



LIBER

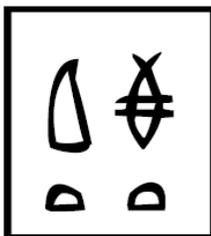
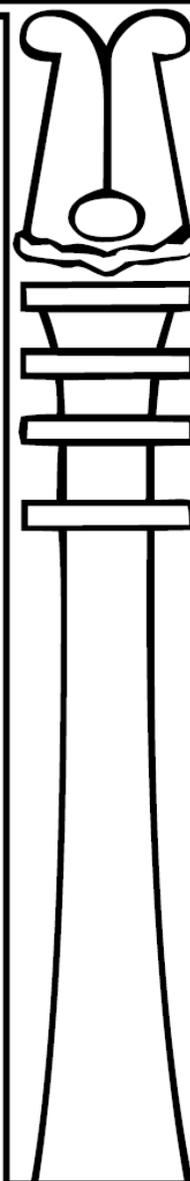
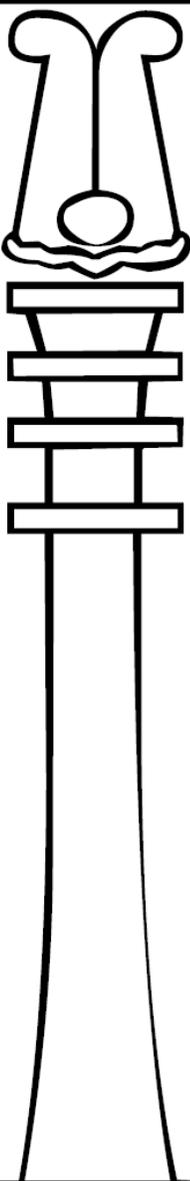
E

VEL

EXERCI-  
TIORVM

SVB FIGVRÂ

IX





A.:A.:

### Publicación en Clase B

#### I

1. Es absolutamente necesario que todo los experimentos debe ser registrados en detalle durante, o inmediatamente después, de su realización.
2. Es sumamente importante notar las condiciones físicas y mentales del experimentador o experimentadores.
3. El tiempo y el lugar de los experimentos deben tenerse en cuenta, así como el estado climático y en general todas aquellas condiciones que puedan causar alguna consecuencia o alteración en el experimento, ya sea como impedimento o como causas de error.
4. El Astrum Argentum no tomará noticia oficial de aquellos experimentos que no estén apropiadamente registrados.
5. No es necesario a estas alturas que declaremos el fin último de nuestras investigaciones, ni ciertamente sería entendido por aquellos que no han sido hábiles en estas lecciones elementales.
6. Es experimentador esta animado a usar su propia inteligencia, y no depender de otras sujetos, no importa cuan distinguido sea, incluso entre nosotros mismos.
7. El registro escrito debe ser preparado legiblemente para que otros puedan beneficiarse de su estudio.

8. EL libro John St. John publicado en el primer numero del “Equinoccio” es un ejemplo de este tipo de registro por un estudiante muy avanzado. No está tan simplemente escrito como nosotros pudiésemos desear, pero enseñará el método.
9. El registro más científico es el mejor. Aún las emociones deben ser anotadas como algunas de las condiciones. Deje, entonces, que el registro sea escrito con sinceridad y esmero, y con la práctica esto se irá aproximando más y más a lo ideal.

## II Clarividencia física

1. Tome un mazo de Tarot (78 cartas), barájelo, corte. saque una carta. sin mirarla, trate de nombrarla. Anote como llamó a esa carta y luego anote su nombre real. Repita y tabule los resultados.
2. Este experimento es probablemente más fácil con un mazo de viejas y genuinas cartas del Tarot, preferentemente usadas para la adivinación por alguien que realmente entienda del tema.
3. Recuerde que uno debe esperar nombrar la carta correcta una vez en 78 oportunidades. También sea cuidadoso de excluir la posibilidad de obtener conocimiento por los sentidos ordinarios de la vista y el tacto, incluso el olfato. Hubo una vez un hombre cuyas puntas de los dedos eran tan sensibles que podía sentir la forma y la posición de las “pepitas” (la tinta impresa en la carta), y decir la carta correctamente.
4. Es mejor empezar primero por la forma mas fácil del experimento tratando de adivinar un sólo el palo.
5. Recuerde que en 78 experimentos usted debería obtener 22 aciertos y 14 de cualquier otro palo; así que, sin ninguna clarividencia, usted puede adivinar bien en 7 pares de veces (aproximadamente) por sacar las cartas adecuadamente.
6. Note que algunas cartas son armoniosas. Así no sería un mal error llamar el cinco de Espadas (“El Señor de la Derrota”) en vez del diez de Espadas (“El Señor de la Ruina”). Pero llamar el Señor del Amor (2 de Copas) por el Señor de la Disputa (5 de Copas) mostrará que usted no lo esta haciendo nada bien. Similarmente, una carta gobernada por Marte sería armoniosa con un 5, una carta de Géminis con “Los amantes”.
7. Esas armonías deben ser completamente aprendidas, acorde a las numerosas tablas dadas en “777”

8. Cuando usted progrese se dará cuenta que es capaz de distinguir el palo correctamente tres veces de cuatro, y de echo que muy pocos errores inarmoniosos ocurren, mientras en 78 experimentos usted es capaz de nombrar la carta correcta unas 15 o 20 veces.
9. Cuando usted haya alcanzado este estado, puede ser admitido para inspección; y si pasa, le serán dados ejercicios mas complejos y difíciles.

### **III**

#### **Asana – Postura**

1. Debe aprender a sentarse perfectamente quieto con cada músculo tenso por largos periodos.
2. No debe usar prendas que interfieran con la postura en cualquiera de estos experimentos.
3. La primera posición: (El Dios). Sentado en una silla, cabeza erguida, espalda recta, rodillas juntas, manos sobre las rodillas, ojos cerrados.
4. La segunda posición: (El Dragón) Arrodillado, glúteos descansando en los talones, los dedos de los pies hacia atrás , espalda y cabeza rectas, manos sobre los muslos.
5. La tercera posición: (El Ibis) Parado, sostener el tobillo izquierdo con la mano derecha (y alternamente practique tobillo derecho en mano izquierda, etc.) el dedo índice libre en los labios.
6. La cuarta posición (El Rayo) Sentado. Talón izquierdo presionando el ano, pié derecho apoyado sobre los dedos, el talón cubriendo el Fallo, brazos estirados sobre las rodillas, cabeza y espalda rectas.
7. Varias cosas le pasarán mientras esta practicando estas posiciones, deben ser cuidadosamente analizadas y descritas.
8. Anote la duración de la practica, la severidad del dolor (si los hay) que acompaña esto, el grado de rigidez alcanzado, y cualquier otro asunto pertinente.
9. Cuando haya progresado al punto en que un plato llenado al borde con agua y puesto sobre la cabeza no derrame una gota durante una hora entera, y cuando no logre percibir el mas ligero temblor en cualquier músculo; cuando, en poco tiempo, usted este perfectamente estable y sin esfuerzo, usted será admitido para la inspección, y si pasara, será instruido en practicas mas completas y difíciles.



THE IBIS



THE GOD



THE THUNDERBOLT



THE DRAGON

## IV

### Pranayama – Regularización de la Respiración

1. Descansando en una de sus posiciones, cierre la fosa nasal derecha con el pulgar de la mano derecha y exhale lentamente y completamente por el orificio nasal izquierdo mientras corren 20 segundos. Inhala por la misma fosa nasal durante 10 segundos, Cambiando manos, repita con la otra fosa nasal. Deje que esto sea continuo por una hora.
2. Cuando esto sea fácil de realizar para usted, incremente los periodo a 30 y 15 segundos.
3. Cuando sea bastante fácil para usted, pero no antes, exhale durante 15 segundos, inhale por 15 segundos, y sostenga la respiración durante 15 segundos.
4. Cuando usted pueda hacer esto con perfecta facilidad y comodidad durante una hora, practique exhalando por 40 segundos e inhalando por 20.
5. Siendo dominado esto, practique exhalando por 20, inhalando por 10, y aguantando la respiración durante 30 segundos. Cuando esto se haya vuelto perfectamente fácil para usted, será admitido para evaluación, y si pasara, será instruido en practicas mas completas y difíciles.
6. Usted encontrará que la presencia de comida en el estómago, incluso en pequeñas cantidades, hacen la práctica muy difícil.
7. Sea muy cuidadoso de no sobre exigir tus capacidades, especialmente nunca hagas una respiración tan corta que te obligue a exhalar brusca o rápidamente.
8. Esfuércese después a profundidad, completamente, y regularice la respiración.
9. Varios fenómenos notables muy probablemente ocurrirán durante estas prácticas. Deben ser cuidadosamente analizadas y registradas.

## V

### Dharana - Control del Pensamiento

1. Limite la mente a concentrarse sobre un simple objeto imaginado. Los cinco tatwas son útiles para este propósito; ellos son: un ovalo negro, un disco azul, una medialuna plateada, un cuadrado amarillo, un triangulo rojo.
2. Proceda a la combinación de simples objetos ejemplo: un ovalo negro dentro de un cuadrado amarillo, y así sucesivamente.

3. Proceda a simples objetos con movimiento, como un péndulo oscilando, una rueda girando, etc. Evite los objetos vivientes.
4. Proceda a la combinación de objetos en movimiento por ejemplo; un pistón ascendiendo y descendiendo mientras un péndulo oscila. La relación entre los dos movimientos debería variar en experimentos diferentes. O un sistema de ruedas voladoras, excéntricos, y gobernador.
5. Durante esas prácticas la mente debe estar absolutamente confinada al objetivo determinado, ningún otro pensamiento debe ser permitido introducirse en la conciencia. Los sistemas con movimiento deben ser regulares y armoniosos.
6. Anote cuidadosamente la duración de los experimentos, el número y la naturaleza de los pensamientos intrusos, la tendencia del objeto a salirse de su curso, y cualquier otro fenómeno que se presente. Evite sobre exigirse. Esto es muy importante.
7. Proceda a imaginar objetos vivientes; como un hombre, preferentemente alguno conocido, y respetado por usted mismo.
8. En los intervalos de esos experimentos usted podría tratar de imaginar los objetos de los otros sentidos, y concentrarse en ellos. Por ejemplo, trate de imaginar el sabor a chocolate, el olor a rosas, la suavidad del terciopelo, el sonido de una cascada, o el tic-tac de un reloj.
9. Procure finalmente lograr todos los objetos de cualquiera de los sentidos, y prevenir todos los que otros pensamientos surjan de su mente. Cuando sienta que ha logrado algún éxito en las practicas usted será admitido para evaluación, y si pasara, será instruido en practicas mas completas y difíciles.

## **VI**

### **Limitaciones físicas**

1. Es deseable que descubra por usted mismo sus limitaciones físicas.
2. Con este fin determine cuantas horas puede subsistir sin comida ni líquido antes de que su capacidad de trabajo sea seriamente interferida.
3. Determine cuanto alcohol puede usted beber, y que formas de embriaguez lo asaltan.
4. Determine cuan lejos puede caminar sin parar; puede ser bailando, nadando, corriendo, etc.

5. Determine durante cuantas horas puede estar sin dormir.
6. Pruebe su resistencia con varios ejercicios gimnásticos, club-swinging y así sucesivamente.
7. Determine por cuanto tiempo puede permanecer en silencio.
8. Investigue cualquier otra capacidad y aptitudes que se le puedan ocurrir.
9. Que estas cosas sean cuidadosa y conscientemente registradas; de acuerdo a como sus capacidades se lo demanden.

## VII Un curso de Lectura

1. El objetivo de la mayoría de las practicas anteriores no estarán al principio del todo claras para usted, pero por lo menos (¿quien lo negara?) estás lo han entrenado en la determinación, precisión, introspección y muchas otras cualidades que son valiosas para todos los hombres en sus ocupaciones ordinarias. Así que en ninguna forma su tiempo ha sido perdido.
2. Puede usted ganar entendimiento en la naturaleza de la gran obra, que van mas allá de estas cosas elementales, sin embargo debemos mencionar que una persona inteligente puede obtener más que una alusión en la índole de los siguientes libros, los cuales son tomados como contribuciones serias y sabias al estudio de la naturaleza, aunque no necesariamente para estar explícitamente confiados en ellas.

“The Yi King” [S.B.E. Series, Oxford University Press].  
 “The Tao Teh King” [S.B.E. Series].  
 “Tannhäuser” by A. Crowley.  
 “The Upanishads.”  
 “The Bhagavad-Gita.”  
 “The Voice of the Silence.”  
 “Raja Yoga” by Swami Vivekananda.  
 “The Shiva Sanhita.”  
 “The Aphorisms of Patanjali.”  
 “The Sword of Song.”  
 “The Book of the Dead.”  
 “Rituel et Dogme de la Haute Magie.”  
 “The Book of the Sacred Magic of Abramelin the Mage.”  
 “The Goetia.”  
 “The Hathayoga Pradipika.”  
 “Erdmann's “History of Philosophy.”  
 “The Spiritual Guide of Molinos.”  
 “The Star in the West” (Captain Fuller).  
 “The Dhammapada” [S.B.E. Series, Oxford University

Press].  
“The Questions of King Milinda” [S.B.E. Series].  
“777. vel Prolegomena, &c.”  
“Varieties of Religious Experience” (James).  
“Kabbala Denudata.”  
“Konx Om Pax.”

3. El estudio cuidadoso de estos libros habilitara al alumno a hablar el idioma de su maestro y facilitarle la comunicación con él.
4. El alumno deberá esforzarse para descubrir la armonía fundamental de estas variadas obras. Con el propósito de encontrar lo mejor para estudiar las más extremas divergencias entre una y otra.
5. Puede solicitar cuando desee ser examinado en este curso de lectura.
6. Durante la totalidad de este elemental y práctico estudio, él buscara sabiamente y se vinculara el mismo a un maestro, uno competente para corregirlo y aconsejarlo. No deberá desalentarse por la dificultad de encontrar a tal persona.
7. Recuerda que él en ningún sabio deberá confiar o creer, que el maestro. Y deberá confiar completamente en si mismo, y no dar crédito a cualquier cosa excepto a aquello que esta dentro de su conocimiento y experiencia.
8. Como en al inicio, así también en el final insistimos en la importancia vital del registro como única y posible revisión del error derivado de las varias calidades del experimentador.
9. De esta manera permita que el trabajo se cumpla como es debido, si, permita que se cumpla debidamente.

\*

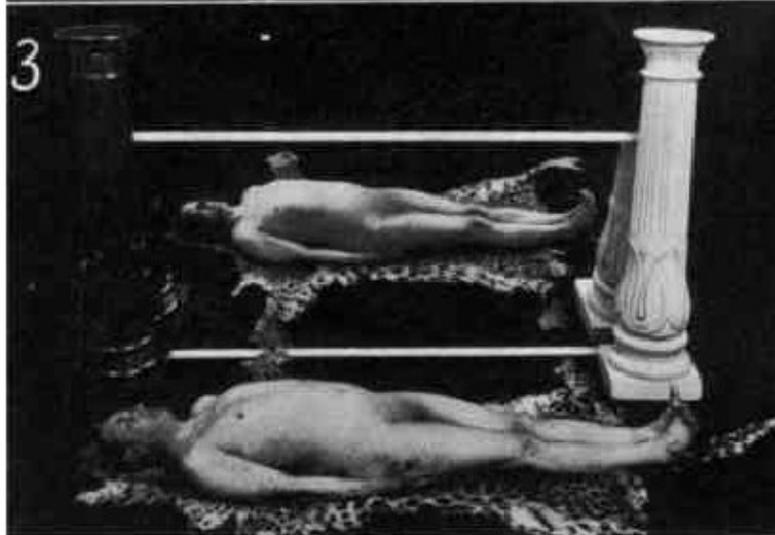
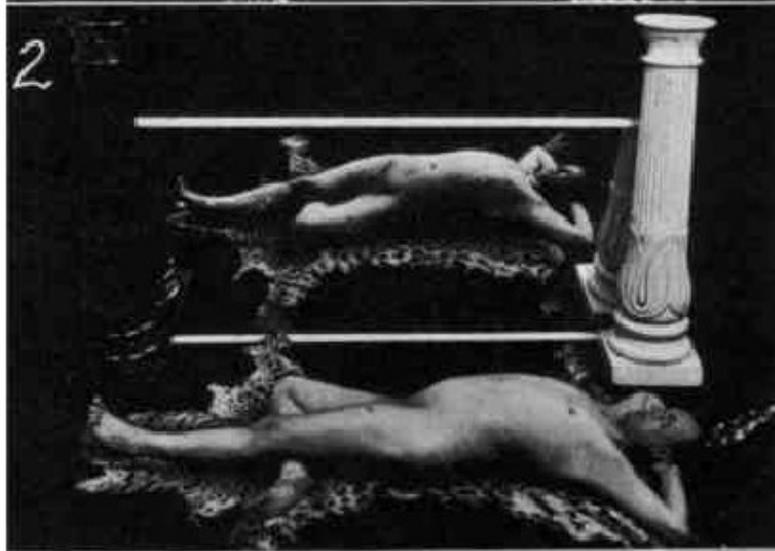
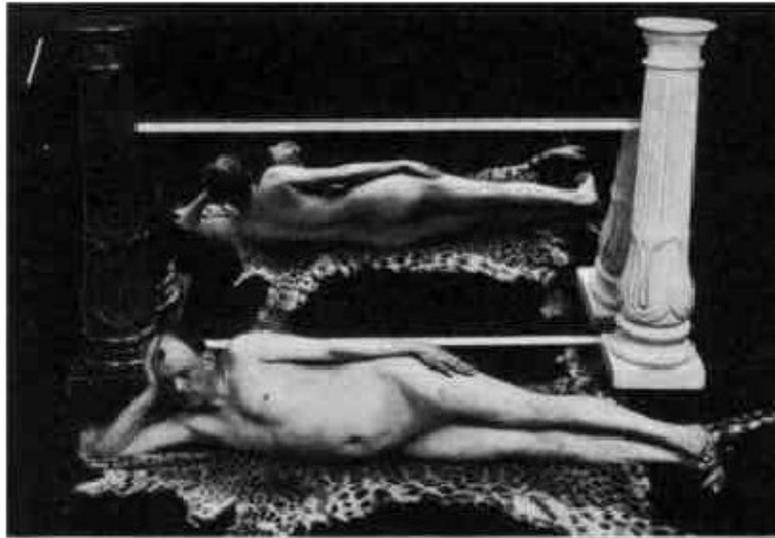
Algunos de los hermanos mas débiles han encontrado las posturas del Liber E demasiado difíciles, el corazón piadoso del Præmonstrator de la A.:A.:se ha movilizadado para autorizar la publicación de posturas adicionales que se encontraran a la vuelta de esta página. Un anciano, caballero corpulento de hábitos sedentarios ha sido lo bastante bueno para proponer, para que nadie se sienta privado así mismo de consagrarse a la gran obra en esta tierra de enfermedades físicas.

\*

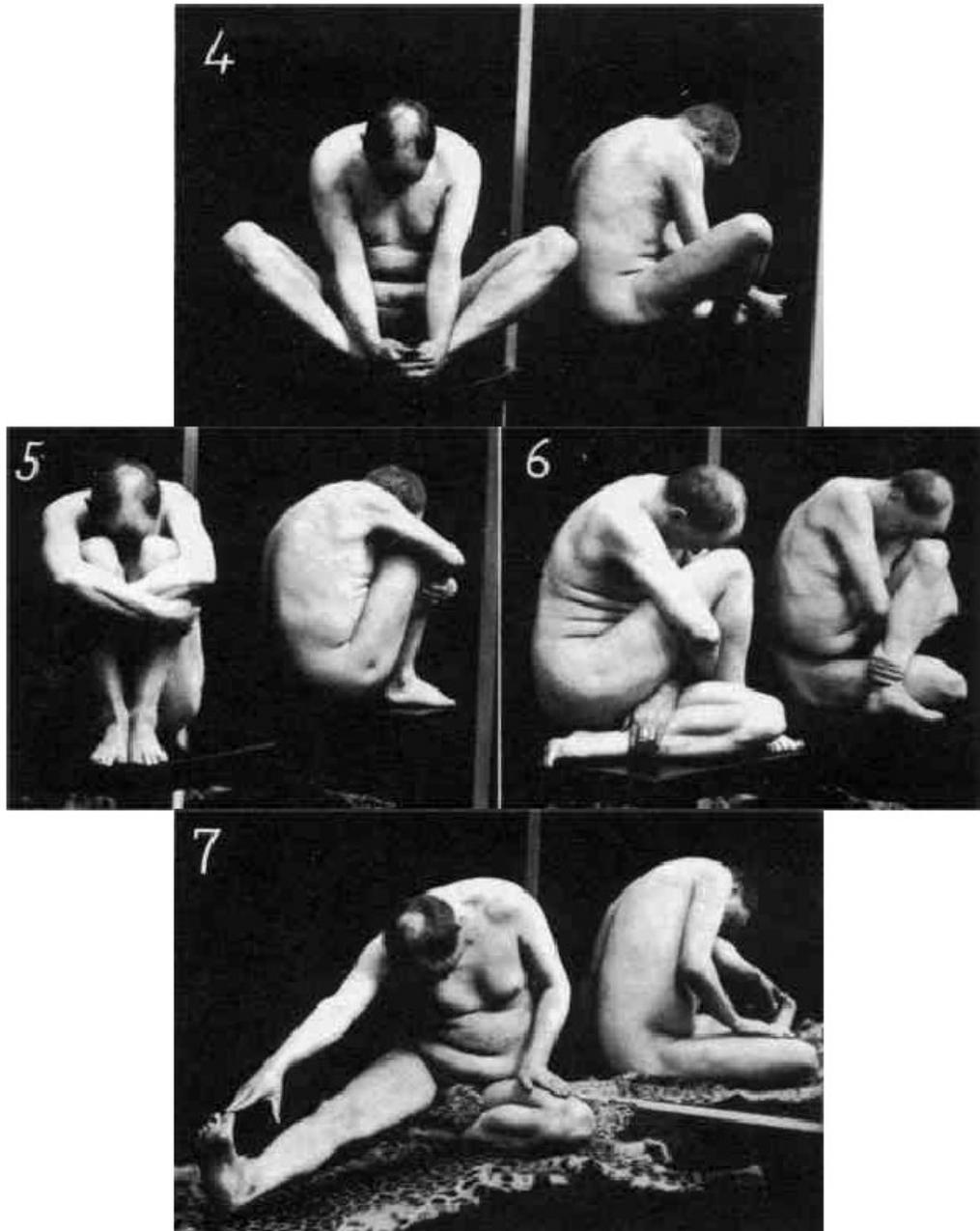
**Traducción al español por: Frater Eon6**



LIBER E. SUPPLEMENTARY INSTRUCTION IN ASANA



1. The Dying Buddha.
  2. The Hanged Man.
  3. The Corpse.
- } These three recumbant positions are more suitable for repose after meditations than for meditation itself.



4. The Arrowhead.
  5. The Bear.
  6. The Ivy.
  7. The Parallelogram.
- } These positions with bowed head are suitable for Asana and for meditation, but not for Pranayama.