

Guia de Zhen Ming Kunlun (Yoga dos Sonhos Taoista)

Práticas do Guardião do Sono (Protetor)

1. Invocação da Joia dos Sonhos
2. Ritual de Oferenda e Purificação dos Três Tesouros (Consciência Infinita, Amor Infinito, Espaço Infinito)
3. Prece Curta
4. Prece Longa
5. Bênção dos Alimentos para auxiliar no processo de sonhar

Shui Gong – Posturas da prática Taoista Descanso

- 1 - Descanso simples
- 2 - Clara Luz
- 3 - Postura sedante
- 4 - Tigre sonhando
- 5 - Descanso para orelha
- 6 - Imortal Aleijado
- 7 - Cruzamento de perna fácil
- 8 - Meia Lotus
- 9 - Lotus
- 10 - Ampulheta
- 11 - Senhor da Terra/ borboleta p cima
- 12 - Senhor do vento - perna dobrada e deitado no chão
- 13 - Selando a energia no umbigo
- 14 - Senhor do Trovão
- 15 - Conservando o Calor interno
- 16 - Descanso do Guerreiro
- 17 - Abraçando a Terra
- 18 - Serpente e passarinho
- 19 - Descanso sobre os antebraços
- 20 - Senhor do fogo (dois braços pra cima)
- 21 - Senhor do Metal (dois braços pra baixo)
- 22 - Mãos em prece no rosto
- 23 - Tocar e restaurar o Palácio de Cristal
- 24 - Serpente torce o corpo e sonha
- 25 - Cultivando o coração (mãos cruzadas no peito)
- 26 - Circulando a energia interna (Dormindo com as espadas)
- 27 - Guardião da caverna misteriosa
- 28 - Conservar a essência da Vida (virilha e orelha)
- 29 - bêbado dormindo
- 30 - guardião dos sonhos
- 31 - Imortal sonhando com as estrelas (Urso)
- 32 - meia lótus (sentado)
- 33 - lótus completa (sentado)
- 34 - borboleta dormindo
- 35 - postura da criança/senhor das águas
- 36 - cinco pontas - Imortal Varre as estrelas

Ming Zhan – Práticas do Sono e Estado de Vigília

1. Estrela do relaxamento profundo
 2. Estrela da arte de dormir deitado
 3. Estrela da arte de dormir sentado
 4. Estrela da prática da intenção pura
 - . Firmezas
 - . Incubação de Sonhos
 - . Alianças
 5. Estrela do Manto dos sonhos - O sonhador
 6. Estrela do alinhamento com as constelações (gênios constelares) – Tian Gui
 7. Estrela do pergaminho do sono (refinando as memórias em estado de vigília)
 8. Estrela da comunicação com os espíritos em estado de vigília
 9. Estrela do espelho d'água - o olho do espírito
 - a. Espelho do Eu Sonho
 - b. Espelho do Eu Divino
 - c. Espelho do Amor Infinito
- 3 Rituais Secretos de Espelho
1. Cavalgar o Shen para Abrir a Cavidade do Vapor Original
 2. Condensar o Qi para Brilhar a Luz das Estrelas
 3. Brilhar e Dissolver as 10 Mil Luzes

Zhen Ming – Práticas No Mundo dos Sonhos

- 1 – Despertar do Sábio Alado (Ficar Lúcido no Sonhar e Acordar)
 - Cinco Formas de Adentrar nos Sonhos
 - Ronda
 - Voo na luz divina
 - Buracos
 - Giro
 - Portal
 - Prisma
- 2 – Buscando um Guia no Mundo dos Sonhos (recebendo os sinais)
 - a – Gesto, forma ou som
 - b – Local especial
 - c – Selo de poder
- 3 – Restaurar a Força Espiritual
 - a – Cessar a perda da força vital
 - b – Cessar a desconexão com a pureza Original
 - c – Cessar a perda da conexão com o sagrado e com o amor divino
 - d – Cessar a perda da conexão com o seu estado animal natural
 - e – Cessar a perda de ligação com os seus ancestrais
- 4 – Encontrando seu Lugar de Poder Espiritual pelo Si Jin (Quatro Direções)
 - Céu
 - Terra
 - Água
 - Montanha
- 5 – Encontrando os animal, planta e/ou pedra guias
- 6 – Utilizando a ajuda dos Locais de Poder e os Guias para abrir os portais

7 – Comunicação com as Divindades, Gênios das Constelações e Imortais (Xian)

8 – Adentrando as 7 realidades de Po Wa

- 1 - Realidade do Metal – Mundo Material – Centro Sexual
- 2 - Realidade da Água – Mundo dos Sonhos - Umbigo
- 3 - Realidade do Vento – Mundo da Potência - Estômago
- 4 - Realidade do Fogo – Passado, Presente e Futuro - Coração
- 5 - Realidade da Madeira – Mundo da Comunicação - Garganta
- 6 - Realidade Intermediária – Mundo dos Espíritos - Pineal
- 7 - Realidade do Vazio – Útero Original – Alto da Cabeça

9 – Desenvolvendo as habilidades nos Oito tipos de Sonhos

- a – Sonho Organizacional
- b – Sonhos Ruins/Pesadelos
- c – Sonhos com o passado e com o futuro - Oracular
- d – Sonhos de anamnese
- e – Sonhos com espíritos/entidades/demônios/deidades/divindades
- f – Sonhos com as realidades paralelas, portais, visitas ao mundo material
- g – Sonhos de cura e sabedoria
- h – Sonhos da transferência integral da consciência

10 – Oito Vasos Maravilhosos as 8 Habilidades

- a – Habilidade de entrar consciente no sonho e permanecer acordado (Vaso Governador)
- b – Habilidade de evocar fogo, explosões e materializar coisas (Vaso da Concepção)
- c – Habilidade de manifestar suas vontades (Canal da Esquerda)
- d – Habilidade de se lembrar dos sonhos e sabedoria divina (Canal da Direita)
- e – Habilidade de manifestação em qualquer realidade (Canal Central)
- f – Habilidade de girar e mudar de realidade (Canal Circular)
- g – Habilidade de voar (Canal da Ponte)
- h – Habilidade de assumir outras formas (Vaso Regulador)

11 – Dissolvendo a percepção do mundo da forma dentro do mundo dos sonhos (integrando os oito mundos)

Ba zhai - Os Oito Espelhos da Mansão Brilhante (os oito espelhos (mundos) da Luz)

- Fu Wei, (Talismã Primordial) - Mundo da Criação - Vaso Governador
- Tian Yi, (Medicina Celeste) - Mundo das Leis Naturais - Vaso da Concepção
- Yian Nian, (Harmonia) - Mundo da Correção e Aplicação das Leis - Canal da Esquerda
- Sheng Qi, (Energia de Crescimento) - Mundo da Prosperidade e Propagação - Canal da Direita
- Huo Hai, (Desestabilização Acidentes) – Mundo da Desestruturação e Desestabilização - Canal Central
- Liu Sha, (Seis Demônios) - Mundo da Ignorância e do Obscurecimento da Luz - Canal Circular

• Wu Gui, (Cinco Fantasmas) - Mundo de Divide a Manifestação de suas fantasias e devaneios, Divisão entre material e espiritual, dualidade densificada - Canal da Ponte

• Jue Ming - (Murchar da Vida) - Mundo do Nascimento e da Morte - Canal Regulador

12 – Cang Qiong – Firmezas - Dissolvendo os bloqueios das realidades no mundo dos sonhos (levando e trazendo objetos pelos mundos)

13 – Itá Mehar - Desenvolvendo Cura, Ataques e Defesas a através dos sonhos

14 – Itá Joailo - Mergulho e Imersão da Água dos Sonhos

15 – Itá Pianzui Zhen Ming- Mergulhando na Luz Natural

16 – Ma Havailo - Dissolvendo a Ilusão da Malha da Existência Individual – Pluralizando as Aglutinações de Percepção

17 – Mu Havailo - Adentrando na Cavidade do Vazio Primordial – A escuridão Profunda E no Hundun, Abrindo Acessos aos Ancestrais do mundo do Caos Primordial e se diluindo neles.

18 – Itá Havailo - Dissolvendo a escuridão no Coração Divino, macho e fêmea místicos e os devoradores primordiais

19 – Ruba Havailo - Sonho Tríplice: Adentrando a Clara Luz e Conectando as Três Fornalhas

20 – Diqx Yalus - Cristalizando o Corpo de Sonho nas 7 realidades e 8 mundos – Unindo Yalus e Ramus

21 – Dissolvendo as existências nas 7 realidades e nos 8 mundos através dos 10 Gan