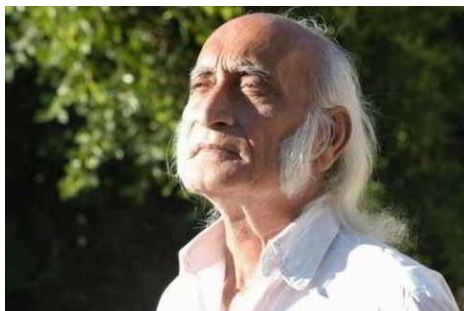


Hira Ratan Manek

2010-06-03 05:00:45



El hombre que mira al sol en la foto de llama **Hira Ratan Manek** (HRM) y nació en 1937 en India. Desde 1995 **vive exclusivamente de energía solar y agua** y tras 30 años de investigación y práctica personal divulga su método personal, el **SUN GAZING**, por el mundo en conferencias y cursos gratuitos.

Su objetivo es compartir sus conocimientos para la mejora de la vida en el planeta y ayudar a las personas a **sanar física, emocional y mentalmente** y a desarrollarse espiritualmente.

¿Es cierto que usted no come?

Muy raramente tomo comida sólida. Muy de vez en cuando, para no herir los sentimientos religiosos cuando visito un templo, tomo ofrendas conocidas con el nombre de prasad. Pero no, no como.

¿Y?

Solamente bebo líquidos, especialmente agua y té, y a veces café.

Y está vivo.

Y voy a su país el mes que viene. He demostrado ante varios equipos científicos que puedo sobrevivir solo a base de agua. Me estudiaron en varias ocasiones, por periodos de 130, 211 y 411 días. Los informes médicos están en [mi web](#). Mi contribución a la humanidad es la de dar a conocer la ciencia de vivir de la luz solar. No como: me alimento del sol. Es una técnica milenaria, que en la antigüedad se conocía en todo el mundo, incluso en Europa. Las religiones establecidas erradicaron el culto al sol.

¿Se trata de mirar al sol?

Sí. Mirar al sol durante la franja de tiempo que yo llamo segura es sencillo y los resultados son fantásticos. Se obtiene una salud perfecta para mente, cuerpo y espíritu. Se experimenta un incremento de la memoria y la inteligencia. El proceso de envejecimiento se hace más lento.

Mirar al sol: ¡qué peligro!

No es peligroso. Los primeros rayos de sol de la mañana y los últimos rayos de la tarde son más beneficiosos que la televisión y los ordenadores. La franja segura no es peligrosa. Los ojos necesitan una buena luz para estar sanos. Nadie ha dañado sus ojos por mirar al sol en la franja de tiempo segura y durante unos segundos; en cambio, salirse de esta franja sí que puede ser peligroso.

¿Y el cáncer de piel? ¿Y las lesiones en los ojos?

Existen cada vez más libros y estudios escritos por médicos que hablan de curaciones debidas a los rayos solares. Puede consultar mi [página web](#).

No creo que haya muchos médicos ni oculistas que estén de acuerdo con usted.

Se equivoca. Hoy en día ya hay muchos oftalmólogos que creen en los beneficios del sungazing. En Atlanta, decenas de oftalmólogos pudieron estudiar los ojos de numerosas personas que practicaron sungazing y comprobaron que en ningún caso la práctica causó daño alguno. Poco a poco empieza a verse un cambio en las creencias de los oftalmólogos. ¡No se trata de mirar el sol a las doce del mediodía!

¿De qué se trata?

Daré cursos y charlas en Catalunya para explicar la técnica. Pero, para resumirla, le diré que se trata de mirar el sol durante una hora segura, solo 10 segundos. Y después, se trata de añadir 10 segundos por día. Solamente pocos segundos. El sol no es fast food. Cuando el sol es suave, cuando nos llegan menos rayos ultravioleta, entonces constituye una poderosa medicina. Es una energía inofensiva, y carece de efectos secundarios.

¿Y por qué no hablamos de ello?

Todo el mundo sabe que el sol tiene poder curativo, pero hoy en día este conocimiento queda oculto por la industria médica y farmacéutica. La ciencia misma afirma que la vida no es posible sin el sol, pero, aun así, los expertos nos mantienen alejados del sol y no hacen más que hablar de sus peligros.

¿Es usted feliz?

Sí, me considero una persona feliz. El sol trae felicidad a nuestras vidas presentes en todos los sentidos. Las personas podemos liberarnos de las enfermedades, y también la muerte es más feliz.

¿?

La muerte, y la vida después de la muerte.

¿Por qué dejó de ser ejecutivo?

Para dedicarme al servicio de la humanidad. Me interesa el bienestar de la humanidad.

¿Cuándo empezó a darse cuenta del poder del sol?

Me habló de ello la Madre Mira del Aurobindo Ashram, en Pondicherry, cuando yo tenía 25 años. Seguidamente empecé a investigar sobre el tema. Después de 30 años de investigación y búsqueda, a partir del año 1992 empecé a experimentarlo en mí mismo. Me tomó tres años poder recoger los frutos de mi búsqueda, y luego expuse mi éxito ante los expertos médicos. Desde entonces ofrezco mi cuerpo a la ciencia, para que sea estudiado.

Usted que tiene práctica, ¿cuánto rato mira al sol?

La práctica que enseño se realiza solamente durante un período de 270 días, de forma regular o irregular. Una vez que el cuerpo se haya convertido en un chip solar, entonces no es necesario seguir con el sungazing. No es una práctica que tenga que realizarse durante toda la vida. Si usted practica el sungazing durante 270 días (lo que equivale a un total de 111 horas), ya habrá completado la práctica.

Entrevista de El Periódico del 25-3-09

[Agenda](#)

Fuente: <http://www.elblogalternativo.com>