois diz: "Agradeço aos poderes da Terra pelos seus dons".

Expulsão

Desenhar o símbolo em modo expulsão: Depois desenha o mesmo símbolo no mesmo lugar, mas desta vez desenha o círculo no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio. Esta é a forma de expulsão do símbolo da Terra. Não bane a Terra - bane outras coisas com a ajuda da Terra.

Expulsão: Aponta para o centro do símbolo e diz palavras como as que se seguem: "E com a ajuda dos poderes da Terra, eu expulso de dentro de mim, do espaço em meu redor e de tudo o que faço todas as influências nocivas e magia hostil, e todos os desequilíbrios da natureza da Terra. Expulso-os para longe de mim".

Visualização: Passa algum tempo a imaginar todos os desequilíbrios e influências indesejáveis a serem enterrados, esmagados e absorvidos pelo imenso peso silencioso da Terra.

Depois, vira-te para Este e faz o Encerramento da EdP.

Pratica esta sequência diariamente durante pelo menos uma semana antes de passares ao próximo chamamento. Observa a mudança no equilíbrio energético entre esta fase e a da semana anterior.

Invocação do Espírito Abaixo

No chamamento anterior, acabaste de trabalhar com os elementos clássicos. Daqui para a frente a fórmula é simplificada. Deixamos de trabalhar com Invocação e Expulsão, e passamos apenas a trabalhar com a invocação. O elemento Espírito integra e harmoniza; invocaste os quatro elementos para afastar o que precisas de afastar, e agora invocas as três formas de espírito para equilibrar tudo o resto.

Símbolo	Cor	Direção	Sol	Altura do dia	Estação do ano
	Laranja	Interior da terra	-	-	-

Primeiro, faz a fase de Abertura da Esfera de Proteção, e o Chamamento do Ar, Fogo e Água e Terra completos (tanto a invocação como a expulsão).

Virar o corpo para: Direção da Abertura

Desenhar o símbolo em modo invocação: Usando os dois primeiros dedos da mão direita, desenha o símbolo na horizontal, como se o estivesses a desenhar numa mesa à tua frente. Imagine esse símbolo desenhado, tal como aqui mostrado, numa linha de chama laranja ou de uma luz laranja em chamas. Depois imagine que ele desce uma pequena distância abaixo dos seus pés e se coloca diretamente por baixo de ti. Este é o símbolo do espírito abaixo.

Invocação: Aponta para o centro do símbolo e diz em voz alta uma invocação apropriada. Esta é a utilizada pelo JMG no contexto druídico, mas como sempre, podes usar como está escrito ou adapta-la: "Pelo portal laranja do espírito abaixo e o poder da corrente telúrica, e no grande nome CÊD, invoco o Espírito abaixo, os seus deuses, os seus espíritos, e os seus poderes. Que os poderes do Espírito Abaixo me abençoem e protejam neste dia e sempre, e levem mais longe o meu trabalho. Que eu possa ser fortalecido pela corrente telúrica"

Visualização: Imagina o mais intensamente possível os lugares profundos da Terra e os imensos poderes que ali habitam. Usa todos os teus sentidos, para que cheires, sintas e ouças, assim como vejas as imagens. Atrai as energias do Espírito Abaixo para dentro de ti. Dedicar um pouco de tempo a isto.

Agradecimento: Depois diz: "Agradeço aos poderes do Espírito Abaixo pelos seus dons".

Depois, faz o Encerramento da EdP.

Pratica esta sequência diariamente durante pelo menos uma semana antes de passares ao próximo chamamento. Observa a mudança no equilíbrio energético entre esta fase e a da semana anterior.

Invocação do Espírito Acima

Símbolo	Cor	Direção	Sol	Altura do dia	Estação do ano
	Roxo	Espaço	-	-	-

Primeiro, faz a fase de Abertura da Esfera de Proteção, e o Chamamento do Ar, Fogo e Água e Terra completos (tanto a invocação como a expulsão), e a invocação do Espírito Abaixo.

Virar o corpo para: Direção da Abertura

Desenhar o símbolo em modo invocação: Usando os dois primeiros dedos da mão direita, trace o símbolo na horizontal acima de ti, como se o estivesses a desenhar num tecto baixo. Imagine aquele símbolo desenhado, tal como aqui mostrado, numa linha de chama roxa ou de luz púrpura ardente. Depois imagine-o a subir uma curta distância acima da sua cabeça e a colocar-se diretamente por cima de ti. Este é o símbolo do espírito acima.

Invocação: Aponta para o centro do símbolo e diz em voz alta uma invocação apropriada. Esta é a utilizada pelo JMG no contexto druídico, mas como sempre, podes usar como está escrito ou adapta-la: Pela porta púrpura do espírito acima e o poder da corrente solar, e no grande nome CELI (pronuncia-se KEH-lee), invoco o Espírito Acima, os seus deuses, os seus espíritos, e os seus poderes. Que os poderes do Espírito Acima me abençoem e protejam neste dia e sempre e levem mais longe o meu trabalho. Que eu possa ser fortalecido pela corrente Solar.

Visualização: Imagina o mais intensamente possível os reinos do espaço exterior muito acima de si e os imensos poderes que aí habitam. Usa todos os teus sentidos, para que cheires, sintas e ouças, assim como vejas as imagens. (A que é que cheira do espaço? Segundo os astronautas, cheira um pouco a churrasco queimado -- metal quente com uma inesperada pitada de carne). Atrai as energias do espírito abaixo para dentro de ti. Dedicar um pouco de tempo a isto.

Agradecimento: Depois diz: "Agradeço aos poderes do espírito acima pelos seus dons".

Depois, faz o Encerramento da EdP.

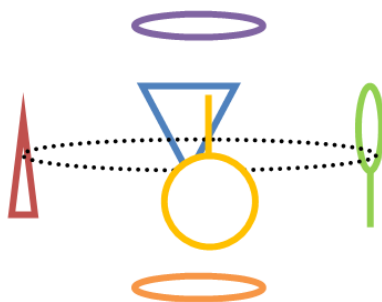
Pratica esta sequência diariamente durante pelo menos uma semana antes de passares ao próximo chamamento. Observa a mudança no equilíbrio energético entre esta fase e a da semana anterior.

Invocação do Espírito Dentro

Primeiro, faz a fase de Abertura da Esfera de Proteção, e o Chamamento do Ar, Fogo e Água e Terra completos (tanto a invocação como a expulsão), e a invocação do Espírito Abaixo e Espírito Acima.

Corpo virado para: Direção da Abertura

Com o corpo virado para esta direção, visualiza todos os seis símbolos que traçaste à tua volta, cada um na sua cor e lugar adequados, e visualiza-te no meio deles.



Invocação: Diz em voz alta uma invocação apropriada. Esta é a utilizada pelo JMG no contexto druídico, mas como sempre, podes usar como está escrito ou adapta-la: "Pelos seis poderes aqui invocados e aqui presentes, e na Grande Palavra AWEN (pronunciada AH-OO-EN), invoco o Espírito Dentro. Que os poderes do Espírito Dentro me abençoem e protejam neste dia e sempre, e levem mais longe o meu trabalho. Que possam estabelecer sobre mim, agora e sempre, uma Esfera de Proteção".

No momento em que dizes as palavras "Esfera de Proteção", passa imediatamente para o Encerramento do EdP, visualizando a esfera à tua volta. Isto é a versão completa da Esfera de Proteção.

Nota: Não se deuses, espíritos e poderes nesta sétima invocação, porque Espírito Dentro é a pequena chama brilhante do espírito dentro de nós - nenhum outro ser precisa de se aplicar. Invocaste os poderes do resto do universo, agora adicionas o teu próprio poder espiritual. Também não traças nenhum símbolo, porque és tu o símbolo.

E parabéns por teres concluído o processo! Daqui para a frente mantém-se a recomendação que pratiques diariamente, a versão completa da EdP. Se a ela juntares algum trabalho de

divinação e de meditação, então tens as bases necessárias para um grande desenvolvimento.

Outros Deuses:

Como falámos no início, a EdP pode ser feita invocando nomes divinos de diferentes panteões, sendo recomendável que se utilize escolha e utilize um. Num panteão de uma certa religião, cada um dos deuses tem uma área de influência definida, e não se corre tanto o risco de haver sobreposições se usarmos todos do mesmo panteão.

Além disso, importa escolher Deuses que não seja hostis ao ser humano. Por exemplo, Loki tem um hábito de criar problemas que mais tarde resolve.

Por fim, se houver deuses que funcionam enquanto par, que se equilibrem (por exemplo, Hades e Jupiter), então é bom colocar esses Deuses na esfera de proteção em locais onde se equilibrem mutuamente.

Para escolheres os teus Deuses vais precisar de três divindades para a abertura, e de seis para os Chamamentos e Invocações. Os Deuses que nomeares para a abertura podem ser também nomeados nos Chamamentos e invocações.

Abertura:

Deus do céu ou Deus pai (1)

Deusa da Terra ou Deusa mãe (2)

Deus(a) com quem tenhas uma conexão (3)

Bênção (4)

Chamamentos Elementares:

Deuses ligados aos 4 elementos.

Para o espírito abaixo deuses ligados à terra ou ao submundo

Para o espírito acima deuses ligados ao sol ou ao céu

Seguem abaixo as sugestões do JMG para divindades de vários panteões:

Abertura:

Pantão Gaélico: (1) "Hu o Poderoso, grande deus druida;" (2) "Ced a Mãe Terra, fonte de toda a vida;" (3) "Hesus dos Carvalhos, chefe dos espíritos das árvores;" (4) "Que todos os poderes sagrados me abençoem e protejam agora e sempre".

Pantão Egípcio: (1) "Osíris!" (2) "Ísis!" (3) "Horus!" (4) "Poderes da Ennead, poderosos na magia!"

Pantão Cristão: (1) "Em nome do Pai", (2) "e do Filho", (3) "e do Espírito Santo", (4) "Amém".

Judaico: (1) Aquele que é o espírito do Deus vivo (2) Abençoado e mais do que abençoado em nome do Deus Vivo de todas as Eras (3) O Espírito Santo, a sua Voz, o seu Espírito, a sua Palavra, (4) Amen.

Sem usar nomes divinos: (1) "Pelo céu acima de mim", (2) "pela terra abaixo de mim", (3) "pela força vital dentro de mim", (4) "que eu seja abençoado e renovado agora e sempre".

Elementos:

Panteão	Este	Sul	Oeste	Norte	Abaixo	Acima
Irlandês	Aengus	Brigid	Manannan	Aine	Danu	Dagda
Gaélico ¹	Hu, o Poderoso	Sul	Hesus	Elen	Ced	Celi
Egípcio	Horus	Isis	Anubis	Nephthys	Osiris	Ra
Anglo-saxónico	Woden	Thunor	Frig	Ing	Erce	Tiw
Escandinavo	Thor	Freya	Frey	Idun	Frigga	Odin
Grego	Atena	Apolo	Afrodite	Dionísio	Deméter	Zeus
Romano	Marte	Vesta	Neptuno	Ceres	Veiovis	Júpiter
Védico	Indra	Yama	Varuna	Kubera	Vishnu	Brahma
Budismo Esotérico Sânscrito	Aksobhya	Ratnasambhava	Amitabha	Amoghasiddhi	Sakyamuni	Vairocana
Budismo Esotérico Japonês	Ashuku	Hosho Nyorai	Amida Nyorai	Fukujoju Nyorai	Shaka Nyorai	Dainichi Nyorai
Cristianismo ²	A Palavra	Sol da Justiça	Emmanuel	Filho de David	Bom Pastor	Cordeiro de Deus
Judaico-cristão ³	YHVH	AL	ALHIM	ADNI	AGLA	AHIH

1: Como pronunciar o nome das divindades Gaelicas:

Em Gaelico o “u” pronuncia-se “ee”.

Hu – Tal como está escrito, mas com o u gaélico

Ced - Kehd

Hesus - HEH-sus, com o u gaélico .

Sul - Tal como está escrito, mas com o u gaélico.

Esus – Sem o aspirado do primeiro H de Hesus.

Elen -- ELL-enn.

Celi -- KEH-lee.

Awen -- AH-OOO-EN, demorando e cantando todas as três sílabas.

2. Nas invocações utilizando apenas o nome de Jesus podes dizer algo do género: “Em nome de Jesus a Palavra, eu invoco o Ar, os seus Anjos espíritos e Poderes...”, utilizando um título diferente (conforme a tabela acima) para cada direção. Isso vai-te ajudar a diferenciar as energias e a tornar o trabalho mais rico.

3. Pronuncia dos nomes de Deus na tradição Judaico-Cristã

יהוה, YHVH, pronunciado Jeová pelos cristãos, nunca é pronunciado pelos Judeus. Por norma quem trabalha com magia repete o nome das letras, "Yod, Heh, Vau, Heh," embora existam outras formas de o vocalizar

אל, AL, que se pronuncia “Ell

אלהים, ALHIM, que se pronuncia "Elohim”.

אדני, ADNI que se pronuncia "Adonai”

אגלא, AGLA; isto é um acrónimo para a prece *Ateh Gebor Le'olam, Adonai*, "Tu és glorioso para sempre, Deus”, que se pronuncia "ah-geh-la”.

אהיה, AHHI, que se pronuncia "Eheieh;" tradicionalmente, foi o primeiro nome que Deus revelou a Moisés, e significa “Eu Sou”