



1

INTRODUCCIÓN TERAPIAS HOSPITALARIAS

En este capítulo tendrás tu primer contacto con lo que realmente son las terapias holísticas, comprendiendo la verdadera esencia y potencial que reside en estas técnicas y conocimientos.



2

TRÍADA SALUD

A través de la tríada de la salud, comprenderás la complejidad humana de forma simplificada, entendiendo cómo nuestras desarmonías y desequilibrios se generan a través de nuestra "organización", "energía" e "inteligencia".



3

AGUJAS TICKS DE ENERGÍA - CHAKRAS

En este capítulo comprenderás los puntos de energía que tenemos en nuestro cuerpo y cómo están dispuestos.



4

ANATOMÍA TIC ENERGÉTICO

A través del estudio de la anatomía energética, podrás comprender los sistemas más sutiles de tu cuerpo y cómo interfieren directamente en tus emociones e incluso en tu cuerpo físico.



5

MANUAL REIKI

En este módulo aprenderás la historia, las técnicas, los procedimientos y toda la estructura de las enseñanzas de Reiki.



6

MANUAL CROMOTERAPIA

En este módulo podrás comprender cómo vemos y cómo los colores pueden influir en nuestros estados mentales.



7

MANUALTERAPIA DE CRISTALES

Aquí aprenderás todo sobre los principales cristales utilizados en la atención holística.



8

MANUALAROMATERAPIA

En este capítulo aprenderás todo sobre los principales aromas utilizados en los tratamientos holísticos.



9

MANUALREFLEXOLOGÍA

En este capítulo tendrás acceso a mapas de reflexología y técnicas de estimulación de pies y orejas.



10

MANUALFRECUENCIAS DE CURACIÓN

En este capítulo, aprenderá sobre la importancia de nuestras emociones y cómo pueden afectar los patrones energéticos que atraemos a nuestras vidas.



11

PLANIFICACIÓNHOLÍSTICO

En este capítulo aprenderás a organizar tu vida, tus servicios y tu negocio online.



12

GEOMETRÍASAGRADO

En este capítulo comprenderás cómo la geometría está presente en la naturaleza y afecta nuestra vida diaria.

EXPRESIONES DE GRATITUD

A veces estamos tan ocupados corriendo de un lado a otro y centrados/limitados en los problemas...

Y en el ajetreo de la vida cotidiana, nos olvidamos de agradecer por la vida, la salud y, lo más importante, agradecer a las personas que dan sentido a nuestras vidas.

En IBRATH® creemos firmemente que el amor y la gratitud son las herramientas/instrumentos de curación más poderosos para cualquier persona.

Entonces, cuando amamos y somos agradecidos, aprendemos a valorar las pequeñas cosas de la vida cotidiana, los actos de amor y, especialmente, a las personas que están con nosotros cada día.

Y, es por esta razón que podemos decir, con toda seguridad, que IBRATH® no existiría, y mucho menos este libro/manual, si no fuera por el trabajo, amor y agradecimiento de quienes nos apoyan, incondicionalmente. Es necesario renovar, a cada paso, en cada nueva acción, la misión, el propósito: “agregar y difundir, a través del hashtag “#movimientoholístico”, Terapias Holísticas, en lo que es mejor: el amor por la vida.

Por eso, las palabras no son suficientes para expresar el cariño y agradecimiento a los clientes, alumnos, empleados, socios y familias que depositan su confianza/energía en multiplicar y hacer realidad este proyecto.

Hoy podemos decir que somos una gran comunidad digital, una familia digital que se expande cada día.

Expandirnos no sólo a través de acciones de marketing, sino también a través de acciones transformadoras que se produzcan a nivel externo e interno, dentro de cada uno de quienes nos siguen y se identifican con nosotros.

Finalmente, nos gustaría expresar nuestro más sincero agradecimiento a todos aquellos que dedican su amor, tiempo, inversión, pensamiento y acciones a IBRATH® en este libro.

Recuerda, si eres parte del Instituto y ya has adquirido este libro/manual, debes saber que “estamos juntos”. ¡Cuenta con nosotros!

“Estamos juntos” en este viaje. Compartamos amor y cariño, para que podamos transformarnos, transformando nuestro entorno.

Un sueño soñado en solitario es un sueño. Un sueño soñado en compañía es una realidad.
(Yoko Ono)

¡Gratitud!
Rafael Mendonca

Michael Mendoza

Rita De Cassia
Juan Barros Silva
Eduardo Henry
Bruna Helenara
Danieli Cristina Sampaio

Déborah Souza
Ana Claudia da Silva

Shaylane M Leopoldino
Vanessa Lapo
Thomas Thomas

Melina Sabiany De Souza Paula
Patricia María Baêta Dias Ribeiro
Adriana Pinto De Oliveira Gontijo
Jaquelin Schmidt
Silvia Chrispim
Rosangela Santos
Claudiane Boeira Davila Luana
Beckhauser Da Rosa Valeria Belizaria
De Souza O Silva Vera Lucia Dos
Santos Polaquini Lisiane Danese Dos
Santos
Lizzie Uchoa
Roberta Ulman

Andreas Molinaro Correia

Marieni Vescovi
Isabela Cristina Rocha Stamponi
María Cristina Tobías Farias
Elisandra Stefanello
Amauri Semczuk
Glauca Luiza Aguiar
Vanessa Marinho

Perla Da Silva Klein
Christine De Godoy Rissotti

Izilda Derneka

Waldeck Ferreira
Rosa Helena Lescsno
Sandra Alves Vargas

Douglas Porto Francia Da Silva
Katia Godoy
Wanda Silva Soares
Berenice Fabiana De Ávila

Aline Cámara Silva
Alessandra De Quadros

Janaina Zuza Silva
Rosangela Santos
Paulinea Reis
María Helena Leite

Andrea Do Nascimento

Déborah Kayser Mertens
Daniela Vieira Alves Naman Lilian Cristina
Vieiras Santos Pelegrini

Valeria Cristina Danderfer
Verónica Cecilia Dresch Ana
Cristina De Liz De Creddo
Michele Bitencourt Paes
Carolina Pagani
Helena Donadel
Clarisse Ferreira
Anna Claudia Magalhães Mattar
Silmara Marín Garcez Rocha

Cristina Velasco Dos Santos Patricia
García Silva Costa

Fernando César De Souza
Mehzak Abraham

INTRODUCCIÓN

*Algún día, cuando hayamos dominado los vientos, las olas, las mareas y la gravedad,
Vida, utilizaremos las energías del amor.
Entonces, por segunda vez en la historia del mundo, el hombre descubrirá el fuego.*

(Teilhard de Chardin)

Este libro está dirigido a todos aquellos que deseen involucrarse positivamente con terapias holísticas. Este grupo nos incluye a todos, ya que cada uno de nosotros participará en el mundo de la sanación en algún momento de nuestra vida, personal o profesionalmente. El objetivo principal es ayudar a los profesionales de la terapia holística que quieren dar el salto del “amateurismo” al “profesionalismo”. También puede ser un recurso para la persona aquejada o afectada por una enfermedad mental, energética, física o espiritual, que presenta falta de tranquilidad en el cuerpo, mente o alma.

La verdad es que todos necesitamos comprender la información contenida en este libro, ya que habla del yo y de la realidad detrás de lo obvio, las cosas que componen el mundo material.

Este libro es una enciclopedia/manual de las estructuras energéticas que sustentan la realidad física y nuestros cuerpos físicos. Es también un conjunto de herramientas, protocolos, gráficos e ilustraciones con el objetivo de facilitar la comprensión de las terapias holísticas y el funcionamiento de la anatomía energética humana.

Al utilizar este material, puedes marcar la diferencia en tu vida personal y en el mundo. El objetivo de este trabajo es promover cambios energéticos emocionales y mentales en usted y sus pacientes.

Es importante destacar que todos los fenómenos médicos conocidos y observables alguna vez residieron en el reino de lo sutil o inconmensurable (desconocido). Los rayos X, las bacterias e incluso los efectos bioquímicos de la aspirina no fueron observables. Gran parte del conocimiento que encontrará en este libro todavía está en proceso de desarrollo.

Para salvar la vida de un paciente, calmar a uno ansioso o devolverle la sonrisa a un niño, los profesionales holísticos de hoy deben recurrir a algo más que la sabiduría convencional.

Es necesario ver más allá de los problemas de salud y ser sensible a los dilemas y preguntas de la vida.

A través de este libro podrás comprender que todo está hecho de energía.

gia: moléculas, patógenos, medicamentos recetados e incluso emociones. Cada célula pulsa eléctricamente y el propio cuerpo emana campos electromagnéticos. Podrás comprender que el cuerpo humano es un sistema energético complejo, compuesto por cientos de subsistemas energéticos y físicos.

Este libro ofrece información sobre varios métodos de tratamiento basados en terapias holísticas. A primera vista, algunos de estos métodos pueden parecer “no médicos”. ¿Qué tiene que ver nuestra intención con la curación? ¿Cómo pueden los colores y los aromas ser importantes para los terapeutas holísticos? La respuesta es: bastante. Los tratamientos holísticos son herramientas complementarias a la medicina tradicional, capaces de ayudar a la humanidad a tener acceso a una nueva percepción de los reinos de la energía y la emoción capaces de proporcionar sanación y bienestar.

La información contenida en este libro ha sido recopilada de muchas fuentes: manuscritos esotéricos, textos sagrados, autoridades médicas reconocidas desde hace mucho tiempo, médicos en ejercicio, manuales científicos, laboratorios de investigación, agencias gubernamentales, asociaciones y revistas de información especializada. Se basa en disciplinas como la física cuántica, la ciencia bioenergética, la geometría sagrada y libros relacionados con áreas curativas específicas.

Parte de esta información nunca había sido citada antes en un libro contemporáneo. Gran parte del conocimiento transmitido es una adaptación de las terapias holísticas al mundo actual.

En el Instituto Brasileño de Terapias Holísticas creemos que, para que las terapias holísticas y sus profesionales tengan el reconocimiento que merecen, necesitamos adaptar las terapias holísticas a los tiempos contemporáneos.

Hay mucho conocimiento que simplemente se ha transmitido a lo largo de los años por profesionales y profesores, sin siquiera adaptar o revisar lo que se enseña.

Por eso buscamos innovar, aportar nuevas perspectivas y romper paradigmas. Para que la gente pueda conocer el verdadero valor de las terapias. Queremos crear conciencia de que esto no es un “don” ni algo místico/religioso, sino una profesión que cualquier persona puede aprender y desarrollar, ya que para llegar a ser un terapeuta holístico cualificado se requiere mucho estudio, dedicación y compromiso con la profesión.

*(Instituto Brasileño de Terapias Holísticas - Be Seal)
(FLORIANÓPOLIS 2022)*



INTRODUCCIÓN TERAPIAS HOSPITALARIAS



INTRODUCCIÓN

TERAPIAS HOSPITALARIAS

*“La terapia holística es el arte de encontrar la esencia y la exuberancia de cada ser, previamente oculto y camuflado a lo largo de la vida!”
(Paulo Felipe - Terapeuta Holístico)*

La característica principal de las terapias holísticas es tratar los problemas y enfermedades desde una visión global del ser humano. La terapia holística, a diferencia de las terapias que se centran sólo en el problema o los síntomas de la enfermedad, analiza a la persona como un todo, en sus aspectos físicos, culturales, psicológicos y sociales. Holos, en griego, significa “todo”, “conjunto”.

El objetivo es ayudar al paciente a mejorar su calidad de vida y alcanzar su punto máximo de equilibrio físico, emocional y energético.

Las terapias holísticas tratan una variedad de problemas de salud, como el insomnio, el miedo, la ansiedad, el dolor físico o muscular y los bloqueos energéticos. Las terapias holísticas también se utilizan como tratamientos complementarios, contribuyendo a los llamados tratamientos convencionales.

En Brasil, varias prácticas terapéuticas holísticas son ofrecidas gratuitamente por el Sistema Único de Salud (SUS) como complemento al tratamiento convencional. Aunque la mayoría de estas terapias carecen de evidencia científica, la acupuntura y la homeopatía están reconocidas por el Consejo Federal de Medicina (CFM).

Para definir el tratamiento más adecuado, el terapeuta holístico analiza los aspectos físicos, mentales, espirituales y energéticos del paciente. El tratamiento se realiza de esta manera porque el holismo cree que cada individuo es único y que todas estas características se influyen mutuamente.

La autoobservación y la autoayuda, el despertar de la conciencia y las terapias con una base más natural son conceptos importantes para la terapia holística.

La medicina tradicional también puede utilizarse en conjunto con la terapia holística, cuando los tratamientos se basan en una visión global de la persona. Esto es lo que se llama medicina holística.

TRATAMIENTO DOQUESETR

#MOVIMIENTO HOLÍSTICO

EL **"#movimiento holístico"** fue creada en 2018 por el Instituto Brasileño de Terapias Holísticas y sus fundadores.

Todo comenzó cuando los fundadores de IBRATH® se dieron cuenta de que solos no podrían transformar el mundo y revolucionar el área/cultura de las terapias holísticas.

Por mucho que lo intentaron, invirtieron y trabajaron, no pudieron lograr este ideal sin la contribución de un movimiento más amplio.

Para promover un cambio más profundo en el mundo, involucrando a las familias, al mercado laboral y a la sociedad en general, además de valorar realmente al profesional de las terapias holísticas, fue necesario contar con el apoyo y la ayuda de miles de personas, especialmente de aquellas que han sentido un llamado, un sentido de propósito durante muchos años, que buscan hacer y ser más que lo trivial.

Por lo tanto, el movimiento está hecho por y para personas con la misión de transformar sus comunidades en lugares mejores. Ayudar a las personas, a las familias y a la sociedad a convertirse en un lugar mejor.

El **"#movimientoholístico"** Consiste en romper paradigmas y construir al ser humano a nivel personal y social.

A través de este movimiento, buscamos reevaluar las enseñanzas de diversas terapias holísticas que están limitando la difusión consistente de la práctica y la valorización del terapeuta profesional.

En el **"#movimientoholístico"**, Creemos firmemente que los terapeutas holísticos son los profesionales del futuro. Sin embargo, para que esto sea así, es necesario innovar, ampliar y transformar muchos conceptos, técnicas e incluso ideologías que se predicán en el mercado como única regla.

Para ese futuro al que aspiramos, y para que el profesional de las terapias holísticas sea reconocido, necesitamos demostrar que estas terapias van más allá de lo místico, que para ser profesional es necesario tener mucha dedicación, compromiso, protocolos, procedimientos, técnica y años de estudio.

Debemos demostrar al mundo que esto no es algo totalmente "abstracto", que sólo unas cuantas personas "bendecidas" tienen el poder, sino que es algo que se puede aprender, sentir y aplicar en beneficio de uno mismo y de los demás.



Nuestra principal intención es difundir el conocimiento de las terapias holísticas, el desarrollo personal, energético y espiritual, ofreciendo a las personas recursos para comprender sus emociones y adquirir responsabilidad emocional y energética.

A través de este estado "responsable", el individuo comienza a afectar positivamente el mundo que lo rodea, ¡transformando y salvando vidas!

Aquí en IBRATH® nos gusta decir que todos los que forman parte de nuestra formación o se han convertido en profesionales tienen la capacidad de "salvar vidas".

EL "**#movimiento holístico**" es el camino a través del cual juntos transformaremos el mundo, las personas, las familias, la sociedad y especialmente el mercado de las terapias holísticas.

Si quieres ser parte de la innovación y de este futuro, apoya a IBRATH® y usa el hashtag "**#movimientoholístico**"; en tus publicaciones para apoyar este movimiento y demostrar que eres parte de esta familia!

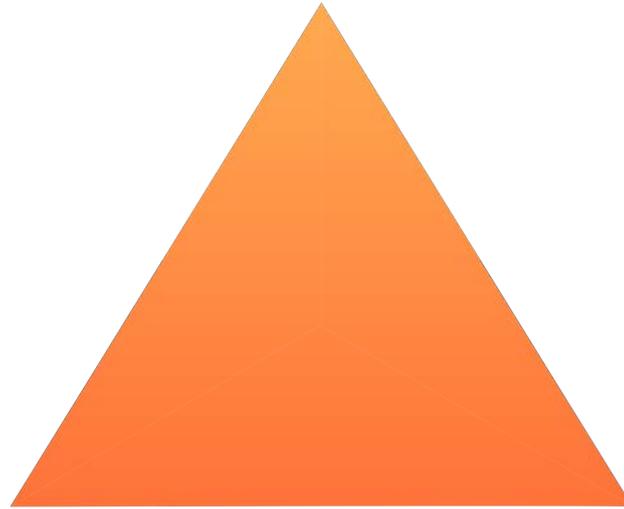
*"Después de tantos años,
dejamos de vivir en la casa y
Nos convertimos en la casa donde vivimos.
"Es como si las paredes
vistieran nuestra alma".
(Mia Couto)*



TRÍADA SALUD

TRÍADA SALUD

INTELIGENCIA



ENERGÍA

ORGANIZACIÓN

Un sistema vivo es una unidad formada por elementos que trabajan de forma coordinada, cada uno al servicio de los demás, para conseguir un fin común, que es la supervivencia.

Esta definición se aplica a bacterias, virus, células de un organismo, colonias de hormigas, personas, grupos, instituciones o países.

Según el concepto de **(TSH) LA TRÍADA DE LA SALUD** Desarrollado por IBRA-TH®, la salud fisiológica se basa en 3 factores:

1. Organización
2. Energía
3. Inteligencia

A través de nuestra metodología, hemos identificado que es posible restaurar el bienestar general de cualquier persona en cualquier situación a través del tratamiento y cuidado aislado y combinado de los elementos de la tríada.

Dado que cada elemento representa un aspecto de la vida humana en diferentes niveles.

La tríada de la salud es la herramienta principal para el terapeuta que busca sanación y profesionalidad. A través de la tríada de la salud podemos comprender de forma simplificada nuestros procesos físicos, mentales, emocionales, energéticos y espirituales.

Está estructurado en 3 Elementos que buscan simplificar la comprensión de los procesos internos humanos (positivos y negativos) y demostrar la sinergia que existe entre las esferas Física, Energética y Emocional.

Organización -integridad de la estructura; corresponde a un grupo de elementos ordenados como una unidad funcional, dirigidos hacia objetivos establecidos por la inteligencia que los guía.

Inteligencia -entidad reguladora que controla e integra las partes del sistema vivo en una unidad funcional, dirigida y guiada hacia la supervivencia.

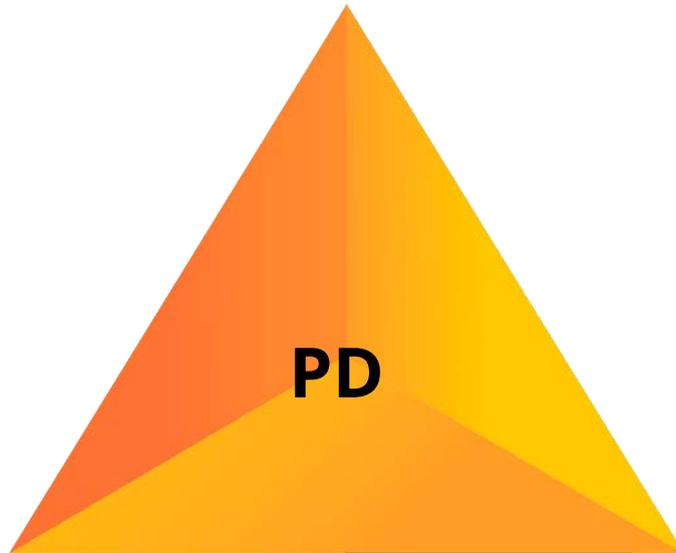
Energía -reserva orgánica funcional; corresponde a cualquier combustible que promueve la acción o el movimiento, también definible como el elemento que hace que las cosas sucedan.

Son elementos fundamentales para la vida, ya que sin organización no tenemos estructura física, no hay existencia. Sin energía, la estructura (cuerpo) no tiene vida, es algo inanimado. En última instancia, sin inteligencia, no hay propósito ni dirección para la energía y la organización.

Ej: Imaginemos un automóvil (organización), sin gasolina (energía) el automóvil no es capaz de moverse ni de salir de su lugar. Sin embargo, incluso si el coche se alimenta con gasolina (energía), no se moverá hasta que la inteligencia lo convierta en algo útil.

Trabajamos de la misma manera. Nuestro cuerpo es nuestra organización, todo lo que vemos, sentimos, comemos, hacemos e incluso lo que pensamos es nuestra energía. Y lo que mantiene todo esto armonizado, equilibrado, sincronizado y dirigido es la inteligencia.

Recuerde: existen miles de aplicaciones para la (TSH), no sólo en nuestra vida personal y profesional, sino en toda la naturaleza y el universo. Recomendamos fuertemente al lector que reflexione en este momento y busque correlacionar la tríada de la salud en otras áreas de su vida.



POTENCIAL DE SALUD

En términos simplificados, PS - Potencial de Salud es el resultado generado por la calidad de los insumos. **Energía + Organización + Inteligencia = Potencial de Salud.**

Es decir, mientras alguno de los elementos de la Tríada de la Salud sea negativo, el PS de salud potencial se reducirá o limitará automáticamente. Por esta razón, si un individuo tiene algún tipo de deficiencia o aporte de mala calidad en cualquiera de los tres elementos de la tríada, no podrá alcanzar todo el potencial de salud que reside en su interior.

El PS está presente en todo el universo. Las semillas de un árbol, por ejemplo, llevan todo el material genético y todo el potencial para convertirse en árboles frutales. Sin embargo, si no se plantan en el lugar correcto y bajo las influencias correctas, es posible que no germinen.

En este caso la semilla es el PS y la organización, el suelo y los nutrientes son la (energía) y la inteligencia es el ADN en la semilla que contiene toda la información sobre cómo debe crecer, cuándo debe florecer y cuándo debe producir fruto.

La cuestión es que en el universo todo tiene un potencial infinito. En este momento tienes un potencial infinito de curación, prosperidad y realización. Simplemente no se está logrando porque aún no estás utilizando el conocimiento de la tríada y las terapias holísticas en tu vida.

Imagínelo de esta manera: todos los seres tienen un potencial infinito de salud, bienestar, armonía y equilibrio. Sin embargo, pocos logran alcanzar este potencial debido a varios factores como:

- Hábitos
- Desconocimiento de los procesos emocionales y energéticos personales.
- Dolor, trauma, sufrimiento, resentimiento.
- Amistades destructivas
- Relaciones abusivas
- Familia rota
- Enfoque orientado a los problemas
- Patrones mentales negativos
- Falta de cuidado con los insumos energéticos
- Falta de cuidado físico (sedentarismo)

Nacemos naturalmente con un PS infinito, que se degrada con el tiempo y el modo en que vivimos nuestras vidas. Un buen ejemplo de esto es cuando pasamos por momentos difíciles, ansiosos y estresantes. Son momentos donde nuestro cuerpo no fue afectado directamente, sin embargo, es claro que hubo una desarmonía en alguno de los pilares de la tríada, lo que a largo plazo, derivará en un desequilibrio general en el potencial de salud.

Ej: Ya está comprobado que el estrés (desarmonía – inteligencia) provocado por estímulos negativos (energía), aumenta la probabilidad de sufrir infartos (organización).

Asimismo, la ansiedad (desarmonía – Inteligencia) causada por inputs negativos de experiencias reafirmantes (energía), aumenta la probabilidad de desarrollar problemas dermatológicos intratables como la psoriasis (organización).

De esta manera se hace evidente el poder de la influencia del hogar, uno de los elementos (organización, energía e inteligencia) para el restablecimiento del bienestar general del ser. Vale la pena señalar que no hay transformación, elevación espiritual ni verdadero desarrollo sin la Tríada de la Salud.

Esta herramienta/ecuación $(Organización+Energía+Inteligencia=Potencial \text{ para La salud})$ debe ser tu compañera a partir de ahora. De esta manera podrás aprender y comprender el verdadero poder de las terapias Holísticas.

PILLARDAORGANIZACIÓN

Vivimos en un mundo material 3D, donde todos los elementos tienen espacio, densidad, peso, altura, anchura, profundidad...

En este espacio hay materia inanimada (piedras, tierra, agua, aire, etc.) y hay materia animada (nosotros, los animales, la vegetación, etc.).

Vivimos en un sistema integrado e interdependiente que nunca podría funcionar de forma aislada.

Ej: Si no existiera el sol (organización) no habría vida... Ya que todas las plantas morirían por no poder realizar la fotosíntesis, y poco después todos los insectos y animales también serían llevados a la extinción por falta de alimento.

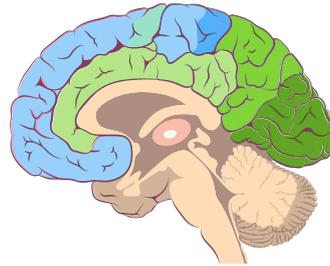
Hay varios otros ejemplos en los que está claro que la falta de algún elemento a nivel de (organización/estructura) causaría fatalidades en todos los sistemas de la Tierra y del espacio.

Por tanto, la organización, es decir la estructura, es fundamental para que exista la vida humana.

La organización engloba lo inanimado y lo animado (consciente), ya que el agua, a pesar de ser una estructura organizativa inanimada, es capaz de moverse a través de las corrientes marinas y los ríos, impulsada por una "inteligencia invisible".

De esta manera podemos decir que la organización es la base de la vida en el mundo material.

PILLARDAINTELIGENCIA



Todos los sistemas vivos son, por naturaleza, unidades funcionales que buscan la máxima supervivencia.

La inteligencia es la columna vertebral de cualquier sistema vivo en equilibrio.

La inteligencia controla, regula, adapta y desarrolla el sistema vivo. El caos (ENFERMEDAD) ocurre en tu ausencia. Ningún sistema vivo puede sobrevivir sin inteligencia.

La Inteligencia de un sistema crea y utiliza Energía con el objetivo principal de lograr Organización.

La Inteligencia también crea/construye Organización con el propósito principal de producir Energía.

La inteligencia puede definirse como aquella entidad capaz de aprender, ejercer control, comunicarse, manejar flujos de energía, establecer mecanismos de retroalimentación y crear organización para la supervivencia.

Nota: Hasta hoy no te has parado a pensar, pero el universo y todo lo que hay en él no es nada más ni menos que una gigantesca tríada dispuesta en diferentes formatos y estructuras.

Y sea cual sea su fe o creencia, es indiscutible que existencia/presencia una inteligencia universal, que gobierna y gobierna toda la materia y la energía.

PILLARDAENERGÍA

La energía es todo lo que mueve el universo, no tiene dirección ni calidad.

No puede ser destruido, sólo manipulado, transmutado o dirigido. Es algo que sólo se renueva o transforma con el tiempo.

Ej: Los seres humanos comen, absorben nutrientes y al final de su vida, cuando mueren, transforman toda esa energía absorbida devolviéndola a la naturaleza.

El movimiento de tu brazo es el efecto de una producción de energía producida a partir de una reacción química que transforma esta energía química en energía cinética.

La energía es versátil, no sólo está en lo que ingerimos, sino también en lo que vemos, oímos y en lo que hacemos constantemente.

Tus amistades, los lugares que frecuentas, los pensamientos que cultivas, todo esto puede considerarse energía.

Por lo tanto, dependiendo de la calidad de esta energía, puedes estar desintoxicándote o envenenándote.

Hasta que no observes tus entradas de energía, nunca podrás desarrollarte verdaderamente.

EJEMPLOshormona estimulante de tiroides (TSH)

La tríada de la salud está en todas partes, en la naturaleza, en el universo, en las personas, en las relaciones y en los procesos energéticos y mentales de cada persona.

Por ejemplo el ciclo del agua... En este proceso tenemos Agua (organización), calor y viento (energía) e inteligencia que es básicamente la naturaleza misma.



Sin ninguno de estos elementos no llovería en los continentes y el agua quedaría estancada en los mares. Los continentes serían desiertos.

Otro ejemplo muy interesante es la ansiedad. Este estado no es más que una serie de entradas de energía negativa que con el tiempo minan el poder de la inteligencia, haciendo que la persona pierda su capacidad de evaluar y comprender la realidad.

Cuando el pilar de la inteligencia está desequilibrado, perdemos coherencia, nos sentimos perdidos y sin dirección. La mayoría de las veces, el individuo termina tomando una serie de malas decisiones porque este pilar está desequilibrado.

TIPOS DE INTELIGENCIA

INTELIGENCIA TELÉFONO MÓVIL



Inteligencia celular (**CI**) Es el más importante de los constituyentes del IB, ya que regula la genética y el metabolismo de cada célula orgánica y da lugar a la Inteligencia Inmune y a la Inteligencia Bioquímica. (**IBq**).

Estos tres tipos de inteligencia mencionados anteriormente constituyen también un trío sinérgico, ya que ninguno de ellos existe en ausencia de los otros debido al intercambio o retroalimentación esencial entre ellos.

INTELIGENCIA INMUNE

Inteligencia Inmune o Inmunointeligencia (**II**) Es la respuesta inmune automática e inconsciente de nuestro cuerpo.

A través de ella tenemos el llamado “poder de curación”. Es responsable de cicatrizar, curar enfermedades, resfriados, virus, bacterias, heridas y otras enfermedades que afectan al organismo.

Aunque sea inconsciente, podemos elegir conscientemente aumentar la presencia de esta inteligencia en

nuestro cuerpo, a través de terapias holísticas, contribuyendo al fortalecimiento de nuestra salud física/biológica/inmunidad

Nota: Esta inteligencia puede variar dependiendo de los insumos energéticos y de la calidad de la inteligencia del individuo.

INTELIGENCIA BIOLÓGICO

Es el pilar que sostiene toda nuestra composición y existencia. Dentro de la inteligencia biológica hay varios subniveles de organización que sustentan la vida.

A través de la inteligencia biológica podemos ser concebidos, podemos crecer, vivir y envejecer.

Gracias a esta inteligencia, nuestros sistemas se autorregulan y se regeneran cuando es necesario.

Es responsable de todos nuestros procesos inconscientes en nuestro cuerpo. Por ejemplo: Respiración, inmunidad, regeneración, envejecimiento, digestión, procesamiento de energía, división celular...



INTELIGENCIA BIOQUÍMICA

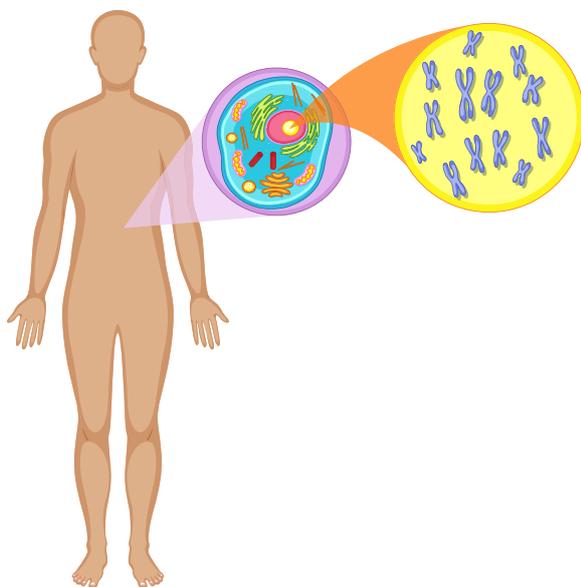
Inteligencia bioquímica(**Ibq**)Se refiere a los procesos químicos inconscientes en nuestro cuerpo. Estas son las reacciones químicas que ocurren en nuestro cuerpo sin que nos demos cuenta.

Por ejemplo: la respiración, el procesamiento de alimentos, la multiplicación celular, la regeneración de la piel, el cabello y los huesos, etc.

Estos son los procesos de producción de energía**ATP**, así como la eliminación de toxinas a través del sudor y la orina.

El envío de información a través de nuestro sistema nervioso, la retención de la memoria, la absorción de nutrientes y también la producción de hormonas esenciales para la vida.

¡Miles de reacciones químicas están ocurriendo ahora mismo en tu cuerpo sin que ni siquiera te des cuenta!



INTELIGENCIA BIOENERGÉTICA

Inteligencia bioenergética(**Yo soy**)Se refiere a todos los procesos energéticos de nuestro cuerpo (chakras, auras, poderes ocultos). Esta inteligencia está poco estudiada hoy en día y se sabe poco sobre ella.

Sin embargo, su existencia se nota por la forma en que nosotros, los humanos, estamos constantemente enviando y recibiendo “energías”, frecuencias al mundo. Es el ciclo de equilibrio/ desequilibrio energético.

Un ejemplo de esta inteligencia es el calor. Estamos en constante intercambio vibracional con el mundo, en todo momento estamos realizando intercambios de temperatura con el medio ambiente, los cuales se realizan a través de frecuencias y ondas.

Como consecuencia de esta interacción, es posible lograr**IB**aumentando cualquiera de sus componentes, por ejemplo, con el uso de inmunomoduladores.

O, por ejemplo, aumentando drásticamente la calidad de tus pensamientos, vibraciones, frecuencias y hábitos – estimulando el sistema neuroendocrino – trayendo sanación directamente al sistema biológico.

También es cierto lo contrario: el colapso de un componente afecta a los otros dos.

Nota: Cada vez que te mueves, hablas, piensas y actúas, estás activando la inteligencia bioquímica dentro de ti.

INTELIGENCIA ESPIRITUAL .



Inteligencia espiritual (**IE**) es la que se obtiene cuando el individuo desarrolla espiritualmente. Se puede mejorar aprendiendo terapias holísticas.

Es la inteligencia responsable de las intuiciones, visiones, sensibilidades y poderes mediúmnicos que cada persona puede poseer.

A través de ella, eres capaz de hablar con el universo y comprender sus mensajes.

INTELIGENCIA MENTAL .

Inteligencia mental (**SOY**) es fundamental para el desarrollo en el campo material y concreto.

A través de esta inteligencia, te vuelves capaz de gestionar, guiar y controlar tus procesos mentales internos, como emociones, sentimientos y pensamientos.

Es la inteligencia clave para alcanzar el éxito, prosperar y cultivar lo que quieres atraer a tu vida y a tu salud física.

Necesitamos que estemos atentos a nuestro bienestar y al de todos los demás.

INTELIGENCIA FÍSICO



Inteligencia física (**SI**) Es el conocimiento de tu cuerpo. Es la inteligencia que te permite conocer tus ciclos internos, cuando estás bien y cuando no.

A través de ella, te vuelves capaz de generar tu propia sanación, a medida que comprendes tu cuerpo y las señales que te da.

Sabes cuándo necesitas descansar, hacer ejercicio, comer o un cambio de hábitos.

Nota: Sin Inteligencia no somos capaces de dirigir la energía ni siquiera de hacer que la "organización" sea útil.

Sin inteligencia universal no habría vida en la Tierra, ya que es necesaria la existencia de una "inteligencia" que guíe y dirija todos los procesos naturales y sus ciclos.

Ej: ciclo del agua, amoníaco, cadena alimentaria, rotación y traslación de la Tierra, alineación de los planetas, ciclo del carbono.

TIPOS DE ORGANIZACIÓN



Sin organización no hay precursor, no hay conducto por donde se pueda utilizar la energía. No existe ningún vehículo a través del cual la inteligencia pueda ser utilizada.

Ej: Imaginemos una planta hidroeléctrica. Tiene mucha energía, pero necesita la dirección (inteligencia) de esa energía, que determinará dónde y cómo se utilizará, así como la organización (alambres, cables, dispositivos técnicos).

LOS TIPOS DE ORGANIZACIÓN SON INFINITOS

En el mundo en el que vivimos, existe una complejidad infinita de sistemas (organizaciones) que hacen que nuestra realidad funcione armoniosamente. Sin estos sistemas de organización, la naturaleza y toda la vida serían un caos o ni siquiera existirían.

Estas organizaciones (sistemas) van desde el nivel molecular (átomos) hasta la realidad que podemos ver, tocar y

sentir.

Debemos recordar a lo largo del curso y en nuestra vida que la organización es fundamental para cualquier cosa que logremos.

Incluso con Energía + Inteligencia, si todo este material está disperso a lo largo de nuestras vidas, sin un sistema, no tendrá ningún valor.

ORGANIZACIÓN = ARMONÍA

Como veréis en los próximos capítulos, cada vez que nos expandimos, dejamos espacio para el desorden.

.

Expandir = Caos / Desorden

Es fundamental que estemos presentes y conscientes para adaptarnos a los nuevos estados expandidos y regenerar la organización en estos procesos (sistemas).

Lo importante es buscar siempre la organización, restablecer la armonía después de los momentos de expansión y transformación.

La vida es un ciclo, altas y bajas y también lo es la organización. No es permanente ni inmutable. Es un elemento flexible y versátil que se adapta constantemente al mundo, a las nuevas experiencias y situaciones cotidianas.

Un excelente ejemplo de organización es la pirámide energética o la pirámide alimentaria. Esta pirámide está constituida básicamente por la estructura energética de todo nuestro planeta Tierra.

Nos muestra que el sol es la fuente de toda la vida en la Tierra, y sin él ninguno de nosotros estaría vivo. Además, es posible observar la perfección de esta estructura (organización), de manera que el sol propaga energía a las plantas, que son las únicas capaces de absorber este tipo de energía a través de la fotosíntesis, la cual sirve de alimento a los insectos que alimentan a otros animales y así sucesivamente.

De esta manera podemos observar que sin estructura no hay vida. Sin una organización (sea cual sea su nivel) no hay sustento para la vida. Vivimos en un mundo material, por lo que es esencial que existan organizaciones.

Nota: La organización está presente en varios niveles: personal, emocional, en el mundo, universo y en toda la realidad material que nos rodea.

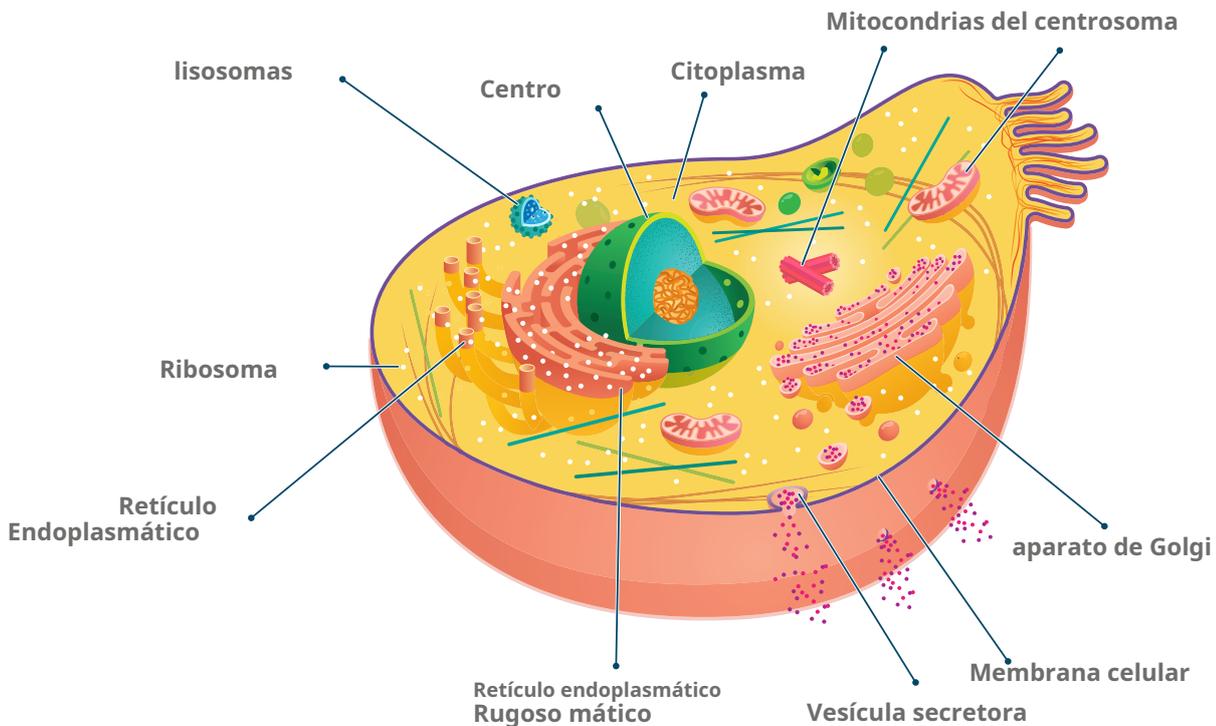


Otro ejemplo de la Tríada de la Salud (TSH) es todo nuestro sistema celular, responsable del mantenimiento, la restauración y la salud de nuestro cuerpo en su conjunto.

La organización también nos muestra que hay infinitos niveles de estructuras que sustentan la existencia del universo.

Tu cuerpo es un sistema, pero dentro de tu cuerpo están el sistema muscular, el digestivo, el respiratorio, etc. Así como cada sistema tiene órganos (subsistemas) que tienen células especializadas y que tienen sus propias organizaciones y estructuras.

Cuando entendemos estas estructuras, el poder de la TRH y las terapias holísticas se hace evidente. Dado que el tratamiento Holístico tiene como objetivo tratar y armonizar todos los niveles físicos, energéticos y espirituales.



Observe la imagen de arriba, a pesar de tener inteligencia, organización y energía propia, ésta puede ser impactada indirectamente por los aportes energéticos del individuo e incluso por la calidad de su inteligencia.

Ej: Si la inteligencia del individuo está desequilibrada, no cuida su cuerpo (organización) y aún así tiene entradas energéticas negativas, entonces sus sistemas internos, incluso su celular, se verán impactados, disminuyendo su inmunidad, generando mutaciones celulares y hasta la muerte prematura de tejidos importantes. Por ello, es fundamental que el profesional concientice al paciente y le demuestre cómo las terapias holísticas pueden ayudar a recuperar la salud y el bienestar general.

TIPOS DE ENERGÍA

Al igual que la organización, existe una gama infinita de fuentes y tipos de energía en nuestro universo.

Energía >Organización >Inteligencia

Proporcionalmente, hay una mayor cantidad de energía disponible para la cantidad de sistemas (organización), que a su vez existe en mayor cantidad que la inteligencia disponible.

El enfoque principal en esta parte del contenido energético será la anatomía energética humana.

Por lo tanto, nos centraremos en las energías presentes en el cuerpo humano y, a lo largo de este material, discutiremos más sobre las otras energías que componen nuestro universo y cómo nos afectan e interfieren en nuestras vidas.



TÚCHAKRAS

Los chakras son las estructuras básicas de la energía humana. En resumen, son ejes energéticos distribuidos por todo nuestro cuerpo, que están en constante intercambio con el entorno, enviando y recibiendo información.

Pueden entenderse como el reflejo de las capacidades humanas demostradas en puntos de energía repartidos verticalmente por todo el cuerpo. Cada chakra representa un aspecto de la "psique" humana.

Algunos de estos puntos abordan aspectos más materiales de la existencia, relacionados con las necesidades naturales, los deseos, los anhelos y los apegos al mundo material.

Otros puntos son más sutiles y más abstractos, trabajando aspectos más emocionales, la autoaceptación, la sensibilidad y la intuición.

Por lo tanto, cuando los chakras están armonizados y desbloqueados, permiten que la energía fluya libremente, generando automáticamente mayor claridad y bienestar en el individuo.

Recuerde que, independientemente de la terapia holística, todas tratan directa o indirectamente estos puntos energéticos. A menudo los problemas que experimentamos nosotros o nuestros pacientes están directamente relacionados con esta estructura sutil, que a menudo no es percibida por la mayoría de las personas.

Por lo tanto, antes de buscar ampliar tus conocimientos en terapias holísticas, es fundamental que construyas un conocimiento amplio sobre los puntos energéticos (chakras).

TÚSUTIISMO CORPORAL

Los cuerpos sutiles, o auras, son campos de energía que nos rodean. Son la pura propagación de nuestras intenciones y deseos hacia el mundo exterior.

Todo lo que se cultiva internamente se refleja a través de las auras. Pueden entenderse como “mantos” energéticos invisibles que nos cubren.

Son un reflejo de nuestra alma, nuestra personalidad, emociones, intenciones y procesos mentales.

Este reflejo es el encargado de atraer y repeler personas, oportunidades, momentos y experiencias para el individuo, buenas o malas.

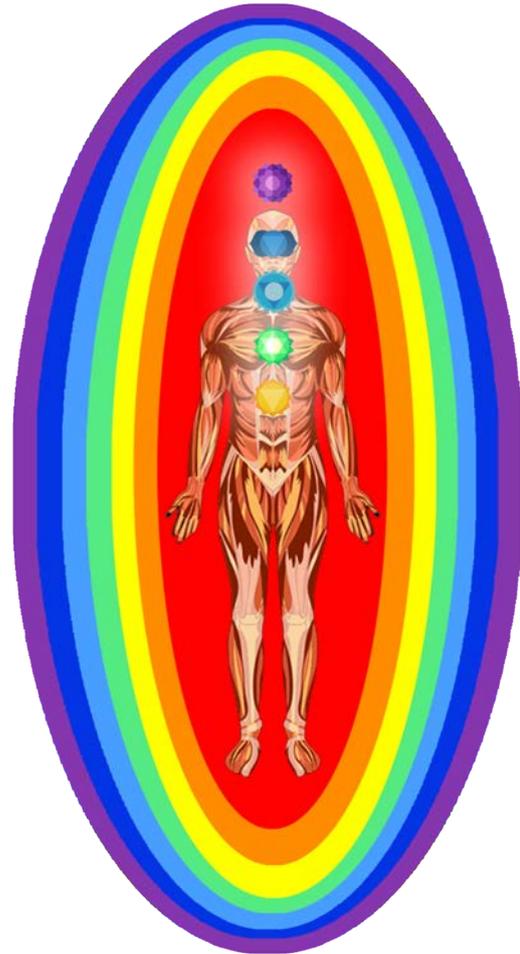
La calidad de estas experiencias está determinada principalmente por la calidad de estos mantos.

En otras palabras: cuanto más armonizada, equilibrada y elevada sea la conciencia del individuo, el equivalente será su “cuerpo sutil”.

Se puede decir que los cuerpos sutiles son nuestro poder de expresión no verbal, todo lo que sentimos sin necesidad de palabras.

Tenga en cuenta que, incluso si no es un médium o una persona altamente sensible, probablemente haya sentido algo bueno de una persona sin siquiera conocerla o algo malo.

Esto ocurre debido a la propagación energética en nuestros cuerpos sutiles. Es algo natural y que todo ser humano es capaz de sentir en mayor o menor grado.



Otro dato interesante es que dependiendo de tu estado mental o personalidad actual, los cuerpos sutiles pueden presentar diferentes colores para los médiums capaces de ver estas frecuencias.

Nota: No todos pueden ver a estos hermanos, pero sí podemos sentirlos.

A lo largo de este Libro aprenderás en detalle sobre cada cuerpo sutil, sus características, cuándo están desarmónicamente y cómo armonizarlos.

TIPOS DE ENTRADAS ENERGY TICOS

NATURALEZA

Somos seres integrados, somos parte del todo y el todo está presente dentro de nosotros.

De esta manera, las energías de la naturaleza son una extensión de nuestras energías. Como veremos a lo largo de este material, esta energía es fundamental para que la inteligencia y la organización funcionen a su máxima eficiencia.

ALIMENTOS - NUTRIENTES

Los alimentos también son una extensión energética de nuestro cuerpo, al igual que el aire y el agua.

De esta manera, la calidad de estas energías interfiere directamente en nuestra salud interna y en el equilibrio de la tríada (inteligencia) (organización) (energía).

Es una estructura energética muy importante para la salud y el bienestar.

OTROS SUMINISTROS

Existe una infinidad de estructuras energéticas internas y externas que pueden considerarse una extensión de nosotros mismos, ya que influyen directamente en nuestra salud física y mental.

Energía Cósmica: Es la energía que proviene y constituye el universo, la energía que nos rodea, de lo invisible y del vacío.

Puede entenderse como conciencia universal, ya que contiene todo.

conocimiento de la humanidad, de todo lo que ya ha sido creado y de todo lo que aún se creará.

Así pues, es la energía que representa todo lo que ya ha sido pensado, dicho, emitido y lo que está por venir. Es atemporal y siempre existirá.

Energía magnética/telúrica: Tenemos un flujo de energía magnética que se origina en la parte inferior (chakra raíz). Ella es responsable de la conexión a tierra, la materialización, la encarnación y la fijación terrenal.

A través de esta energía, podemos brindar apometría, tacto magnético y otras terapias.

Nota: Lo importante aquí es que entiendas que todo lo que nos rodea y que permitimos entrar a nuestra vida puede considerarse un aporte de energía.

Ej: Amistades, lugares que frecuentas, cosas que ves, pensamientos que tienes, lo que escuchas, cosas que sueles ver, etc.





AGUJAS
ENERGY TICOS



AGUJAS ENERGÉTICOS

¿Sabías que todos tenemos una energía sutil, un sistema energético dentro de nosotros? Se llama Energía Interna (o Kundalini). Nutre y protege tu mente, cuerpo y alma y nace con cada uno de nosotros. En el momento de tu nacimiento, la Energía Interior surgió a través de tu cerebro para crear un vasto e intrincado sistema de canales y centros de energía en todo tu sistema nervioso central. Este sistema de energía sutil ha gobernado su bienestar físico, cognitivo y emocional desde entonces.



La energía interna fluye a través del cuerpo utilizando tres canales de energía verticales principales, o nadis. A lo largo del camino, fluye a través de los siete principales centros de energía, también conocidos como chakras.

Los siete chakras están ubicados en los sitios de los principales plexos nerviosos. Cada plexo nervioso es una red de nervios entrelazados. Su energía residual se deposita en la forma triangular del hueso sacro, en la base de la columna vertebral. Este hueso se encuentra ligeramente por encima del primer chakra.

En este punto, la energía residual permanece latente, esperando a ser despertada. Un día, algunos hilos de energía interior suben a través de tu columna vertebral. Pasan por cada uno de los seis chakras restantes. Con este pasaje, generalmente sentirás vibraciones o una sensación de hormigueo en la parte superior de la cabeza (zona de la fontanela) y en las manos. Esta experiencia de despertar energético se conoce como iluminación o autorrealización. Es la misma sensación que experimentaste en tu primera clase de Sahaja o en tu primera formación de yoga.

A medida que practiques Sahaja Yoga con técnicas simples, aprenderás cómo aumentar esta poderosa energía interior de forma continua. Como resultado, tendrás mejor salud, mejor concentración y una comprensión más profunda del universo y de tu lugar en él.

Aunque cada elemento de la naturaleza emite vibraciones, sólo a través del despertar de tu energía interior puedes desarrollar la sensibilidad para percibir las vibraciones. Las vibraciones frías indican equilibrio. Las vibraciones cálidas y hormigueantes indican desequilibrio.

Tu energía interior, o Kundalini, es la fuente de toda la energía. Es puro y no puede ser corrompido ni destruido. Es una energía vital que sabe cómo actuar. Obedece a sus propias leyes, elevándose contra la fuerza de la gravedad, como el fuego. Y como el fuego, purifica, consume y limpia las imperfecciones. Cuando sientes calor en tus manos durante la meditación es porque estás sintiendo que todas las cosas negativas abandonan tu cuerpo.



MODELO PUNTOS DE ENERGÍA

El modelo más conocido de chakras se muestra en la figura lateral.

Los puntos de energía no son más que diversos "vórtices" (energías) que circulan en diferentes direcciones. Tienen dos funciones principales: absorber y propagar información.

Cuando están en movimiento están en armonía, cuando están estacionarios están en desequilibrio.

A lo largo del manual explicaremos detalladamente cómo funcionan estos sistemas y también proporcionaremos varias herramientas para su armonización.

Recuerde que estos puntos de energía están repartidos por todo nuestro cuerpo.

Se puede decir que existen una serie de subsistemas incluso a nivel celular con la misma configuración que los 7 Chakras.

Mira el ejemplo de al lado. Al igual que nuestra columna cervical, nuestra mano también tiene 7 chakras dispuestos en los 5 dedos, la palma de la mano y la muñeca.



¿QUÉ ES UN?CHAKRAS ?

¿Cómo afecta esto mi vida?

Para visualizar cómo funciona el flujo de energía, imagina tu sistema de energía sutil como una flauta con siete agujeros. Cada agujero representa un chakra. El aire que pasa a través de la flauta representa tu energía interior. Si los agujeros de la flauta no están obstruidos, la flauta puede producir música melodiosa. Cuando tus chakras están limpios y libres de obstrucciones, tu energía interior fluye por tu cuerpo suavemente, logrando armonía.

Los chakras no se pueden ver, al igual que la electricidad no se puede ver. Sin embargo, usted confirma que existe electricidad cada vez que enciende un aparato. Del mismo modo, compruebas la existencia de tus chakras cuando los "activas" a través de la meditación. Podrás experimentar la sensación de energía fluyendo a través de ellos, así como el impacto de este flujo de energía en cada chakra correspondiente, plexo nervioso y órganos asociados. Puedes sentir la energía fluyendo a través de cada chakra e incluso detectar bloqueos específicos en el camino del flujo de energía.

Cada uno de tus chakras, o centros de energía, está asociado con funciones y cualidades específicas. Por ejemplo, el tercer chakra, Nabhi, está ubicado en el plexo solar o zona central del estómago. Este chakra gobierna el funcionamiento de tus órganos internos y redes nerviosas en esa zona. Se asocia con la

Estados de contentamiento y satisfacción. Precisamente porque tienes todos tus centros de energía dentro de tu cuerpo, siempre tienes el potencial de ser feliz.

Al explorar tus chakras, descubrirás que las dificultades físicas o psicológicas que has estado experimentando pueden estar asociadas con un desequilibrio en un chakra específico. Este puede ser el caso de una captura, también llamada bloqueo, obstrucción o compromiso de un chakra. Una trampa impide que tu energía interior pase a través de este chakra para ascender a un nivel superior.

Una vez que utilizas tu energía interior para sanar y equilibrar un chakra dañado, el problema desaparece.

Cuanto más fuerte sea tu centro energético, más fuertes serán las cualidades asociadas con ese centro. b Y cuanto más desarrolles y fortalezcas estas cualidades dentro de ti, más fuertes serán tus centros de energía.

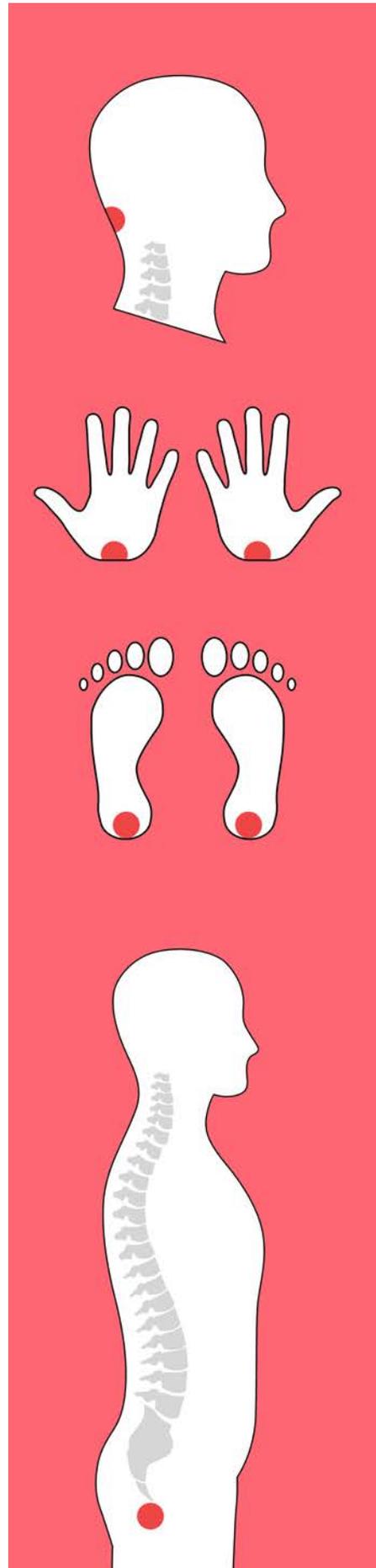
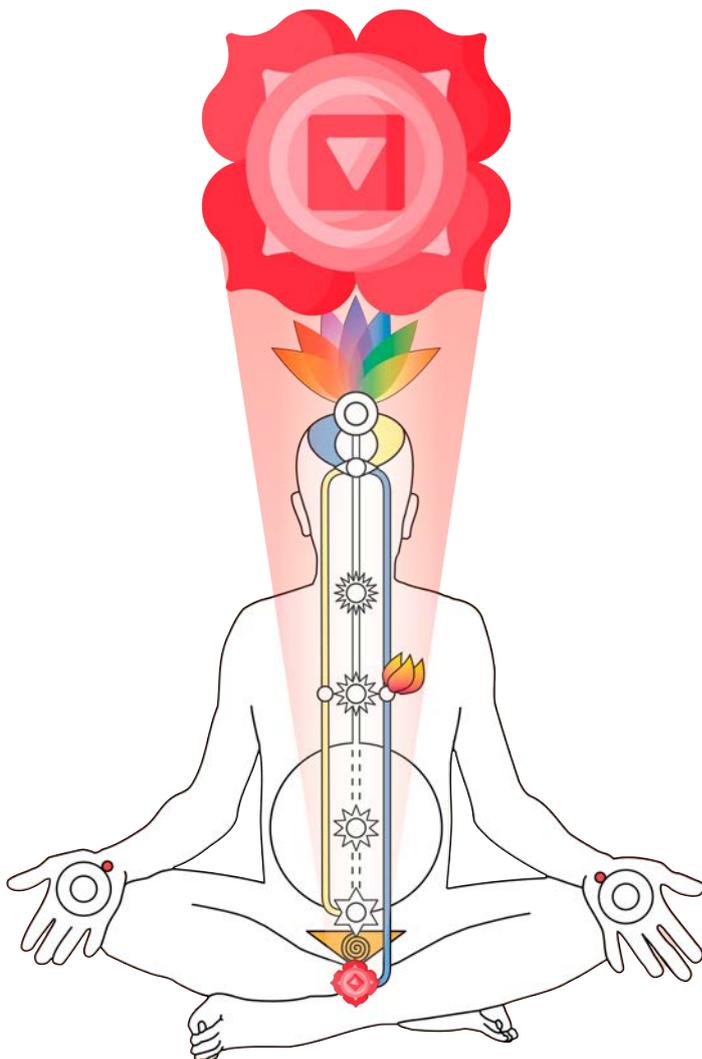
Mooladhara

Inocencia y Sabiduría (Mooladhara)

¡Mooladhara (o Muladhara) es la base de todo nuestro ser! Todos necesitamos esta red de apoyo básica en la que se arraigan nuestro cerebro y nuestro espíritu.

Es un sistema primordial para la supervivencia en la tierra y en el mundo material.

Puntos clave: deseos, placer, necesidades fisiológicas, motivación, energía, sexo, amor.



Este chakra proporciona satisfacción a las necesidades básicas de la vida, como sentirse en casa, sentirse apoyado por la familia y saber que se puede desarrollar un sentido de identidad.

El primer chakra, Mooladhara, es raíz e instintivo. Su objetivo principal es: comida, sexo, refugio y supervivencia. También incluye valores como la lealtad y el honor a la "pandilla". La compulsión por la comida o la acumulación material es una expresión negativa de este punto energético.

Si nuestras necesidades primarias no están satisfechas, es decir, si no podemos obtener suficiente comida, dinero, posesiones materiales o relaciones sexuales, entonces nuestro Mooladhara es disfuncional. Esto significa que estamos desconectados de la Tierra.

Muchos maestros, gurús e incluso terapeutas holísticos aún no comprenden la verdadera importancia de este punto energético.

La elevación espiritual no consiste en renunciar a los deseos, anhelos o placeres físicos.

La verdadera elevación radica en aprender a vivir en armonía con estas energías del deseo y la búsqueda del placer.

Un chakra raíz armonizado te permite vivir una vida feliz, completa, llena de placeres, amor y logros edificantes y saludables.

RAÍZSATISFACCIÓN

¡Sin satisfacción no hay vida! La falta de satisfacción/placer puede conducir a un estado de apatía y desánimo.

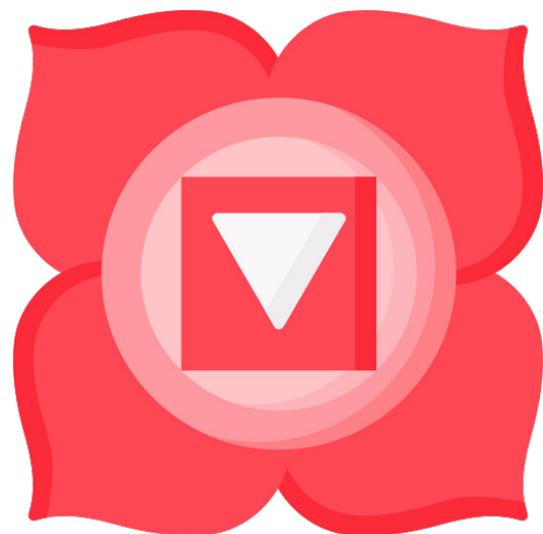
Cuando la vida no es placentera, pierde su propósito.

Por ello, es esencial que el chakra básico esté armonizado, propagando energías de placer, deseo y motivación.

Vale la pena señalar que esta energía debe estar siempre sana y armonizada, para que no tienda hacia un estado de deficiencia o exceso.

Un escenario de desarmonía en este punto energético lleva al individuo a desarrollar placeres y deseos compulsivos capaces de destruir y estancar a la persona.

Recuerda: ¡todo lo que está en exceso o en desarmonía es malo!



RAÍZSUFRIMIENTO

Si la estabilidad emocional y psicológica dentro de la dinámica familiar de tu infancia fue (y aún es) armoniosa, entonces tendrás un chakra raíz equilibrado, con un fuerte instinto de supervivencia para soportar los desafíos de la vida adulta.

Muchas enfermedades mentales se generan a partir de experiencias familiares negativas en la infancia y pueden causar mayores alteraciones en los chakras superiores cuando este primer chakra está desincronizado.

El chakra raíz es el depósito de reciclaje de energía de nuestro campo áurico. Los problemas emocionales asociados a Muladhara pueden generar enfermedades físicas, ya que despierta un sentimiento de desprotección y rechazo en relación a nuestra comunidad. Esto puede incluir trastornos relacionados con el sistema inmunológico.

Es el camino por el cual nos conectamos con nuestro cuerpo físico. Es a través del cual entendemos nuestros sentidos y absorbemos la mayoría de los estímulos externos.

Lamentablemente hoy en día se le da poco valor a este chakra, ya que muchos "gurús" o personas que dicen ser espirituales, incluso renuncian a lo físico, como forma de ascender y trascender.

Nosotros en IBRATH, en nuestra filosofía de enseñanza, vemos esto como algo destructivo y negativo para los seres humanos.

Estamos en esta tierra para aprender a lidiar con las cosas materiales, el cuerpo físico, los deseos, anhelos, etc.

No encarnamos en la tierra para abdicar y dejar de lado lo físico, sino para aprender a vivir en armonía con todos estos aspectos. Estamos aquí para aceptar que somos seres con deseos y que buscamos placeres físicos y sensoriales.

La clave es encontrar el equilibrio, ya que la preocupación excesiva por las cosas materiales (desarmonía del chakra básico) causa daños y adicciones a los seres humanos.

Nota: Si nuestra misión en la tierra fuera renunciar a nuestros cuerpos, ni siquiera necesitaríamos estar aquí. Si el cuerpo no fuera necesario ya estaríamos en otro plano, no habría razón para esta experiencia terrenal.

QUÉ¿APRENDIMOS?

La lección de Muladhara es tener la fuerza de voluntad para liberarnos de la esclavitud emocional que nos condiciona. Si no logras la libertad personal, cargarás con mucho bagaje emocional que afectará tu vida profesional y tus relaciones actuales y futuras.

Como resultado, su visión del mundo real se distorsiona. Vivir la vida se convierte en - Si es aterrador e inestable, porque las bases emocionales no se arraigaron adecuadamente en ti desde una edad muy temprana.

Muladhara nos enseña a aceptar la bendición de nuestro cuerpo, sin importar cómo sea, recordándonos que incluso en situaciones de enfermedad y discapacidad, nuestro cuerpo hace todo el esfuerzo para mantenernos vivos y fuertes.

Antes de cualquier desarrollo espiritual, es necesario comprender y entregarnos adecuadamente a nuestro cuerpo y

a lo que realmente somos. Sólo entonces podremos evolucionar y sanarnos internamente.

Mientras usted/su paciente no acepte su situación física actual, incluso si ya está en un viaje espiritual, estará constantemente poniendo energía en pensamientos conscientes e inconscientes sobre su cuerpo y el mundo material. Esto hará que su desarrollo tome hasta 10 veces más tiempo de lo normal, debido al desperdicio de energía en áreas que ya deberían estar "resueltas".

En los proyectos terapéuticos que realizamos para los pacientes, debemos abordar este tema, porque si este concepto no se ha convertido en una ACCIÓN en tu vida y en la vida de tus pacientes, ninguna terapia tendrá efectos duraderos.

De esta manera, si usted y su paciente no aprenden desde el chakra básico la aceptación del mundo material, permanecerán en un estado elástico, volviendo siempre a este punto, hasta que logren resolverse y avanzar.

Libérate. Respira profundamente. Aceptado. Sólo viviendo en armonía con el propio cuerpo y el mundo material llegarán la salud, la prosperidad, la calidad de vida y el éxito.

EL PODER ASICS CHAKRAB

Actuando como un ciclo de reciclaje energético para nuestro campo áurico, el chakra raíz transforma las energías emocionales negativas en poder y luz. Luego devuelve estas vibraciones a la tierra como compuesto energético.

El poder del chakra base también reside en su capacidad de "conectar a tierra" el exceso de energías negativas en nuestro cuerpo (cuando está armonizado).

El chakra raíz es la raíz de muchos problemas. Por ejemplo, durante una determinada consulta identificamos que había una acumulación de energía en el chakra del corazón, lo que afectaba a nuestro paciente con ataques de ansiedad e inseguridad. Verificamos que todo estaba bien con el chakra del corazón (encargado de procesar las emociones). Sin embargo, descubrimos que su chakra básico estaba bloqueado, debido a numerosos traumas pasados y no estaba realizando su función de enraizar y eliminar este exceso de energía.

El chakra raíz es nuestra primera comprensión del amor y la supervivencia y es vital para nuestro viaje para que podamos sanar todos los bloqueos desde nuestras raíces.

Muladhara es primordial como el poder femenino terrenal. Es el poder del tacto durante la relación sexual. Es el cariño amoroso en forma de abrazos y besos que damos a nuestros hijos.

DESEQUILIBRIO ASICS CHAKRAB

Un desequilibrio en el chakra raíz puede llevar a pensamientos o acciones basados en una sensación de carencia, cuya respuesta humana tiende a ser la opuesta: acaparamiento o compulsión, por ejemplo. El desequilibrio provoca problemas emocionales derivados de la incapacidad de sentirse completo y problemas sexuales que derivan de bloqueos energéticos o traumas pasados.

Sentirse inseguro.

No se trata de un sentimiento de inseguridad pasajero que puede desaparecer, como frenar de repente mientras se conduce para evitar un accidente, sino de un sentimiento de inseguridad que persiste en la mente. Esto podría significar una preocupación inusual acerca de su salud, sus hijos, sus finanzas o asuntos sociales. También puede tender a volverse paranoico por cosas pequeñas e insignificantes que son irrelevantes en el esquema mayor de las cosas.

Falta de sistemas de apoyo. Si sientes que estás constantemente luchando y enfrentando desafíos para satisfacer tus necesidades primarias, es decir, poner comida en la mesa, pagar el alquiler y mantener un techo sobre tu cabeza, esto puede hacer que te sientas amenazado e inseguro. Trabajar en la curación de tu chakra raíz puede ayudarte a identificar este círculo vicioso, capacitándote para cambiar la situación.

Obsesionado con las finanzas

Cuando realmente no tienes sistemas de apoyo, es una preocupación natural, pero obsesionarse con el dinero cuando tienes suficiente...

Podría ser un signo de obsesión. Algunos síntomas incluyen estar atormentado por pensamientos de empobrecerse repentinamente y perderlo todo. Así que usted también podría entrar en pánico cuando un miembro de la familia gasta demasiado o siente la presión de ser quien necesita tener el control total de las finanzas.

Problemas de confianza. Este desequilibrio se produce cuando hay dificultad para confiar en los demás y una tendencia a ver a las personas o sus intenciones con sospecha. Esto puede significar que a menudo no pides favores, incluso cuando los necesitas, ya que tus pensamientos están nublados por esta desconfianza constante. La única persona en la que sientes que puedes confiar eres tú mismo.

Sensación de vacío.

Te sientes constantemente vacío, como si nada estuviera completo. Para ti la sexualidad es algo no resuelto y no está claro. Tienes dificultad para relacionarte y tener relaciones placenteras. O también, el extremo opuesto. Vives una vida de adicción sexual y lo único que te mantiene vivo es el sexo y el placer. El sexo se ha convertido en una compulsión y compromete el desempeño de las actividades diarias.

Compulsividad material.

La compulsividad sexual y material se agrava hasta niveles patológicos. Es necesario comprar, tener, tocar y sentir para tener algún sentido de vida. Sin ella te sientes incompleto o, a menudo, triste.

**EFFECTOS
CUANDO**

**NEGATIVOS
DESALINEADO**

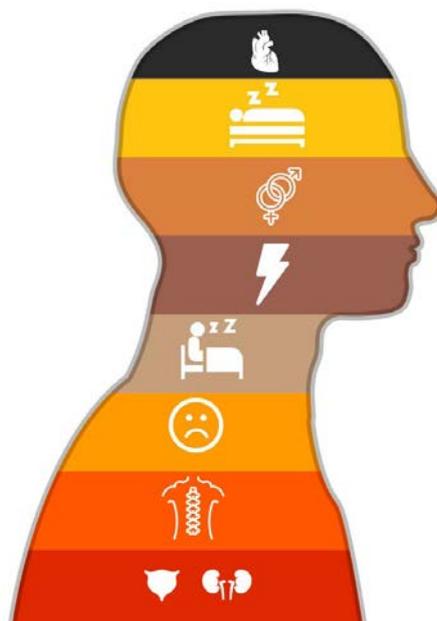
- Desmotivación;
- Somnolencia y apatía;
- Desequilibrio de la energía física y sexual;
- Hiperactividad;
- Insomnio;
- Depresión;
- Desmotivación;
- Problemas de espalda y dolor lumbar;
- Problemas en el útero y los intestinos;
- Ansiedad, depresión, ataques de pánico;
- Taquicardia, inquietud;

- dificultad para concentrarse;
- Trastornos alimentarios (atracones o inanición);
- Disfunción sexual;
- Letargo y fatiga constante;
- Problemas de digestión;
- Aumento de peso en la mitad inferior del cuerpo (glúteos, muslos y zona alrededor de las caderas);
- Extremidades frías (manos y pies).

**EFFECTOS
CUANDO**

**POSITIVOS
ALINEADO**

- Fuerza;
- Motivación para vivir;
- Potencia sexual;
- Coraje para superar los desafíos;
- Conexión con el mundo material;
- Capacidad adecuada de toma de decisiones;
- Comprensión lúcida de la realidad;
- Poder para realizar planes;
- Habilidad y practicidad;
- Comprender y conectar con los instintos fundamentales;
- Visión realista;
- Aceptación;
- Flexibilidad;
- Conexión;
- Ligereza física y energética;
- Claridad;
- Buenas relaciones;
- Deseo de vivir y experimentar cosas nuevas;
- Aceptación;
- Proactividad;
- Empatía.



COMO **ALINEACIÓN** ASICS CHAKRAB

- Jardinería
- Ejercicios físicos
- Yoga
- Bailar
- Conciencia corporal
- Uso del color rojo
- Entonación del mantra "LAM"
- Mudras
- Frases de afirmación
- Sueño reparador
- Alimento
- Cristales
- Aromaterapia
- Terapias energéticas

CAMBIARGYAN



AROMATERAPIA CLAVO Y ROMERO



TERAPIA DE CRISTALES CUARZO ROJO



Más adelante se darán más consejos sobre el uso de aromas, cristales y otras técnicas en sus respectivos capítulos.

RESUMEN

Ubicación	Base de la columna vertebral, cerca del coxis, perineo
Afirmación	"YO SOY", "YO TENGO", "YO VIVO"
Elemento	Tierra
Color	Rojo (Funciona de la misma manera) pero con negro y marrón)
Símbolo	Cuadrado / Cubo
Funciones y cualidades	Conexión a tierra, puesta a tierra, estabilidad, seguridad, vitalidad, fuerza de voluntad, necesidades básicas de supervivencia (comida, refugio, ropa, descanso, dinero, procreación), autoconservación, ciencia del cuerpo y yo primitivo
Sistema corporal: sistemas	Sistema inmunológico, musculoesquelético, tegumentario, linfático y excretor (intestino grueso y vejiga); órganos reproductores, extremidades glándulas suprarrenales inferiores
Enfoque energético	Reino físico/material
Necesidad básica	Seguridad, sexo, deseos, anhelos materiales
Tipo de energía	Yang / Masculino
Símbolo animal / tótem	Elefante (Ganesh), Serpiente, Buey, Toro y Topo
Arcángel/Vibración Angélica	Gabriel y los ángeles de la tierra

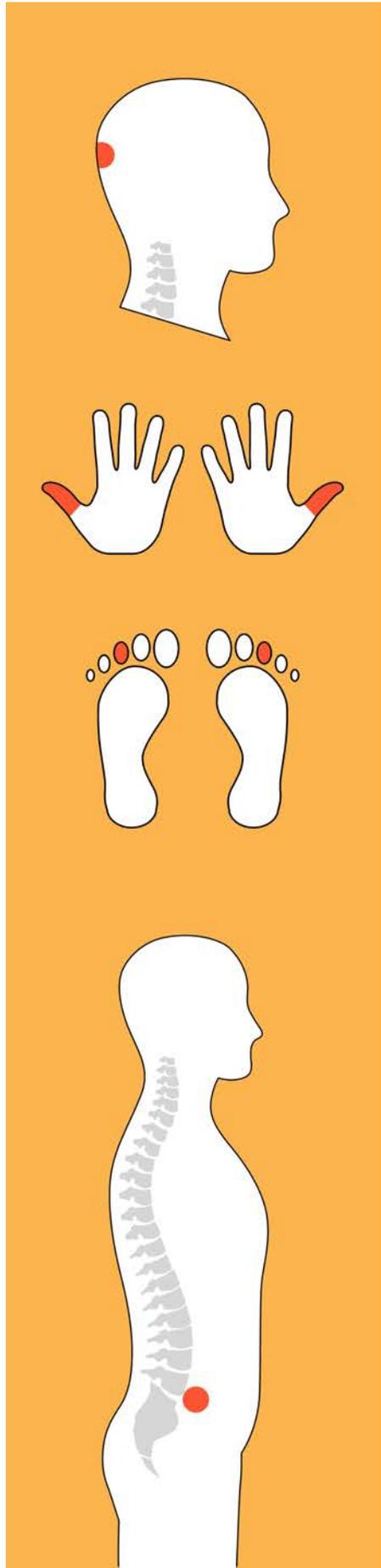
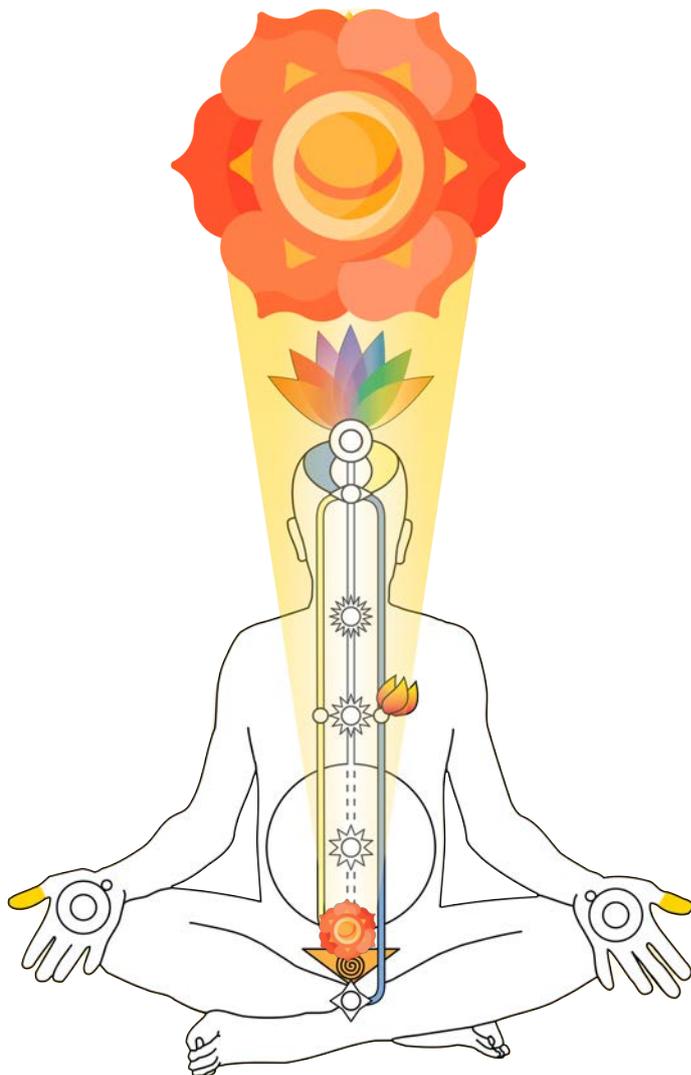
Signos de desequilibrio	Inseguridad, miedo, codicia, lujuria, avaricia, negatividad, camino supervivencia (lucha o huida), trastornos alimentarios, dificultades financieras, fantasías infundadas, falta de motivación e impotencia; problemas relacionados con los sistemas corporales mencionado anteriormente
Piedra	Coral, ojo de tigre, obsidiana estrella, rubí, hematita, cuarzo Turmalina negra ahumada, septariana
Símbolo de Reiki	CHO-KU-EI
Mudra	Gyan mudra
Bijimantra	JUSTICIA
Nota musical	HACER
Aromaterapia	Clavo, jengibre, sándalo, cedro, palo de rosa, pimienta negra, romero
Frecuencia de sanación	396 Hz
Alimento	Fresa, pimienta roja, pimienta roja, arándano
Sentido activado	Oler
Nombre sánscrito	Mooladhara
Edad del estímulo	1 a 7 años
Planeta	Marte

Swadisthan

Creatividad, Inspiración, Estética y Arte,
Percepción Intelectual (Swadisthan)

Creativo por naturaleza, el Chakra Sacro tiene como objetivo principal permitir al individuo descubrir lo que disfruta, formar pasatiempos, crear relaciones amorosas y emocionantes e incluso impulsar la creatividad en el erotismo sexual.

Puntos clave:autoaceptación (física), poder de creación, identidad personal, poder de reflexión.



Este centro de seis pétalos se llama Swadisthan y está situado en el abdomen inferior. Corresponde al plexo aórtico, que nos proporciona energía para la creatividad y los pensamientos abstractos.

Este centro también suministra energía al cerebro convirtiendo las células grasas en células cerebrales.

Pensar y planificar excesivamente el futuro debilita este centro y la persona desarrolla una atención muy débil. El hígado, que es la sede de la atención, está gobernado por este centro. Swadisthan también controla el funcionamiento del páncreas, el útero y algunas partes de los intestinos. Cuando la Kundalini despierta y penetra en este centro, la persona se vuelve muy creativa, dinámica y espontánea en todas sus actividades.

El segundo chakra se centra en la identidad personal o el juego personal en el mundo externo y cómo el individuo responde a las fuerzas seductoras del mundo físico. Por lo tanto, si el segundo chakra está desequilibrado, puede conducir a la adicción a las drogas, al sexo, al juego y al dinero.

El segundo chakra es la base de un ego sano que nos permite interactuar con el mundo sin engañarnos ni pretender ser alguien que no somos. Una persona con un segundo chakra fuerte puede sobrevivir financiera y físicamente por sí sola y conectarse con otros para formar amistades armoniosas.

Un segundo chakra equilibrado fortalece la capacidad de tomar riesgos y tener la resiliencia para recuperarse cuando las cosas van mal.

Sexualmente, este es el chakra del placer que esencialmente nos "excita" y está profundamente conectado con nuestras relaciones con otras personas. Este chakra también se relaciona con actividades que disfrutamos hacer, como pintar, pescar o escribir poesía erótica: ¡lo que te guste!

El erotismo sexual es una forma de libertad física y emocional, además de liberación espiritual, porque se trata de entregarse al momento, dejar ir nuestros miedos y límites para disfrutar de la abundante felicidad de la experiencia humana.

El chakra sacro es fundamental para el desarrollo del ser y su reflejo. Estimula la creatividad, no sólo la creatividad artística, sino la creación de uno mismo, de lo que una persona puede llegar a ser. Al igual que el chakra base, produce (en cantidades más pequeñas) energías PULSANTES que motivan y estimulan al individuo a ir en busca de más.

RECUERDA: los chakras inferiores son FUNDAMENTALES para energizar y motivar al paciente/individuo. De nada sirve intentar liberar bloqueos o arreglar la energía del paciente si antes no se resuelven los problemas vinculados a los chakras inferiores.

QUÉ

¿APRENDIMOS?

Este chakra tiene que ver con el poder de realizar y utilizar tu talento para expresar la vida que quieres llevar. Un Chakra Sacro en peligro puede generar relaciones abusivas y controladoras o causar acoso laboral, miedo al abandono y pérdida de poder financiero y creativo.

La lección que nos enseña el Chakra Sacro es que cada relación que creamos, desde la casual hasta la más íntima, tiene un propósito, no importa lo dolorosa que sea, nos ayuda a ser más conscientes de nuestro karma y de nosotros mismos.

Algunas relaciones son necesariamente difíciles, porque nos hacen aprender sobre nuestras propias limitaciones y sobre nosotros mismos.

A través de esta lección, recordamos que nadie es perfecto: todos los seres humanos tenemos hermosos defectos. Así que la próxima vez que ese compañero de trabajo grosero sea malo contigo, intenta empatizar con él. Puede que estén pasando por un día difícil o quizá tuvieron una infancia turbulenta que les provocó una serie de complejos.

Este chakra abre perspectivas y visiones (internas y externas). La energía liberada por el chakra sacro nos enseña a COMENZAR a reflexionar sobre quiénes somos y qué hacemos (nuestro papel en la tierra).

Nos damos cuenta que existir no es la única tarea. Existir sin propósito ya no es suficiente, por eso hay un gran estímulo en este chakra para ir en busca de más!

EL PODER CHAKRA

HACER SACRO

Simbólica y literalmente, el Chakra Sacro es el canal del parto. Tenemos la capacidad de crear la vida que queremos, de emprender ese proyecto que deseamos, una relación con el chico lindo de la cafetería o una amistad con un compañero de yoga en clase.

Se trata de tener ese poder personal de elección para hacer el cambio. Es la sensación de estar físicamente vivo y crear la vida que deseas.

¡El chakra sacro es un punto de ruptura! Contiene varios problemas "sin resolver" que a menudo ni siquiera recordamos o conocemos. Podemos decir que una buena parte de la información almacenada en nuestro subconsciente también reside en el chakra sacro.

Ser capaz de resolver o traer estos procesos (pensamientos, hábitos, acciones, etc.) a la consciencia te hará capaz de armonizar este chakra.

SEÑALES DE DESEQUILIBRIO

Los signos del desequilibrio del chakra sacro son un poco más complejos y sutiles que los del chakra base. Pueden confundirse fácilmente con los síntomas del plexo solar y el chakra raíz, ya que son similares en naturaleza.

Sin embargo, el punto clave para diferenciar los síntomas está relacionado con la claridad de los signos. El chakra sacro nunca dará signos claros de inestabilidad o bloqueos. Se expresa indirectamente, tras las cortinas del espectáculo de la vida.

Éstos son los procesos que no vemos y que empeoran con el paso de los años. Todo lo que no se dice, reflexiona, analiza o expresa queda almacenado en el chakra sacro hasta que el individuo se someta a algún tratamiento o invierta tiempo y energía en resolver esos problemas restantes.

Es como barrer el polvo debajo de la alfombra: mientras no limpies tu casa adecuadamente, ese polvo seguirá acumulándose. Aunque la habitación parece limpia, la suciedad todavía está presente. El chakra sacro funciona de la misma manera. Diversos problemas, limitaciones y desacuerdos se construyen y alimentan poco a poco al descuidar el chakra sacro.

Los problemas sexuales pueden ser síntomas de un desequilibrio en el chakra sacro. Se produce cuando el paciente tiene una vida sexual reprimida o insatisfactoria. El chakra puede bloquearse fácilmente cuando el individuo no acepta sus deseos naturales y su sexualidad. Las personas con preferencias sexuales diferentes a las que expresan al mundo tienden a sufrir bloqueos en este punto energético.

Otro problema muy común es la falta de personalidad y presencia. Contrariamente a lo que la mayoría de la gente cree, todos tenemos personalidades fuertes y hacemos sentir nuestra presencia cuando llegamos a algún lugar. Sin embargo, muchas personas no alcanzan este potencial porque no INVIERTEN suficiente tiempo en la búsqueda de su verdadera identidad. Esta actitud bloquea y desarmoniza el chakra sacro. bloquea y desarmoniza tu chakra sacro.

**EFFECTOS
CUANDO**

**NEGATIVOS
DESALINEADO**

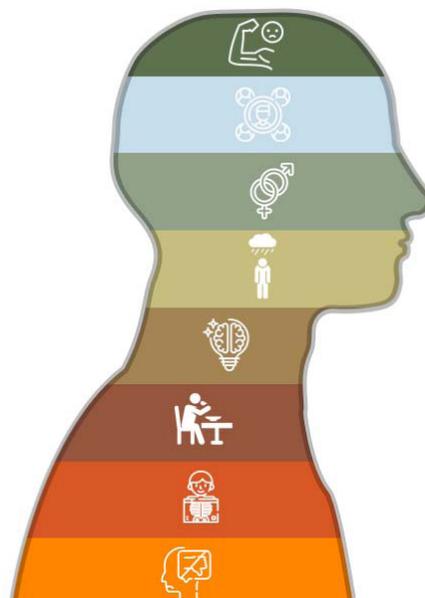
- Modorra;
- Dificultad de expresión;
- Aislamiento social;
- Enfermedades de la sangre, como anemia y leucemia;
- Problemas de circulación;
- Falta de creatividad;
- Dificultad en la visualización interna;
- Procesos negativos (subconsciente);

- Procesos destructivos;
- Pereza;
- Falta de motivación;
- Pesimismo;
- Falta de productividad;
- Personalidad débil;
- Energía baja;
- Sexualidad reprimida;
- Problemas intestinales;
- Problemas en el sistema urinario;
- Dificultades para tener orgasmos;
- Dificultad para comer;
- Dificultad en las relaciones.

**EFFECTOS
CUANDO**

**POSITIVOS
ALINEADO**

- Más disposición;
- Mayor energía vital;
- Buen funcionamiento de todo el organismo;
- Mejor flujo sanguíneo;
- Control de la presión arterial;
- Mayor facilidad para expresarse y socializar;
- Mejor energía para sanarte a ti mismo y a los demás;
- Motivación;
- Sexualidad ampliada y libre;
- Personalidad fuerte;
- Facilidad para relacionarse
- Proceso de construcción;
- Conciencia corporal;
- Conciencia interior;
- Control personal;
- Relaciones duraderas;
- Aceptación;
- Pertenencia;
- Objetivo;
- Energía.



COMOARMONIZAR ROCKCHAKRASACHR

- ejercicios de respiración
- Energía de la luna y el agua
- Juega como un niño
- ejercicios físicos
- Yoga
- Danza del vientre y otras
- Uso del color naranja
- Entonación del mantra "VAM"
- Mudras
- Frases de afirmación
- Sueño reparador
- Alimento
- Cristales
- Aromaterapia
- relaciones amorosas
- Terapias energéticas

CAMBIARDHYANI



AROMATERAPIA NARANJA Y PEREJIL



TERAPIA DE CRISTALES MBAR



Más adelante se darán más consejos sobre el uso de aromas, cristales y otras técnicas en sus respectivos capítulos.

RESUMEN

Ubicación	Abdomen inferior / Pelvis
Afirmación	"YO SIENTO", "YO DESEO", "YO QUERÍA", "CEBO"
Elemento	Agua
Color	Naranja
Símbolo	Círculo / Esfera
Funciones y cualidades	Yo emocional, sentimientos, placer, creatividad, sensualidad y sexualidad; autoexpresión, necesidades íntimas y sociales; conciencia tribal, instintos animales, dualidad/polaridad edad, cambios y movimiento
Sistema corporal: sistemas	Sistema reproductor (próstata, testículos, útero y ovarios) y órganos sexual; sistema linfático y nariz
Enfoque energético	autocreación/autogratificación y flujo creativo
Necesidad básica	Placer, autoaceptación física, conocimiento. cemento personal
Tipo de energía	Yin / Femenino
Símbolo animal / tótem	Caimán/cocodrilo (Makara), peces, delfines, criaturas marinas, ele- fant, ciervo y tejón
Arcángel/Vibración Angélica	Zadquiel y los ángeles del nacimiento

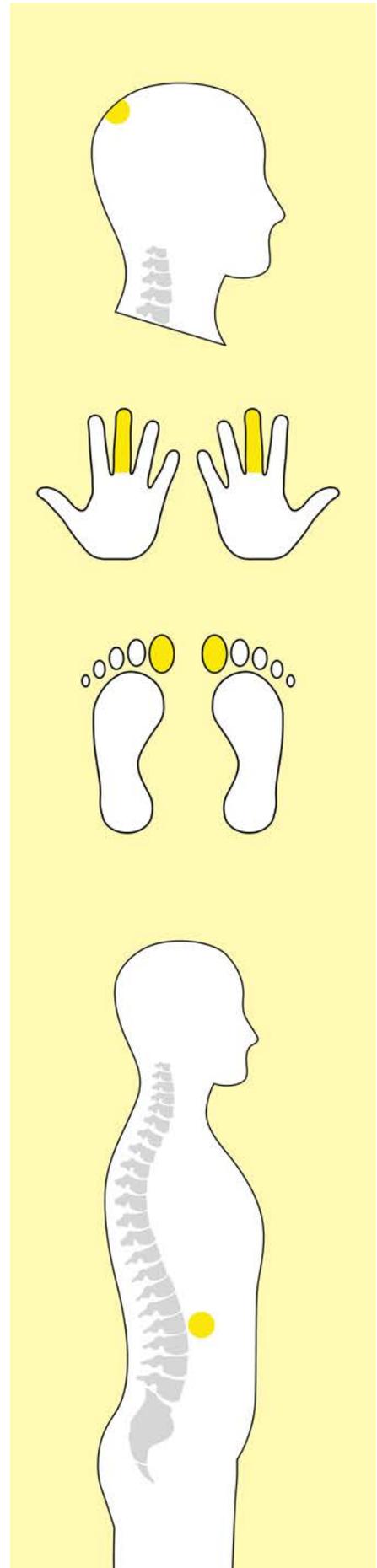
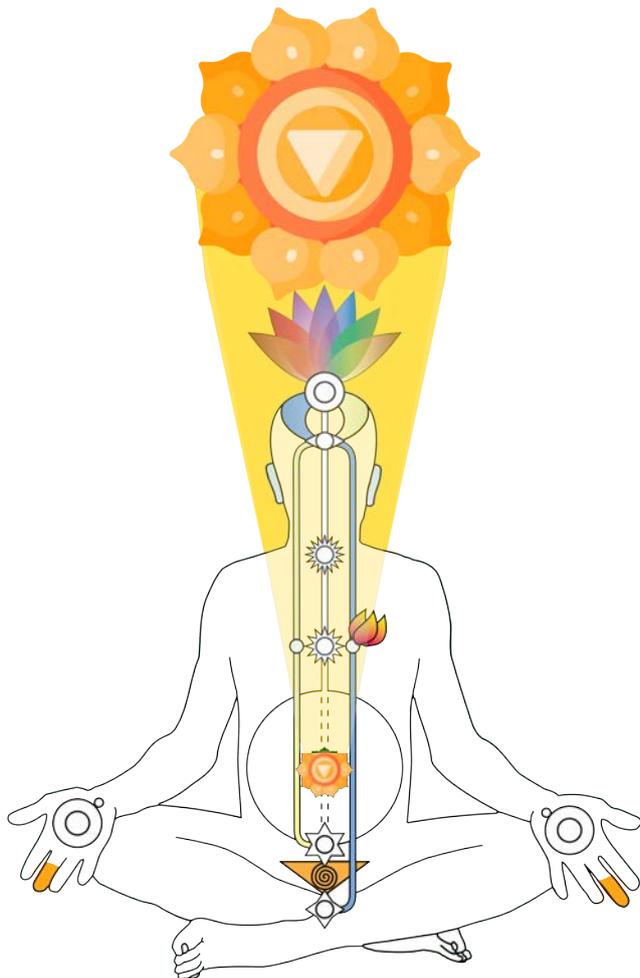
Signos de desequilibrio	Dependencia y codependencia de los placeres "fáciles/rápidos", exceso de indulgencia, dominio de las propias emociones, entumecimiento y estancamiento emocional, falta de autoexpresión, creatividad bloqueada, falta de deseo sexual u obsesiones sexuales, falta de placer y satisfacción en la vida; problemas relacionados con los sistemas corporales mencionado anteriormente
Piedra	Ojo de tigre rojo, citrino, piedra lunar, ámbar, aventurina naranja, Comalina, Amatista Naranja, Para-Palacio Dorado
Símbolo de Reiki	YO SÉ - ÉL - KI
Mudra	Dhyani Mudra
Bijimantra	VAM
Nota musical	RE
Aromaterapia	Jazmín, rosa, sándalo, mandarina, ylang-ylang, cardamomo, jazmín, Bergamota y jengibre
Frecuencia de sanación	417 Hz
Alimento	Papaya, Camote, Zanahoria, La-sonó
Sentido activado	Paladar
Nombre sánscrito	Swadisthan
Edad del estímulo	de 8 a 14 años
Planeta	Saturno

Nabhi

Centro energético de nuestra personalidad (Nabhi)

La energía del Tercer Chakra, a menudo denominada Plexo Solar o Manipura, es la formación del yo independiente, independiente de nuestra comunidad e independiente de las relaciones externas. Es una personalidad separada de cualquier característica heredada.

Puntos clave: autoaceptación emocional, identidad, lugar social, poder personal.



El Chakra del Plexo Solar es el tercero de los 7 chakras, responsable de nuestra actitud y motivación en la vida, nuestras relaciones con nosotros mismos y con otras personas dependen enteramente de la alineación de este chakra.

También conocido como Chakra Umbilical o Manipura, que significa "lleno de joyas", este punto energético se encuentra dos dedos por encima del ombligo. El órgano donde tiene mayor incidencia es el páncreas y todo el sistema digestivo, su color es el amarillo, con variaciones de verde oscuro y rojo. Es en el plexo solar donde depositamos vibraciones provenientes de energías negativas, como el odio, el resentimiento, el nerviosismo y la tristeza. Por ejemplo cuando no estamos satisfechos con algo o muy decepcionados de la vida y nos sentimos hinchados en el vientre, falta de fuerza de voluntad, es señal de que ese punto está desalineado.

Este chakra es ampliamente utilizado por los médiums para la materialización y el contacto con seres del plano espiritual. Esto se debe a que es en el plexo donde encontramos el centro de la energía mística de nuestro cuerpo. El plexo solar es el chakra más sensible a nuestras acciones y a los estímulos del mundo.

Nuestras emociones residen físicamente en nuestros cuerpos. En un nivel sutil, nuestros cuerpos se comunican con las energías que nos rodean y ciertos impulsos energéticos se relacionan directamente con una parte del cuerpo y un chakra que está debilitado o desequilibrado.

Cada chakra representa una lección de vida espiritual o un desafío que nos ayuda a obtener una comprensión más profunda de nuestro poder personal y espiritual. Esto nos enseña a superar obstáculos, liberar bloqueos emocionales y caminar el camino hacia la conciencia espiritual.

Es importante destacar que, debido a la interdependencia entre los puntos energéticos, si el primer y segundo chakra están desequilibrados, el Manipura también se ve afectado, desarrollándose problemas relacionados con el frágil poder personal y la baja autoestima.

Para resumir: el chakra raíz resuena con el poder familiar y el chakra sacro resuena con el poder que fluye entre los demás y uno mismo. El tercer chakra se relaciona con nuestra independencia y poder personal en el mundo externo.

Recuerde que el 90% de los pacientes que acuden a sus consultorios tendrán problemas relacionados con los tres primeros chakras, ya que estos chakras representan nuestra base, el punto de apoyo para cualquier tipo de ascensión.

CHAKRA PLEXOSOLAR

El chakra del plexo solar media entre los dos primeros chakras externos primarios y el reflejo interno de la conciencia. El primer chakra siempre resuena con la fuerza del grupo y tiene un centro de gravedad externo. El segundo chakra se centra en las relaciones y sus efectos sobre nosotros.

La atracción gravitatoria del Tercer Chakra comienza a cambiar, con solo un enfoque parcial en las fuerzas externas que nos rodean, e internaliza esta información para comprender mejor el Ser.

Este chakra se trata de honrarte a ti mismo, cuidarte y formar una voz intuitiva del "Ser" que se convierte en nuestra fuente natural de orientación.

El chakra del plexo solar es la autoaceptación.

La forma en que nos sentimos respecto a nosotros mismos determina nuestra calidad de vida, cómo somos tratados en las relaciones, en los negocios y en otras esferas.

Manipura está relacionado con el crecimiento personal y la activación de esta fuerza independiente. Éste es a menudo el esfuerzo espiritual más desafiante que enfrentaremos durante el viaje de nuestra vida: esencialmente, aprender a amarnos a nosotros mismos verdadera y completamente.

QUÉ PLEXOSOLAR ¿NO SENSINA?

Si no nos queremos ni nos amamos a nosotros mismos, somos incapaces de tomar decisiones saludables ni de encontrar la fuerza de voluntad para seguir adelante sin miedo. Esto nos hace vulnerables al control y la manipulación por parte de otros.

Las personas con Manipuras débiles tienen baja autoestima y, por lo tanto, atraen relaciones y entornos que refuerzan o reflejan esta debilidad.

El desafío del Chakra del Plexo Solar es tener la fuerza de voluntad para tomar decisiones positivas que mejoren tu vida.

El Tercer Chakra quiere que tengas coraje y convicción en tu poder interior para actuar en el mundo exterior. Esta convicción debilita las fuerzas externas que pueden oscurecer o controlar tu autonomía en la vida.

Es necesario vaciarse para crear espacio para lo nuevo, permitiendo que viejos patrones expiren para renacer y crear un sentido de identidad más fuerte. Los desequilibrios del plexo solar harán que la persona se sienta agotada y sin vitalidad, lo que puede conducir a la depresión, el miedo y la inseguridad.

Pero ¡no tengáis miedo! Nunca es demasiado tarde para transformar esta energía en confianza positiva y poder alegre. La belleza de Manipura es que atrae el poder del sol y aviva nuestra llama emocional interior, así como nuestro combustible digestivo.

EL PODER PLEXOSOLAR

Como todos los chakras, el plexo solar tiene su poder oculto, que es extremadamente importante para el bienestar y el desarrollo humano.

Este poder se despliega a través del PLEXO SOLAR a través de su alineación vibratoria de 528hz. Esta propagación energética estimula nuestra mente a buscar respuestas dentro de nosotros mismos. Incentiva al individuo a crear raíces internas, percepciones agudas de su esencia.

A pesar de ser un chakra que trabaja la conexión con el grupo y el sentimiento de pertenencia, sirve principalmente como llave para desbloquear la información más profunda que tenemos sobre quiénes somos realmente y nuestra misión en la tierra.

El poder que lleva este chakra está relacionado con la percepción de que somos seres individuales sueltos en el mundo, pero que al mismo tiempo estamos conectados por hilos energéticos invisibles.

Este chakra genera la conciencia de que la vida es una balanza y lo que propagamos regresa a nuestro ser el doble de fuerte. Al darse cuenta de esto, el individuo despierta a la importancia y responsabilidad que tiene sobre su vida y sus acciones.

SEÑALES DE DESEQUILIBRIO

En nuestra metodología, siempre simplificamos y resumimos temas complejos, con el compromiso de aportar mayor comprensión a contenidos tan sensibles.

En el caso del plexo solar, por ejemplo, es necesario ser consciente del principal punto de desarmonía en este chakra: la inestabilidad personal y la falta de congruencia interna.

La incongruencia no siempre será evidente, puede estar "disfrazada" por otros problemas y síntomas, o incluso por "excusas" y más "incongruencias" del propio individuo, en un intento de ocultar o evadir el problema.

Por lo tanto, el análisis de esta inestabilidad en los pacientes debe ser sensible a las señales ocultas, observando la incoherencia en los relatos que traen, en la forma de comunicarse, la relación entre acciones y pensamientos y cómo ven su mundo interno.

Desgraciadamente, muchas personas no experimentan plenamente su esencia, pues a menudo se preocupan por complacer y satisfacer las demandas de los demás, perdiéndose en comparaciones con la vida de otras personas.

Este desequilibrio representa un riesgo porque la persona que sigue una vida que no es la suya estará constantemente en sufrimiento físico, energético y espiritual.

EFFECTOS CUANDO

NEGATIVOS DESALINEADO

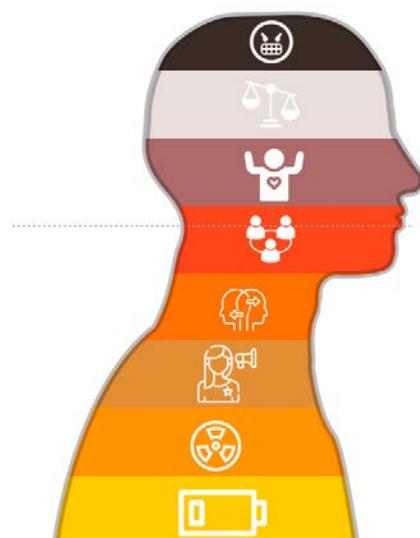
- Falta de confianza en sí mismo;
- Dificultad en las relaciones personales;
- Falta de autoestima;
- Falta de motivación;
- Falta de concentración;
- Dificultad para resolver problemas;

- Pensamientos depresivos;
- Problemas de hígado;
- Falta de control financiero;
- Estrés;
- Enojo;
- Arrogancia;
- Desviación del carácter;
- Desarrollo de diabetes o hipoglucemia;
- Inestabilidad;
- Postura inconsistente, muy fácilmente influenciable;
- Sensación de estancamiento;
- Inseguridades;
- Condiciones de estrés crónico;
- Dificultad para meditar;
- Estómago atascado
- Dolor de estómago constante
- Manos sudorosas;
- Inestabilidad emocional;
- Dificultad para relacionarse;
- Falta de propósito.

EFFECTOS CUANDO

POSITIVOS ALINEADO

- Mejora el funcionamiento de la digestión de los alimentos;
- Distribución equilibrada de la energía en el cuerpo a partir de los nutrientes;
- Fuerza y energía para resolver problemas;
- Mayor felicidad;
- Mejor capacidad para tomar decisiones;
- Control emocional;
- Pensamientos fluidos;
- Mejora la apariencia de la piel;
- Poder personal
- Objetivo;
- Claridad sobre la misión en el mundo;
- Aceptación;
- Congruencia del ser;
- Equilibrio físico / mental;
- Firmeza de opiniones;
- Facilidad en las relaciones;
- autoconocimiento;
- Motivación diaria;
- Proactividad;
- Buena digestión;
- Buena absorción de nutrientes;
- Amor propio



**COMO
PLEXO**

**HARMON
SOLAR**

IR

- Siente el sol
- Mira el fuego
- ¿Haces pilates o yoga?
- Practicar un arte marcial
- Sal de la rutina
- Clases de teatro
- Explora tu potencial artístico
- Haz las paces con tus decisiones
- No ignores tu intuición
- Salir de la posición de víctima
- Disfruta de tu propia compañía
- Liderazgo práctico
- Uso y abuso del color amarillo
- Decir oraciones afirmativas
- Sé gracioso
- Cristales
- Aromaterapia
- Terapias Holísticas



**TERAPIA DE CRISTALES OJO
DE TIGRE**



CAMBIAR PALA



TURMALINA DORADA



RESUMEN

Ubicación	Por encima del ombligo
Afirmación	"YO HARÉ", "YO PIENSO", "YO ACTÚO"
Elemento	Fuego
Color	Amarillo
Símbolo	Triángulo / Pirámide
Funciones y cualidades	Identidad, individualidad, inteligencia, confianza en sí mismo, asertividad, intelecto, fuerza mental y fuerza de voluntad; egocéntrico, crítica y moralidad
Sistema corporal: sistemas	Sistemaastrointestinal y metabólico, más allá del páncreas y la corteza suprarrenal (externo)
Enfoque energético	Ego
Necesidad básica	Energía
Tipo de energía	Yang / Masculino
Símbolo animal / tótem	Oso, león, oveja y pájaros.
Arcángel/Vibración Angélica	Uriel y los ángeles de la paz

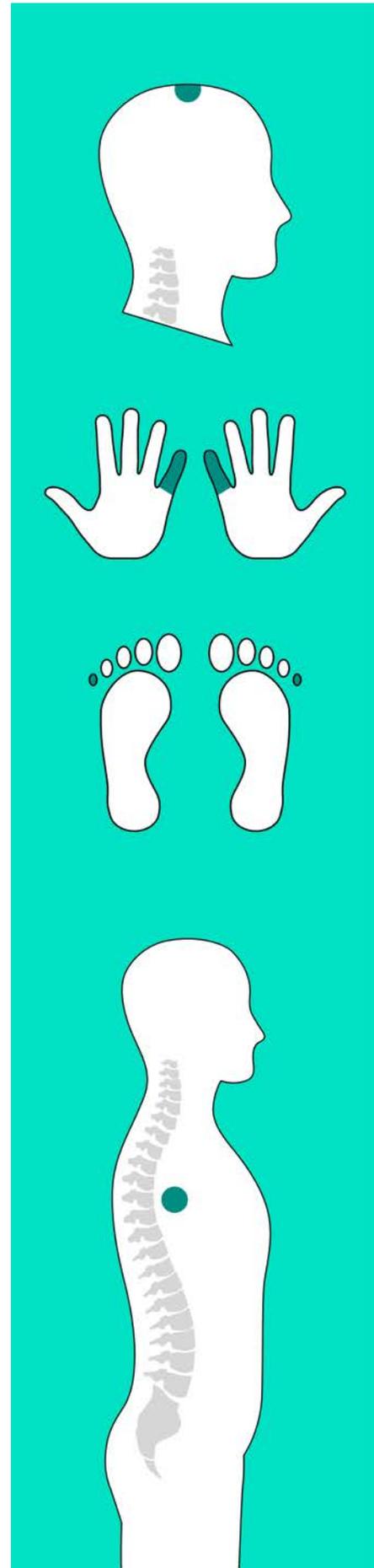
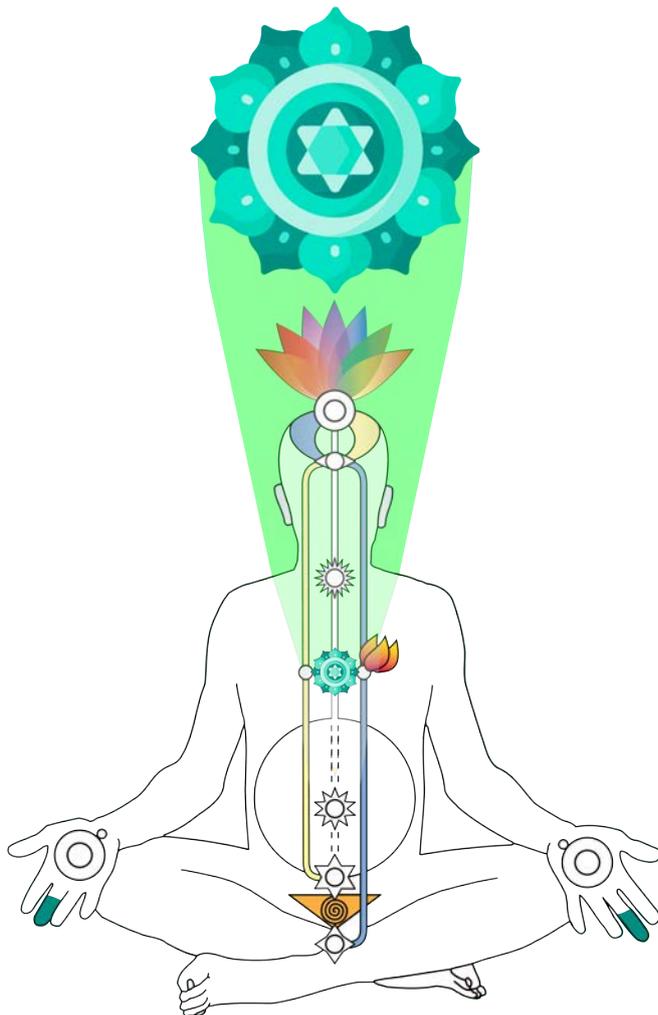
Signos de desequilibrio	Tendencia autoritaria y supercongnomo; abuso de poder; comportamiento tímido; impotencia, irresponsabilidad; falta de claridad, propósito y ambición; se obsesionan para detalles; incapacidad de ver el todo; postura excesivamente crítica; comportamiento manipulador y egocéntrico; problemas relacionados con los sistemas corporales mencionado anteriormente
Piedra	Jade amarillo, calcita amarilla, apatita amarilla, broncita, ámbar, Crisoberilo, Ojo de Gato, Citrino Amarillo
Símbolo de Reiki	HON-SHA-ZE-SHO-NEN
Mudra	Pala Mudra
Bijimantra	RAM
Nota musical	MI
Aromaterapia	Clavo, jengibre, sándalo, cedro, palo de rosa, pimienta negra, romero
Frecuencia de sanación	528 Hz
Alimento	Maíz, plátano, pimiento amarillo, Piña
Sentido activado	Visión
Nombre sánscrito	Nabhi
Edad del estímulo	de 15 a 21 años
Planeta	Marte y Plutón

Anahata

Procesamiento emocional (Anahata)

La energía del Chakra del Corazón es proporcional al flujo de un río. Distribuye sangre, nutrientes, oxígeno y también energía y emociones por todo el cuerpo.

Puntos clave: emociones, energías, percepción de la realidad, conexión, liberación, sensibilidad emocional.



El chakra del corazón es responsable de equilibrar las energías en todos los demás chakras. También es el más frágil cuando no hay control emocional, por lo que es el más afectado por las energías negativas, que afectan directamente a nuestro cuerpo, dejándonos propensos a desarrollar problemas cardíacos o depresión.

“Tu tarea no es buscar el amor, sino encontrar todas las barreras que has construido dentro de ti contra él”. (Rumi)

Este artículo explica el Chakra del Corazón (el cuarto chakra) en profundidad, explorando su conexión emocional y mental con el mundo físico.

El chakra del corazón, o Anahata, es amor. Trata temas relacionados con el amor incondicional y el poder emocional. En esencia, este chakra nos impulsa a mejorar nuestro desarrollo emocional. El corazón encarna una sabiduría gentil que nos enseña los caminos del amor y la compasión. Es en este cuarto chakra que comenzamos a reconocer que la energía más poderosa de la Tierra es el Amor.

El chakra del corazón es la inocencia. Este chakra es el centro de la inocencia y la alegría infantil. Cuando éramos niños, tendíamos a reaccionar a las circunstancias con una variedad de emociones: confianza, compasión, amor, esperanza, desesperación y miedo. Pero como adultos, generar emociones y poder expresarlas es extremadamente difícil. Anahata evoca nuestra capacidad de amar y dejar ir, de aceptar nuestros desafíos emocionales y entregarnos a la conexión con el plan divino.

OCHAKRACARDÍACO

El chakra del corazón es el punto energético que trabaja constantemente para generar homeostasis energética, física y espiritual.

Se puede considerar una inteligencia inconsciente que llevamos dentro de nosotros. De la misma manera que nuestro corazón nunca deja de trabajar, los puntos de energía están siempre activos.

Esto sucede debido a la vida que llevamos hoy en día. Estamos constantemente insertos en distintos tipos de situaciones (buenas o malas) y aunque estemos en estados "armonizados", dependiendo de la influencia e información que recibimos, nos vemos afectados y perdemos esta armonía.

El encargado de buscar esta armonía y traer el equilibrio de forma inconsciente es el chakra del corazón.

Otro punto a destacar es la función de flujo energético que tiene este chakra, siendo el encargado de propagar todas las energías que tenemos a través de nuestro cuerpo y nuestros puntos energéticos.

¿QUÉ ES EL CHAKRA? CARDÍACONOSENSINA

Curiosamente, el desafío del Chakra del Corazón es muy similar a los desafíos del Plexo Solar (el tercer chakra), pero Anahatase se comunica con nosotros en un nivel un poco más sofisticado y está sintonizado con una frecuencia que nos anima a expandir nuestro amor más allá de nuestro "Ser".

En el Plexo Solar, notamos un cambio de conciencia en desarrollo: una fuerza dual nos impulsa a explorar el yo independientemente del mundo externo y a reflexionar internamente para comprender mejor el lugar del ego.

El chakra del corazón nos permite generar la conciencia de que el universo y nuestras vidas tienen su propia frecuencia, que cada elemento y ser que ocupa la Tierra tiene su razón de existir.

Nos permite estar en sintonía con nosotros mismos y con el mundo que nos rodea. Hace ver al individuo que todos los bloqueos que están presentes en su vida son causados por él mismo.

Así, este chakra contribuye a la formación de un sentido de responsabilidad por la vida y los propios resultados. El individuo comienza a darse cuenta de que todo lo que sucede en su vida es consecuencia de las cosas que cultiva internamente.

En el momento en que se genera esta conciencia, el individuo deja de culpar a los demás por su insatisfacción y comienza a tener control sobre su vida y los caminos que sigue.

EL PODER CHAKRA

HACER CARDÍACO

Se cree que las energías sutiles (emocionales) fluyen por nuestras venas. Por lo tanto, si permites que el dolor y la amargura te dominen, estas energías emocionales negativas circularán a través de tu cuerpo y, como resultado, pueden causar daño a todo tu cuerpo y espíritu. Pero si puedes perdonar y dejar ir, haciendo espacio para los registros del amor en cada respiración y en cada célula, entonces vivirás con un corazón feliz.

El impacto de nuestras decisiones en nuestro cuerpo, por lo que tenemos el deber de elegir entre cultivar un corazón amargado o amoroso.

Estamos inmersos en una cultura que no fomenta lo suficiente la sanación del "niño interior" y sus heridas, por lo que recuerdos dolorosos y actitudes negativas aún nos persiguen, lo que crea una autoimagen disfuncional y nos mantiene estancados en el pasado. Todos estos desechos emocionales deben filtrarse en el corazón y eliminarse a través del chakra raíz.

SEÑALES DE DESARMONÍA

Uno de los principales signos de desarmonía del chakra del corazón es la falta de propagación energética en el cuerpo.

Una buena analogía es el estudio de nuestro sistema circulatorio y sus funciones. El sistema circulatorio es el encargado de propagar la energía, los nutrientes, el oxígeno y la información, es un sistema fundamental para la supervivencia del ser.

El punto energético del chakra del corazón también funciona de la misma manera, ya que es responsable de propagar y enviar todas las energías a todas las partes de nuestro cuerpo. Por lo tanto, la falta de esta circulación/flujo hace que el ser desarrolle inestabilidad emocional, física y energética, que puede agravarse en depresión, ansiedad e inseguridad.

Recuerda que la falta de fluidez conduce a bloqueos, negatividad, problemas y enfermedades.

Pensemos en un río, por ejemplo. Cuando el flujo es saludable es porque hay renovación y oxigenación del agua a través del movimiento. Ahora bien, si el agua está estancada, con el tiempo se irá ensuciando. Este mismo proceso ocurre en nosotros a través de todos los chakras, especialmente a través del chakra del corazón.

Si no hay flujo, si las energías están bloqueadas y estancadas, habrá consecuencias negativas para el paciente.

EFFECTOS CUANDO

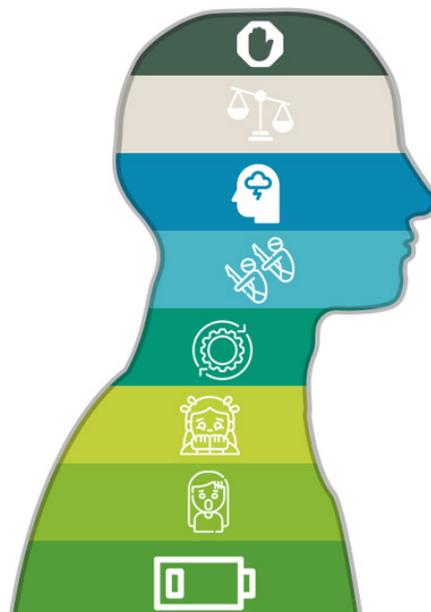
NEGATIVOS DESALINEADO

- Irritación;
- Depresión;
- Trastornos de ansiedad;
- Palpitaciones;
- Taquicardia;
- Aislamiento;
- Problemas del corazón;
- Cáncer de mama en mujeres;
- Materialismo;
- Dependencia tanto material como emocional;
- Inconstancia afectiva;
- Frustraciones;
- Relaciones emocionales temporales;
- Falta de sincronía con la vida
- Problemas de presión;
- Problemas de circulación;
- Trombosis;
- Energía baja;
- Inseguridades;
- Miedos;
- Fobias;
- Inestabilidad emocional;
- Palpitaciones;
- Dificultades para hacer ejercicio;
- Paneles de voltaje.

EFFECTOS CUANDO

POSITIVOS ALINEADO

- Mayor vigor debido a la buena energización de los demás chakras;
- Armonía en la vida material y espiritual;
- Amor por las funciones que desempeñas;
- Amor por la vida;
- Gran consejero;
- Espiritualidad despertada;
- Vida equilibrada;
- Control y armonía en las relaciones;
- Felicidad contagiosa;
- Confianza en las decisiones;
- Compasión;
- Fortalecimiento;
- Flujo de energía saludable;
- Sincronía con la vida
- Homeostasis;
- Sentido de pertenencia;
- Empatía;
- Comprender las emociones
- Buena circulación sanguínea;
- Capacidad de reconciliarse y perdonar;
- Amplia visión sobre cuestiones de la vida.



COMO ARMONIZAR ROCK CHAKRA CARDÍAC

- Libérate del apego al pasado
- Libérate de las expectativas en el futuro
- Conectarse con la naturaleza
- Abraza más
- Perdonar
- Escuche tambores e instrumentos chamánicos.
- Decir oraciones afirmativas
- Permítete confiar más
- Sé agradecido
- Canta el mantra "YAM"
- Formar el Matangi Mudra
- Uso y abuso del color verde
- Meditación con ejercicios de respiración
- Utilice aceites esenciales para el chakra del corazón.
- Cristales para el chakra del corazón

CAMBIAR NAMASTE



AROMATERAPIA ROSA Y VAINILLA



TERAPIA DE CRISTALES CUARZO VERDE



TERAPIA DE CRISTALES ESMERALDA



RESUMEN

Ubicación	Centro del pecho
Afirmación	"YO AMO", "YO DOY", "YO RECIBO"
Elemento	Aire
Color	Verde y rosa
Símbolo	Cruz / Hexagrama
Funciones y cualidades	Amor incondicional, compasión, integración, perdón y relaciones profundas; puente entre el mundo físico y el mundo espiritual; experiencias compartido, unión y devoción; conexión mente-cuerpo; crecimiento espiritual y trascendencia de las limitaciones estaciones del ego
Sistema corporal: sistemas	Sistema cardiovascular, además de los donantes Vuelo vagamente y
Enfoque energético	Social
Necesidad básica	Amar
Tipo de energía	Yin / Femenino
Símbolo animal / tótem	Antílope negro, gacela, pájaros y paloma; todos los mamíferos
Arcángel/Vibración Angélica	Rafael y los ángeles sanadores



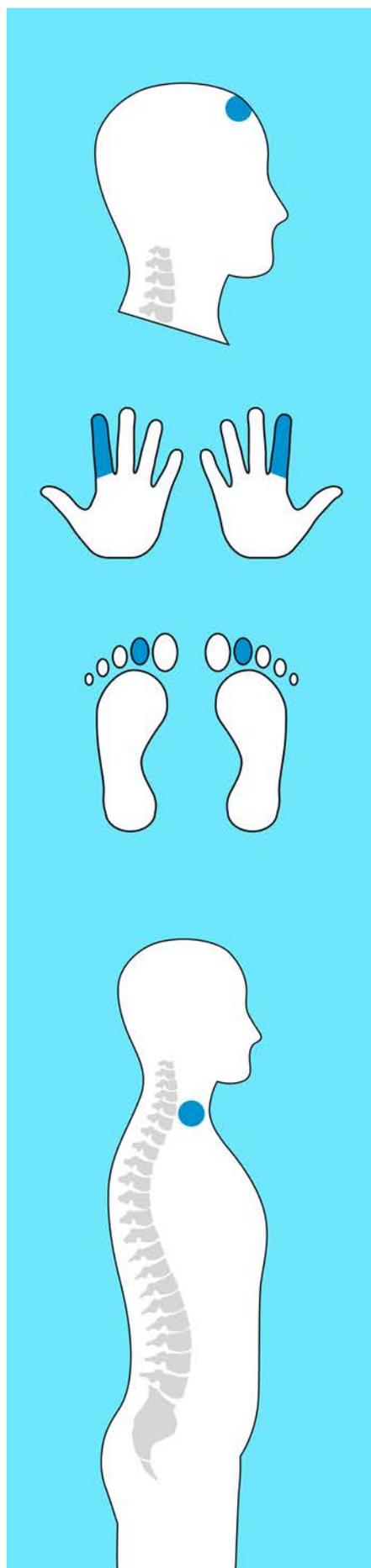
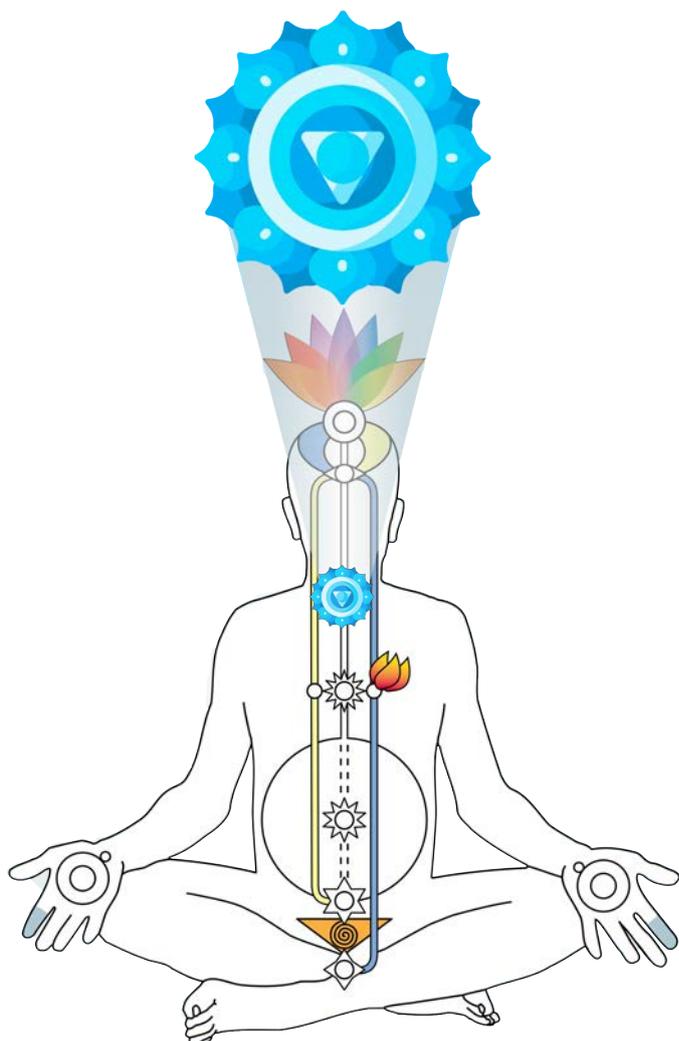
Signos de desequilibrio	Actitud defensiva, ermitaña, indiferente y desconsiderada; miedo a la intimidad; soledad, resentimiento y envidia; codependencia, necesidad máxima aprobación y atención de los demás y necesidad excesiva de complacer; complejo de salvador; persecución; problemas relacionados a los sistemas los organismos anteriormente mencionados- mente
Piedra	Ojo de gato, Granate tsavorita, Cuarzo rosa, Fuchcita, Serpentina, Amazonita, Alejandrita, Mus-Vete, Jade
Símbolo de Reiki	HON-SHA-ZE-SHO-NEN
Mudra	Namasté Mudra
Bijimantra	BATATA
Nota musical	ADMIRADOR
Aromaterapia	Clavo, jengibre, sándalo, cedro, palo de rosa, pimienta negra, romero
Frecuencia de sanación	639 Hz
Alimento	Brócoli, pepino, kiwi, manzana verde
Sentido activado	Tocar
Nombre sánscrito	Anahata
Edad del estímulo	de 22 a 28 años
Planeta	Tierra

Vishuddhi

Portal de Expresión (Vishuddhi)

El Chakra Laríngeo es el punto energético más importante para la materialización de nuestros deseos, propagación de nuestros pensamientos y conexión con el mundo exterior. También destaca en el desarrollo de nuestras habilidades de escucha y aprendizaje.

Puntos clave: aprendizaje, expresión, materialización, comprensión, empatía, poder de atracción.



En algún momento de la vida, es común que nos asalten preguntas como: “¿cuál es el poder de influencia de las fuerzas superiores?”, “¿por qué me ocurrió determinada situación?” o “¿cuál es mi propósito”?

Vishuddha manifiesta esta relación con el poder de la fe, ya sea fe en nosotros mismos o en una existencia superior. Entendemos que si bien tenemos el poder de tomar nuestras propias decisiones, también estamos guiados por una fuerza que abre portales.

Esta relación con la fe es también un punto de conexión entre Vishuddha y el chakra del tercer ojo, que

Lo discutiremos en el próximo capítulo.

En conexión con la energía del Chakra del Corazón, Vishuddha expresa amor a través de sus acciones, palabras, intenciones e incluso silencios. A veces, abstenerse de juzgar y emitir opiniones negativas sobre uno mismo o sobre otra persona es uno de los mayores actos de amor, por ejemplo.

El chakra de la garganta perdona. Simbólicamente, el Chakra de la Garganta resuena con la confesión y el perdón. El acto de confesar un error y decir en voz alta: “Te perdono” es a menudo un proceso extremadamente liberador y curativo. El perdón permite que cualquier culpa o dolor se libere a través del Chakra Raíz y libera al individuo para expresar, dar y recibir amor abiertamente.

El chakra de la garganta es tu voz. Todo lo que decimos, cantamos, recitamos poesía o hacemos gestos de amor pasa por este punto. De la misma manera, podemos usar nuestra voz negativamente para proyectar dolor, crítica o calumnia.

Por lo tanto, cuando el chakra de la garganta está en armonía, afirmamos la vida en la forma en que hablamos y nos expresamos: comunicamos amor y vocalizamos una apreciación por los problemas globales que va más allá de la fijación en los deseos egoístas.

OCHAKRA HOGAR INGEOSO

En un análisis más profundo de este chakra, podemos identificar su poder e influencia sobre nuestra vida espiritual, energética y mental.

Además del habla, su función más conocida, este chakra influye directamente en nuestras experiencias en el mundo físico, ya que a través de él toman forma todos nuestros pensamientos y deseos.

Este chakra ve la vida como arte y a nosotros como artistas inspirados capaces de utilizar nuestra energía y la del universo como herramientas. Somos responsables de crear vida a través de nuestro cuerpo y, principalmente, a través de nuestras palabras.

La comunicación no es sólo a través de palabras, va mucho más allá. La expresión puede presentarse en varias formas:

1º Puedes hablar con tu corazón 2º
Puedes hablar con tus acciones 3º
Puedes hablar con tu pasión

Necesitas abrir tu mente para comprender el verdadero poder y significado de este chakra, ya que sus efectos van mucho más allá de lo evidente. Al igual que el arte, los significados están en el ámbito de lo subjetivo.

ENSEÑANZAS CHAKRA HOGAR INGEOSO

El chakra de la garganta resuena con las luchas emocionales y mentales que tienen como objetivo verbalizar lo que quieres para tu vida.

Indirectamente, el chakra de la garganta nos enseña a tener el coraje de ser y expresar nuestra identidad, lo que puede ser una tarea difícil en tiempos de tanta influencia digital.

Estamos constantemente coaccionados y limitados por los estándares que imponen la sociedad y la familia. Esto dificulta que algo natural, inherente a todo ser humano (el poder expresar la propia esencia) fluya y se propague como debería.

Esta presión impuesta por el entorno externo bloquea no sólo la mentalidad del individuo, sino también todos los demás canales de energía.

Por lo tanto, al activar este punto energético, generamos un estado de coraje para ser auténticos en diferentes situaciones de la vida.

Esta verdadera expresión es la mejor manera de cultivar la felicidad y un sentido de plenitud.

EL PODER DEL CHAKRA HOGAR INGEOSO

A veces olvidamos que tenemos la opción de decir que queremos un cambio o tenemos miedo de admitir que somos infelices y terminamos sufriendo en silencio. Quizás este miedo surge de una necesidad de parecer buenos y perfectos o de sentir que no tenemos opciones. Pero es un sentimiento traicionero, porque sí, ¡tenemos una opción!

Es en este chakra donde se localiza todo el poder de materialización. Podemos soñar, visualizar, planificar e incluso propagar las energías de nuestras emociones. Sin embargo, si el individuo no es capaz de expresar estas intenciones a través de sus palabras, no llegará a ninguna parte.

Es un poder de atracción que todos tenemos. Para completar nuestra misión y alcanzar nuestras metas, todos necesitamos conectarnos con otros. Necesitamos hacerles creer en lo que imaginamos y en el mundo que queremos construir.

Sólo cuando tengamos esta capacidad de compartir y transformar nuestros sentimientos y emociones en palabras seremos capaces de transformar verdaderamente el mundo.

Vale la pena señalar que no basta solo con saber expresarse y conectar. También necesitamos ser capaces de comprender y sentir a los demás.

DESARMONÍA DE LOS CHAKRASHOGAR INGEOSO

El principal signo de desarmonía que podemos identificar es la falta de seguridad y una alta introspección.

Un individuo con un chakra laríngeo desarmónico suele ser una persona con patrones lingüísticos negativos y limitados y con grandes dificultades para escuchar y expresar sus puntos de vista.

Debido a esta dificultad para expresarse, pueden surgir otros problemas que se agravarán con el tiempo. Un ejemplo muy evidente son los problemas de relación, ya sea entre parejas, amigos o en una familia.

Todo lo que no se expresa puede acumularse proporcionalmente en nuestro cuerpo y mente en forma de resentimiento, dolor y pena.

Con el tiempo, lo retenido puede desarmonizar al individuo, hasta que éste enferme o sus relaciones colapsen.

Este chakra nos recuerda el poder relacionado con nuestra capacidad de expresar las cosas que sentimos. Cada uno ve y siente la vida de una manera diferente y esta percepción física y energética es única.

SEÑALES DE DESARMONÍA

- Introversión
- Problemas del sistema respiratorio
- Dificultad en las relaciones
- Dificultad para expresarse
- Intuición débil
- Dificultad para ver oportunidades

- Dificultad para escuchar a los demás
- Falta de empatía
- Dificultad para expresar sentimientos
- Mala conexión
- Desequilibrio entre el mundo interno y externo
- Inflamación constante en la garganta.

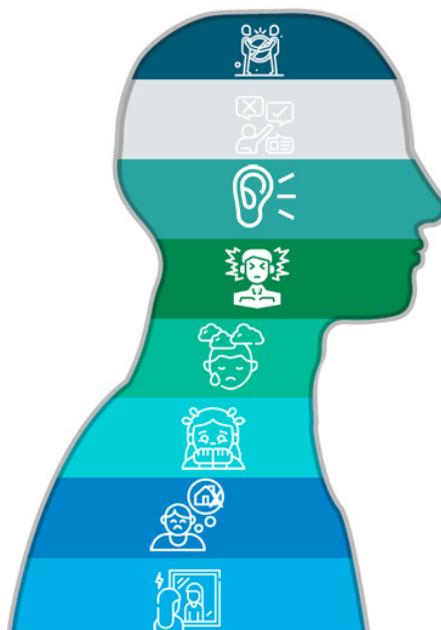
- Lástima
- Inseguridad
- Dificultad para hacer presentaciones
- Fobia a las multitudes
- cambios emocionales
- Patrones lingüísticos negativos
- El hábito de quejarse constantemente

- Uso de palabras de baja frecuencia

SEÑALES DE ARMONÍA

- Alto poder de materialización
- Uso positivo de la palabra potencial
- Sentirse conectado con el mundo exterior
- Empatía
- Relaciones fluidas
- Postura empoderada
- El coraje de expresar tu identidad

- Deseo de conocer gente nueva
- Extroversión
- Proactividad
- Fuerte intuición
- Sentido de propósito
- Sensibilidad
- Habilidades musicales
- Capacidad de escuchar más allá de las palabras
- autoconocimiento
- equilibrio emocional
- Control mental
- Control físico
- paz existencial
- Sentido de responsabilidad por la vida



COMOARMONIZAR CHAKRALAR ROCK INGIO

- Cantar
- Practica la honestidad
- Comunicarse amablemente
- Aprende a escuchar
- Expresa tu gratitud
- Practica ho'ponopono
- Reír
- Pronuncia las oraciones de afirmación
- Escribe en un diario
- Utilice el color azul
- Practica Yoga y Tai Chi
- Hierbas y aceites esenciales Utilice hierbas y aceites esenciales para este chakra.
- Canta el mantra "HAM"
- Sé asertivo
- Disfruta de un momento de tranquilidad

CAMBIAR GARUDA



AROMATERAPIA JENGIBRE Y MENTA



TERAPIA DE CRISTALES PIEDRA TURQUESA



TERAPIA DE CRISTALES AGUAMARINA



RESUMEN

Ubicación	GARGANTA
Afirmación	"EXPRESO MI VERDAD- DE"
Elemento	ÉTER
Color	AZUL
Símbolo	Triángulo
Funciones y cualidades	¡Función de traer a la superficie todas las energías e intenciones generadas en los chakras inferiores! Tu mayor cualidad es el poder del diálogo interno. con tu verdad
Sistema corporal: sistemas	Sistema respiratorio
Enfoque energético	Expresión
Necesidad básica	Comprensión
Tipo de energía	Yin / Femenino
Símbolo animal / tótem	Elefante
Arcángel/Vibración Angélica	Miguel
Signos de desequilibrio	Actitud defensiva, dificultad para mantener relaciones saludables, dificultad para materializar tus sueños, dificultad para ver el verdad, problemas de dicción
Piedra	Azurita, Plata, Aguamarina, Aventurina, Turquesa, Calcita Azul, Celestina Titán

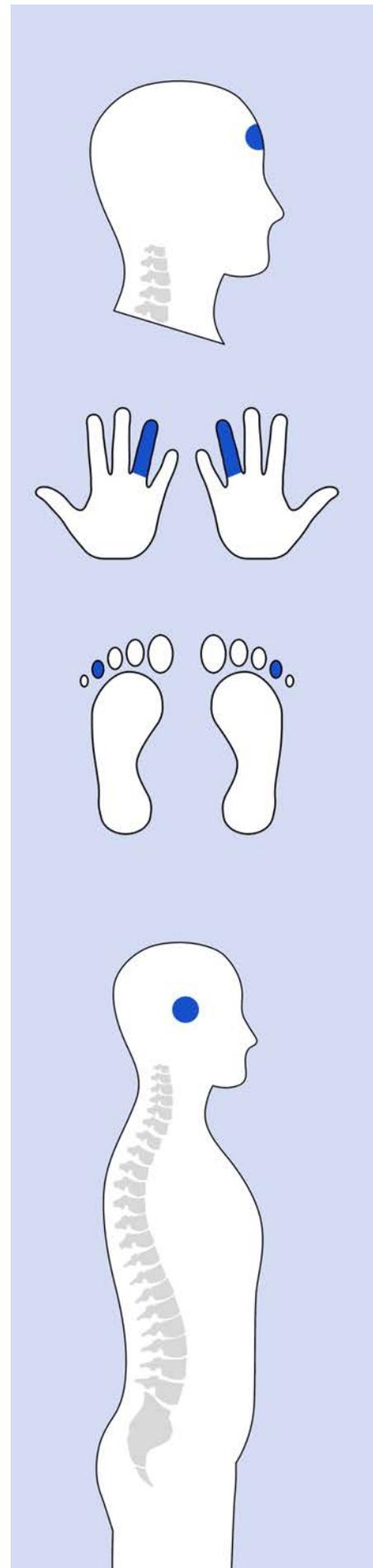
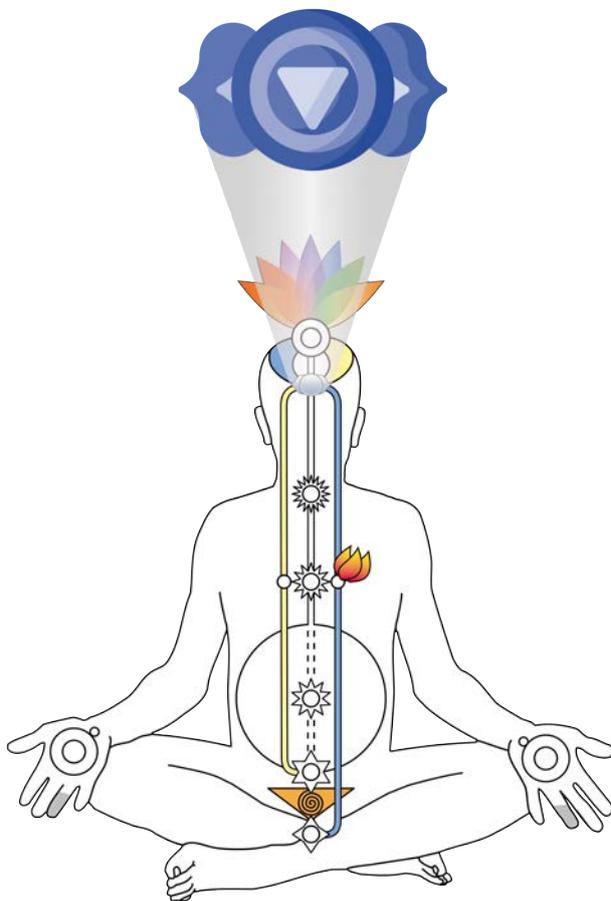
Símbolo de Reiki	YO LO SÉ
Mudra	Garuda Mudra
Bijimantra	JAMÓN
Nota musical	SOL
Aromaterapia	Clavo, jengibre, sándalo, cedro, palo de rosa, pimienta negra, romero
Frecuencia de sanación	741 Hz
Alimento	Café, chocolate, mora, arándano
Sentido activado	Audiencia
Nombre sánscrito	vishuddhi
Edad del estímulo	de 29 a 35 años
Planeta	Mercurio

Agnya

Portal de la Intuición (Agnya)

El poder energético del Chakra del Tercer Ojo permite al individuo desarrollar sus poderes intuitivos y sensibles sobre las personas, las emociones, las experiencias y el mundo energético, mejorando la comunicación y la comprensión no verbal.

Puntos clave: sensibilidad, empatía, sexto sentido, energías, visión, claridad mental.



El Agnya, que significa centro de control en sánscrito, es el sexto chakra. Popularmente conocido como el tercer ojo, está vinculado físicamente a la glándula pituitaria, los ojos y la nariz, y además es el encargado de controlar todos los chakras. Entre los 7 chakras principales, es el que envía todas las órdenes al cuerpo.

Al estar asociado al lóbulo frontal, su energía influye directamente en el razonamiento, la capacidad de absorber información y aprendizaje y, por supuesto, la intuición. Es a través de este chakra que expresamos nuestra esencia, es un punto fácil de equilibrar, ya que se activa prácticamente en todo momento a través de nuestra visión, es decir, nuestros ojos equilibran el punto, continuamente.

Su representación tiene sólo dos pétalos, porque es el símbolo de la dualidad y gobierna ambos lados del cerebro. A través de este chakra fortalecemos nuestra intuición, lo que nos dará mayor seguridad en nuestras decisiones y valoraciones sobre los asuntos de la vida.

OCHAKRADOTERCER OJO

Este es el chakra de la intuición y la sabiduría, es nuestro sexto sentido. En las filosofías orientales, se le conoce como nuestro "tercer ojo" o centro espiritual, que interactúa con la mente racional para profundizar nuestra visión y ver más allá del velo de la ilusión, llamado "Maya".

El chakra del tercer ojo es una mente abierta.

Abrir la mente y discriminar pensamientos motivados por la fuerza, el miedo y la ilusión son desafíos del Sexto Chakra. Se trata de aprender a desarrollar una mente impersonal, desprendida de las ilusiones físicas y mentales. Podemos trascender nuestros pensamientos, preocupaciones y miedos para conocer verdaderamente nuestras almas.

El tercer ojo contiene un registro de hechos, miedos, experiencias personales y recuerdos que están continuamente activos en la energía de la mente.

El chakra del tercer ojo es la Verdad. Descifrar lo que creemos que es verdad de lo que es genuinamente verdad está en el corazón de este chakra.

Por ejemplo, si a una persona se le hace creer que es fea durante toda su vida, esto puede manifestarse como un hecho dentro de sus patrones de pensamiento y, como resultado, desarrollará dismorfia corporal y baja autoestima.

ENSEÑANZAS DE LOS CHAKRAS

El Sexto Chakra nos ayuda a darnos cuenta de que ninguna persona o grupo social puede determinar el camino de nuestra vida. Cuando el cambio es evidente es debido a una dinámica kármica más grande o una cadena de eventos que te ha llevado a ese punto y te está haciendo avanzar. -hacia la siguiente etapa de tu vida.

¡El tercer ojo nos enseña el camino de la verdad! Puede entenderse como el nivel más alto de aceptación. Este trabajo de aceptación comienza con el chakra básico, pasando por el chakra sacro, plexo, corazón, laríngeo y finalmente el tercer ojo.

Nos enseña a ver nuestros problemas como nuestras verdades internas, dándonos cuenta de que todos los problemas que experimentamos no pueden resolverse en el mismo nivel de conciencia en el que fueron creados.

Es un punto que también se expresa en la aceptación del dolor y la pérdida, porque mientras el individuo no entienda la verdad de la vida, nunca estará completo ni será feliz. Así que, cada vez que te acerques a una posible realización o felicidad, te darás cuenta de que lo que buscabas era un espejismo y no algo real.

Por lo tanto, necesitamos aprender desde el chakra del tercer ojo a ver la vida más allá de la visión en un sentido biológico. Necesitamos ver la vida con nuestro corazón y a través de nuestra sensibilidad natural.

EL PODER TERCERO

HACER OJO

El chakra del tercer ojo nos enseña que la muerte no es algo a lo que temer. Es importante abrazar tu tiempo en esta tierra y entender que la muerte es sólo una puerta de entrada a la siguiente lección de la existencia.

Así como nacemos perfectos, podemos dejar este plano terrenal completos. No debemos morir de dolor o enfermedad: son manifestaciones kármicas que creamos para nosotros mismos.

La mente consciente es capaz de evolucionar, desprendiéndose de la angustia y liberando el espíritu del cuerpo sin tener que soportar el dolor, y esta elección está al alcance de todos.

Este chakra nos da el poder de ver más allá de lo obvio. Al activar este chakra (armonizador), el individuo tiene acceso automáticamente a una colección infinita de información, tanto del mundo material como del energético.

Es como si hubiera un segundo velo en nuestra realidad que pocos pueden observar y sentir, que lleva información e indicaciones valiosas para nuestra vida en la tierra.

Un buen ejemplo de esto son las relaciones humanas. A veces podemos hablar y actuar de determinada manera, pero nuestra verdadera intención (patrón energético) no siempre está alineada con nuestra conducta.

SEÑALES DE DESARMONÍA

¡Podemos decir que este es el chakra de la verdad de la vida! Es la capacidad de ver el amor, la empatía, el miedo, el coraje y todo el potencial que existe dentro de nosotros y de todos los que nos rodean.

El tercer ojo nos permite ver la vida sin la distorsión causada por nuestros sentidos y sentimientos. Se trata de - ver la vida a través de su esencia energética.

Se trata de conocer a alguien y poder ver a través de sus ojos toda su esencia, todos sus miedos e inseguridades, así como todas sus bendiciones. Es hablar sin hablar, es ver sin abrir los ojos, sentir sin tocar.

Esta capacidad está dentro de nosotros y puede ser desarrollada por cualquiera que se dedique a ella. Sin embargo, para alcanzar este nivel de activación y armonización, el individuo debe tener el coraje y el compromiso de enfrentar sus mayores miedos e inseguridades. Para ver la verdad, tenemos que aceptar que la vida no es como deseamos que sea, sino como simplemente es.

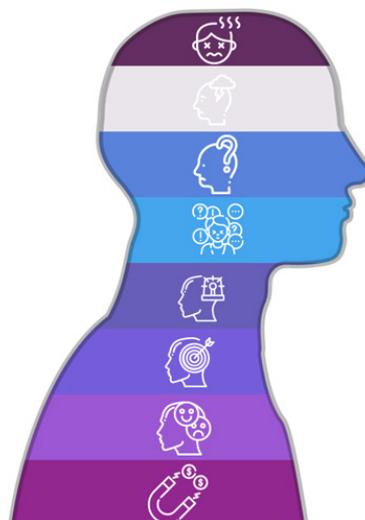
Para activar el verdadero poder de este chakra necesitamos aceptarnos y entregarnos a la vida por completo. El individuo necesita dejar de quejarse y saber vivir la vida en todos sus aspectos, creyendo que al final todo saldrá bien.

EFFECTOS CUANDO**NEGATIVOS DESALINEADO**

- Decisiones equivocadas;
- Incapacidad de ver las pistas del universo
- Falta de propósito
- Dolores de cabeza constantes
- pérdida de memoria
- Sensación "extraña"
- Atracción de energías negativas (personas/experiencias)
- Tristeza o apatía
- Imágenes de depresión
- Fatiga constante
- Dificultad para amar
- Falta de afecto
- Falta de sincronía con la vida
- Dificultad para concentrarse
- Falta de voluntad de vivir
- vida monótona
- Racionalidad extrema
- Dificultad para abstraer
- Dificultad para comprender las emociones
- Pérdida de conexión con la naturaleza
- Pérdida del poder de la intuición
- Juicio constante de los demás
- Falta de control energético
- Aflicciones y angustias
- Paranoia constante
- Síntomas del TOC (trastorno obsesivo compulsivo)

EFFECTOS CUANDO**POSITIVOS ALINEADO**

- Facilidad para comprender las energías
- Intuición aguda
- Sexto sentido
- Reflexión interna profunda
- Buena memoria
- Equilibrio interno
- Control emocional
- Control de ciclos físicos
- Felicidad
- Sentido de pertenencia, comprensión y paciencia.
- Sentido de misión
- Enfocar
- Conexión con el universo
- Sentido de oportunidad
- Percepción de la energía
- Facilidad de abstracción
- Facilidad de comprensión de las terapias holísticas
- Facilidad para conectar con otros
- Gratitude por la vida
- Poder holístico
- Facilidad para ayudar a los demás
- Armonía natural - energética - física - mental
- Equilibrio interno vs. externo
- Motivación energética diaria
- Sensibilidad energética
- Sabiduría divina



COMO ARMONIZADOR DE CHACRÁTODOS RCEIROOLHO

- Sé tu intuición
- Exponete a la luz solar
- Hacer ejercicios de respiración
- Practica la atención plena
- Disfruta de momentos de silencio
- Pruébalo libremente
- Dormir bien
- Meditar
- Uso y abuso del color morado
- Utilice hierbas y aceites esenciales.
- Canta el mantra "OM"

CAMBIAR SABIDURÍA DE LA SABIDURÍA



AROMATERPIA HIERBA DE LIMÓN



TERAPIA DE CRISTALES AMATISTA



TERAPIA DE CRISTALES LAPISLÁZULI



RESUMEN

Ubicación	Entre las cejas
Afirmación	"VEO", "ME VESTÍ", "ME IMAGINO- NODO"
Elemento	Luz / Frecuencias / Radio
Color	Púrpura / Índigo
Símbolo	Estrella
Funciones y cualidades	Percepción profunda, visión, conciencia y discernimiento. Visualización, imaginación, intelecto, pensamiento abstracto y logro. Clarividencia y habilidades psíquicas. Percepción espiritual
Sistema corporal: sistemas	Cerebro inferior, ojo izquierdo, oídos, nariz y sistema nervioso, así como el sistema endocrino y las glándulas. glándula pituitaria
Enfoque energético	Mental - Abstract
Necesidad básica	Autorrealización
Tipo de energía	Yin / Femenino
Símbolo animal / tótem	Búho, águila, pantera, antílope negro y mariposa. Además, guías espiritual y ancestral
Arcángel/Vibración Angélica	Chamuel / Camuel

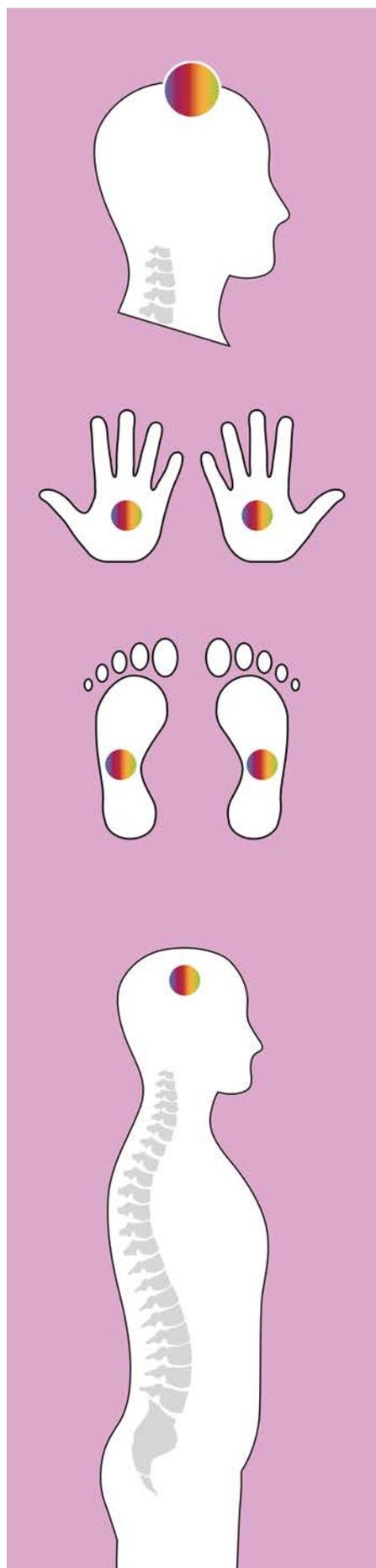
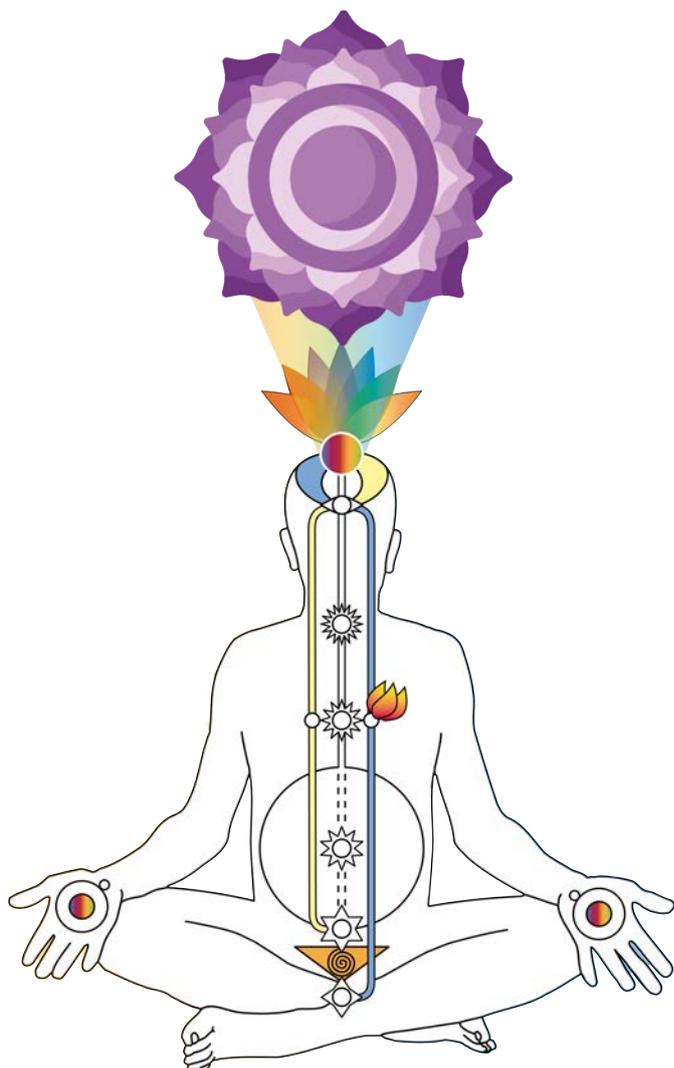
Signos de desequilibrio	<p>Estancamiento en los problemas cotidianos y no poder ver más allá de ellos. En-</p> <p>Capacidad de visualizar o imaginar por uno mismo. Falta de visión y sentido de orientación. Falta de discernimiento. Fantasías e ilusiones desconectadas de la realidad. Rechazo de percepciones que van más allá del ámbito físico "habitual". Indulgencia en los reinos espirituales y desconexión del mundo físico. Problemas relacionados con los sistemas del cuerpo mental mencionado anteriormente</p>
Piedra	<p>Fluorita arcoíris, zafiro de Ceilán, fluorita púrpura, ojo de halcón, aventurina azul, granate púrpura, ojo de halcón</p> <p>Hierro</p>
Símbolo de Reiki	<p>DAI-KO-MYO</p>
Mudra	<p>SABIDURÍA DE LA SABIDURÍA</p>
Bijimantra	<p>OM</p>
Nota musical	<p>ALLÁ</p>
Aromaterapia	<p>Clavo, jengibre, sándalo, cedro, palo de rosa, pimienta negra, romero</p>
Frecuencia de sanación	<p>852 Hz</p>
Alimento	<p>Uva morada, berenjena, col lombarda, Rábano morado</p>
Sentido activado	<p>Intuición</p>
Nombre sánscrito	<p>Agnya</p>
Edad del estímulo	<p>de 36 a 42 años</p>
Planeta	<p>Sol y Luna</p>

Sahasrara

Portal de la Espiritualidad (Sahasrara)

Es el chakra que conecta con el poder de lo desconocido y de aquello que no se puede expresar sólo con palabras. En este punto reside todo lo que la conciencia humana no es capaz de comprender. Es el portal al mundo espiritual.

Puntos clave: espiritualidad, misterio, sobrenatural, místico, esotérico.



El chakra de la corona, llamado Sahashara en sánscrito, que significa loto de mil pétalos, puede imaginarse como una corona de luz en la parte superior de nuestra cabeza. Es a través de este portal que nos conectamos con el universo y somos capaces de identificar los medios de evolución de nuestro espíritu. A través de ella desarrollamos nuestra conciencia y nuestro recuerdo. La tradición de coronar reyes y reinas, presente en algunas culturas, se basa precisamente en la idea de que quien está destinado a guiar a una nación es también el gran portador de sabiduría y de comunicación con lo divino, lo sobrenatural.

Entre todos los chakras, éste es el que representa la esencia del ser, del yo, Brahman. Cuando se alcanza el grado más alto de comprensión, la persona trasciende la existencia individual y se convierte en parte de Brahman, poseyendo la sabiduría total y el poder del Universo. Pero la persona no tendrá ningún deseo de usar este poder, pues ya estará en una energía de felicidad sincera y completa.

En este chakra encontramos la comprensión de que somos mucho más que nuestra presencia física, nuestra aura; Nuestro verdadero "yo" trasciende otros mundos y es parte de una voluntad universal.

"En mi alma hay un templo, un santuario, una mezquita, una iglesia donde me arrodillo".(Rabia al-Basri)

Este artículo explica el chakra corona (o séptimo) en profundidad, explorando su conexión emocional y mental con el mundo físico.

El séptimo y más alto chakra es nuestro conector con la naturaleza divina y espiritual y también permite que la espiritualidad se integre en nuestras vidas físicas. Está en sintonía con la búsqueda de una relación íntima con el cosmos. Es el chakra de la oración.

Ya sabemos que el Chakra Raíz actúa como un sótano o centro de reciclaje que libera al cuerpo de energías que ya no necesita. El Chakra Corona es nuestro depósito de energía positiva, que acumulamos a través de pensamientos y acciones amables y mediante actos de fe, meditación y oración. Es aquí donde podemos trascender las dimensiones de la vida y comunicarnos con "Dios".

CHAKRA CORONARIO

El chakra corona es la conexión. El séptimo chakra influye en los principales sistemas del cuerpo: el sistema nervioso central, los músculos y la piel. Por lo tanto, problemas de la piel como erupciones, acné o eccemas pueden indicar desarmonía en el Chakra Corona.

A nivel emocional, el Chakra Corona genera devoción, pensamiento inspirador y profético, conexiones místicas e ideas trascendentales. ¿Has estado teniendo sueños increíbles últimamente? Podría ser tu chakra corona comunicándose contigo.

El chakra corona contiene la forma más pura de prana (o energía vital) y gira en torno al misticismo. Así, aquellos con un Sahasrara bloqueado tienen una mente estrecha y son incapaces de ver el panorama general, carecen de motivación y culpan a otros por su crisis o estancamiento. También tienen una percepción distorsionada de la vida, la muerte y la espiritualidad.

El Chakra Corona nos recuerda que en muchos momentos de nuestra vida nos enfrentamos a una encrucijada en la que necesitamos dejar "morir" una vieja fase para poder renacer de nuevo.

EL PODER DEL CHAKRA CORONARIO

Cuanto más personas puedan conectarse con el poder de este chakra, mayores serán los efectos en nuestra conciencia colectiva hacia una comprensión más holística de la salud, la enfermedad, el medio ambiente, la biodiversidad y la humanidad.

Nuestro objetivo en este plano terrenal es trascender todas las ilusiones y descubrir el poder innato del espíritu. Nos damos cuenta de que somos responsables de lo que creamos y necesitamos aprender a actuar, pensar y hablar con amor y sabiduría a lo largo de la vida.

Recuerda que todos los obstáculos físicos y emocionales son sólo ilusiones para el aprendizaje. Busca siempre el significado de cualquier situación, sigue tu intuición y deja que ella te guíe cuando seguir o cuando retirarte.

ENSEÑANZAS CHAKRA

HACER -

HACER

TERCERO

OJO

Este es el chakra de la humanidad. Nos abre la posibilidad de darnos cuenta de que estamos todos juntos en esto y que todas las almas están aquí para aprender sobre la experiencia humana colectiva.

Aquellos que no pueden conectarse con los demás o tienen una mente abierta y sufren una falta de empatía son solitarios y, a menudo, muy críticos en cuestiones de fe y espiritualidad.

La energía de Sahasrara nos motiva a buscar una conexión más profunda con lo divino en todo lo que hacemos. Por eso se oye hablar de artistas, yoguis e inventores que cuentan que tuvieron una experiencia trascendental durante su proceso de trabajo, o quizás de individuos que experimentaron una feliz epifanía que les dio la visión de una gran idea.

La gente no debe confundir la conexión espiritual personal del séptimo chakra con la religión. La religión es una creación colectiva de creencias compartidas entre seguidores. La espiritualidad es una experiencia individual destinada a liberar los miedos del mundo físico y conectarse con lo divino que está dentro de todos nosotros.

SEÑALES DE DESARMONÍA

Cuando este chakra está desequilibrado, hay una evidente falta de propósito y significado en la vida del individuo.

Una vez que se pierde esta conexión con el mundo espiritual, el individuo comienza a vagar perdido por la vida.

Muchas personas con este chakra desequilibrado manifiestan sentirse como extraños en sus trabajos, familias, relaciones y la sociedad en general.

Es común que la desarmonía en este chakra provoque desplazamiento del mundo que lo rodea, ya que la persona pierde la conexión con su verdadera esencia y misión en la tierra.

Entonces, comienzan a buscar por todas partes respuestas, actividades, trabajos y personas que llenen ese vacío.

El chakra corona abre las puertas a la conexión con la conciencia colectiva de la humanidad.

Él es responsable de ayudarnos a comprender nuestra misión y aporta significado espiritual a nuestras vidas.

Por lo tanto, cuando este chakra está equilibrado, ¡nunca nos sentimos solos!

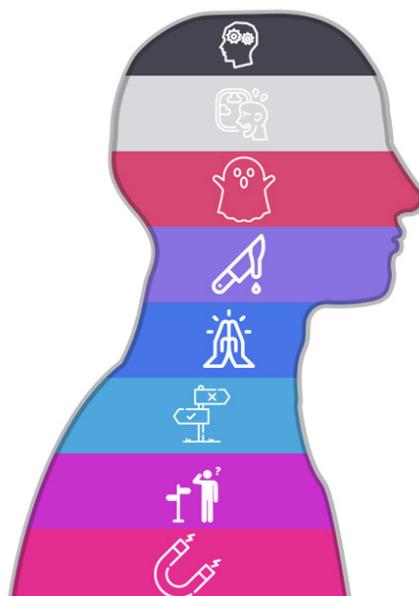
EFFECTOS NEGATIVOS CUANDO DESALINEADO

- Acoplamiento de energía negativa
- Patrones pesimistas
- Desequilibrios energéticos constantes
- Auto sabotaje;
- Problemas con la percepción de la realidad y las emociones.
- Obsesiones;
- Consumir la energía de otras personas;
- Cuerpos sutiles bloqueados (sucios)
- Los chakras se están degradando
- Problemas de autoestima;
- Acumulación de problemas de otros chakras.
- Distanciamiento del propósito de la vida
- Falta de motivación;
- Percepción negativa de las situaciones;
- Falta de confianza en las personas y en el mundo;
- Poco poder de expresión y materialización
- Bloqueos de los más diversos tipos
- Falta de discernimiento entre el bien y el mal;
- Dificultad constante para respirar
- Falta de apetito;
- Falta de deseo sexual;

EFFECTOS CUANDO POSITIVOS ALINEADO

- Poder de logro;
- Potencia energética muy alta
- Patrones positivos
- Entendiendo tu misión/propósito en la tierra
- voluntad de vivir
- Vinculación con mentores energéticos
- Armonía de los deseos carnales
- Voluntad de ayudar a los demás
- Sincronía con el universo;
- Conexión con lo divino;
- Gratitud
- Sentido de oportunidad;
- Interés en conocer gente nueva

- Libido fluida;
- Claridad y dirección
- Aceptación
- Entrega
- Perdón
- Diálogo;
- Amorosidad.



COMO ARMONIZAR ROCK CHAKRA CORONA A RIO

- Utilice aceites esenciales para este chakra.
- Conecta con tu esencia
- Conéctate con lo divino que hay en tu interior
- Conectarse con la naturaleza
- Usa el poder de tus manos
- Evalúa tus pensamientos
- Decir oraciones afirmativas
- Haz la posición del loto en yoga.
- Utilice el color violeta
- Decir oraciones
- Cristales y piedras
- Dedícate a la práctica espiritual
- Amplía tus conocimientos
- Canta el mantra "YAM"
- Medita en silencio
- Escucha música que te eleve

AROMATERAPIA MADERA - ROSA - TOMILLO



TERAPIA DE CRISTALES DIAMANTE



CAMBIAR PRANA



CUARZO



RESUMEN

Ubicación	Mollera
Afirmación	"LO SÉ", "LO ENTIENDO"
Elemento	Todo
Color	Blanco/Violeta (y todo el espectro) del arco iris)
Símbolo	N / A
Funciones y cualidades	Conexión espiritual y verdad, sabiduría, iluminación, ser uno con el todo, unión, integración y energía pura. Conciencia universal y entrega a lo divino. Mente superconsciente. Inteligencia. Conexión con el planos superiores de conciencia
Sistema corporal: sistemas	Cerebro superior, ojo derecho y todo el sistema nervioso. Además, el sistema inmunológico y la glándula pineal (ritmos circadianos)
Enfoque energético	Espiritual
Necesidad básica	Sentirse completo
Tipo de energía	Yang / Masculino
Símbolo animal / tótem	Ninguno / Huevo. Espíritu universal y humano iluminado
Arcángel/Vibración Angélica	Jofiel y Miguel

Signos de desequilibrio	<p>Estar desconectado del espíritu, del cinismo y de la negatividad hacia lo sagrado/divino. Mente cerrada. Sentimiento de no pertenencia</p> <p>a. Aislamiento de la gente y del mundo. Excesiva vida espiritual y desapego de los asuntos terrenales. Orgullo, superioridad moral y escapar de la realidad. Problemas relacionados con los sistemas corporales mencionado anteriormente</p>
Piedra	Cacholong, oro, calcita blanca, ópalo, selenita, cuarzo transparente, piedra rueda, Diamante.
Símbolo de Reiki	DAI-KO-MYO
Mudra	Prana
Bijimantra	Todo
Nota musical	SÍ
Aromaterapia	Clavo, jengibre, sándalo, cedro, palo de rosa, pimienta negra, romero.
Frecuencia de sanación	963 Hz
Alimento	Comida saludable
Sentido activado	Todo lo conocido y desconocido
Nombre sánscrito	Sahasrara
Edad del estímulo	de 43 a 49 años
Planeta	Sol y Luna

CÍCLODES

CHAKRAS

1º CICLO

Hacia **raíces** | **Edades 1 - 7** | **Inducción y**

miedo

El primer Chakra, conocido como Muladhara (que significa raíz), es nuestra introducción a la vida. Es donde experimentamos por primera vez el mundo concreto, descubriendo el caos y la estabilidad; Es donde se nos introduce a la dicotomía de nuestra existencia. La apertura del chakra raíz, ubicado en la base de la columna vertebral, significa la inducción a la materialidad.

El primer ciclo de siete años es el momento de desarrollo de nuestra relación fundamental con el mundo físico. Acabamos de llegar al plano físico y la conciencia del individuo necesita aprender su relación con el cuerpo. A través de este proceso, aprenderá sus limitaciones, formas de comunicarse y manipular el entorno físico, además de desarrollar una conciencia de protección y seguridad, que se experimentan por primera vez.

2º CICLO

Expansiones | **De 8 a 14 años** | **Sentimientos**

El segundo chakra, llamado Svadhistana (que significa dulzura) es el Chakra Sacro, se experimenta a través de los órganos reproductores. Se encuentra justo debajo del diafragma. Es la sede de los sentimientos.

Allana el camino para el descubrimiento del poder personal. Aquí reside la fuerza vital que define quiénes somos. Esta fuerza comienza a desear la conexión con otras personas y comenzamos a buscar fuera de nosotros mismos compañía, reconocimiento, aceptación y lo que percibimos como amor. Aunque a menudo se confunde el amor con el deseo, aquí todavía no hemos abierto el Chakra del Corazón.

3er CICLO

La apertura de uno mismo | 1 5 - 2 1 años | Sentido práctico

El tercer chakra, llamado Manipura (que significa joya brillante). Se encuentra justo encima del ombligo y representa la materialización de las ideas, es decir, cuando éstas toman forma. Tu energía es de tipo práctico.

Esta fase suele ser confusa, pero liberadora. Nuestra racionalidad se hace más fuerte, al igual que nuestra necesidad de autoafirmación. Buscamos otras expresiones de nosotros mismos y tratamos de imponer nuestra voluntad a los demás, a menudo sin considerar las consecuencias. A través de esta expresión comenzamos a aprender quiénes somos. Todavía estamos experimentando gran parte del mundo a través de su fisicalidad, ya que todavía tenemos que abrirnos a lo informe.

4º CICLO

Lanzamiento | D y 2 2 a 2 8 años | H armonía

El cuarto Chakra, Anahata o chakra del corazón, está ubicado en el centro del pecho y se relaciona con el amor, la compasión y la curación. El desarrollo del chakra durante este período simboliza nuestro embarque en la exploración del mundo intangible. Es un momento en el que los asuntos del corazón varían desde abrumadores hasta abarcantes. Es la base de una vida armoniosa.

A medida que desarrollamos nuestro carácter, comenzamos el proceso de independencia. Surge también el deseo de asociación con otra persona. Desarrollar el Chakra del Corazón nos acerca a satisfacer las necesidades emocionales y físicas del alma. Comenzamos a experimentar lo que es el amor y, por primera vez, reflexionamos sobre lo que podría estar faltando.

A menudo, lecciones de esta naturaleza nos enseñan cómo encontrar la compasión, pero como aún no hemos abierto nuestro chakra de la garganta, tenemos dificultades para expresar esta conexión.

5º CICLO

Vocalización | D y 2 9 a 3 5 años | Sentido práctico

El quinto chakra, Vishuddha (que significa purificación), es la sede de la comunicación. Se encuentra en la garganta y es donde experimentamos la autoexpresión. Aquí es donde reside nuestra naturaleza filosófica.

Finalmente encontramos nuestra voz y comenzamos a confiar en nuestra propia opinión. Descubrimos que nuestra experiencia tiene valor.

Nuestra creatividad se agudiza y empezamos a ver el mundo desde una perspectiva diferente. Se produce un fortalecimiento del ego y, a lo largo de esta fase, nuestra verdad comienza a solidificarse.

6º CICLO

Iluminación interior | 3 6 - 4 2 años | Percepción

El sexto chakra, Ajna (que significa percibir), es llamado popularmente el tercer ojo, ya que está ubicado entre los ojos y en el centro de la frente. Es en este punto que desarrollamos la intuición y la sabiduría. Está directamente relacionado con la glándula pineal.

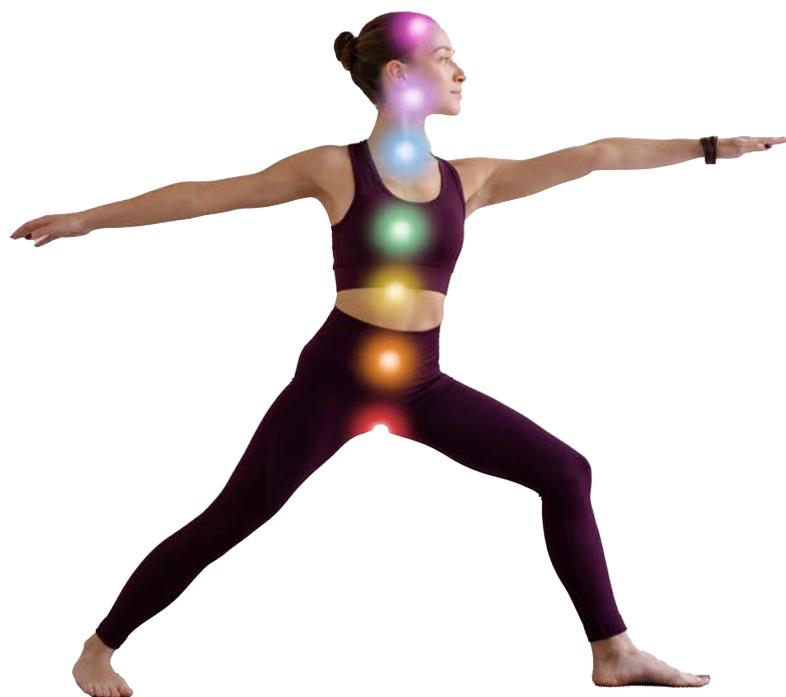
Nuestra intuición, imaginación, percepción y conexión con la voz universal se manifiestan en esta etapa. Es cuando aprendemos a decidir por nosotros mismos. Nuestra expresión de Ajna en este ciclo nos ayuda a comprender la totalidad del mundo. Comenzamos a ver cuánto impacto tenemos en el mundo y qué debemos hacer.

7º CICLO

Autorrealización | Edad 43 - 49 | Y la espiritualidad

El séptimo chakra, Sahasrara (que significa mil veces), se encuentra en la parte superior de la cabeza y es nuestra conexión con todo lo que existe. Es nuestro enlace externo a la fuente. Aquí es donde se accede a los planos superiores de conciencia. Es el lugar de la felicidad y de donde derivamos nuestra esencia espiritual.

Nuestra conexión con la fuente comienza a tomar forma. La persona que se está desarrollando comienza a reconocer que es parte de algo más grande. Muchos buscan una conexión con la fuente en este punto, o comenzar a reavivar el lugar donde alguna vez estuvimos. El individuo se autorrealiza y comienza a mirar el mundo desde la perspectiva de saber que nuestro tiempo aquí es limitado. La mortalidad se cuestiona cuando buscamos una conexión con aquello que ignoramos en nuestra juventud.





ENERGÍA **Kundalini**



El sistema sutil humano es muy complejo, compuesto por miles de canales que transportan energía por todo el cuerpo. Las concentraciones de energía en el sistema sutil se llaman Chakras ("ruedas" en sánscrito) o centros.

El sistema Kundalini está gobernado por tres canales verticales primarios de energía, llamados "Nadis" en sánscrito, y siete chakras principales. A través del proceso de autorrealización, nuestro sistema energético se activa plenamente con el despertar de la Kundalini, que limpia y equilibra todo el sistema e ilumina las cualidades de los chakras dentro de nosotros.

Este despertar se produce a través de nuestras acciones, pensamientos, emociones y alineación energética. Una persona que busca constantemente el desarrollo está activando sus canales de energía internos.

Autorrealización

La autorrealización se alcanza cuando se despierta la Kundalini, que es la energía maternal y espiritual. La energía Kundalini se eleva desde la columna vertebral. Como resultado, todos los centros de energía (o chakras) se energizan y nutren. Cuando esta energía pasa por el cerebro, alcanzamos espontáneamente el silencio mental y un estado superior de conciencia.

Los Nadis (canales de energía)

Dentro de nuestro sistema sutil, hay 3 canales de energía. Corresponden a los sistemas nerviosos simpático y parasimpático.

A. El canal izquierdo

El canal izquierdo corresponde a nuestro pasado, emociones y deseos. Va al superyó, en el lado derecho del cerebro. El superyó almacena nuestros recuerdos, hábitos y condicionamientos. La mayor cualidad del lado izquierdo es la alegría, que es la naturaleza del espíritu.

B. El canal central

El canal central es el canal de nuestra ascensión y crecimiento espiritual. Es el conducto que sostiene nuestra evolución y nos guía, consciente o inconscientemente, hacia niveles superiores de percepción, culminando en el Sahasrara, nuestro chakra más alto.

C. El canal correcto

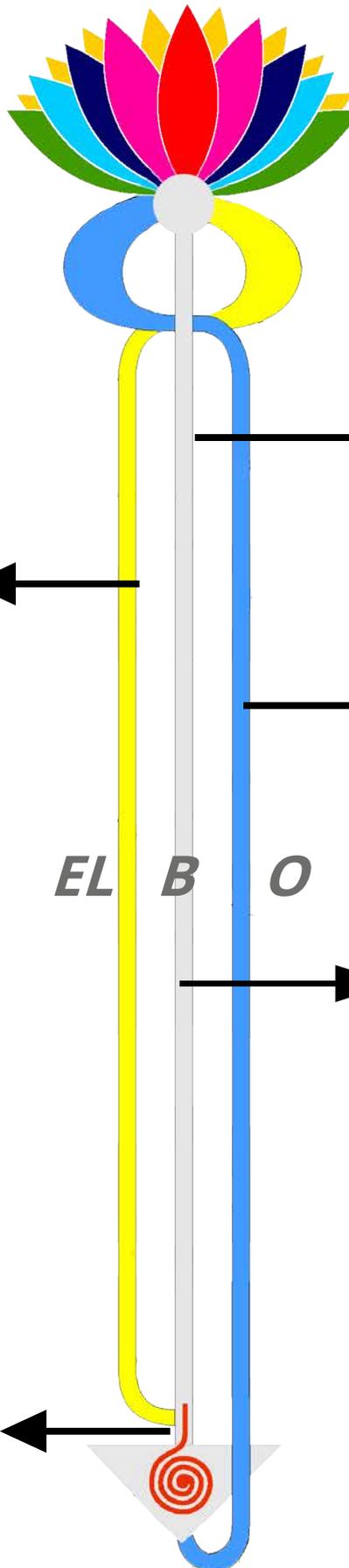
El canal correcto corresponde a nuestra actividad física y mental. Termina con el ego del cerebro izquierdo. El ego nos da un sentido de individualidad. El canal correcto es el canal para nuestra energía de acción.



Canal - Acción
Solar



canal anal - Acción
luna



ENERGÍA
CÓSMICO
UNIVERSAL

LADO
IZQUIERDA
(PASADO)

Emociones, sentimientos
tose, rencor, afecto-
ciones, recuerdos,
experiencias

LADO BIEN
(FUTURO)

Actividades físico
y mental, plan-
tamento, objetivos, so-
ños, deseos.

EL BO

CANALDO
BASTANTE
(PRESENTE)

Equilibrio, armonía
de los canales, crecer-
cimiento espiritual,
evolución y desarrollar-
desarrollo.

ENERGÍA
TELÉFONO RICA
TIERRA

¿QUÉ ES UN CANAL? ¿TIC ENERGÉTICO?

La energía interna viaja por todo el cuerpo a través de tres canales de energía o nadis. Los tres nadis son: el canal izquierdo, el canal derecho y el canal central. Los tres trabajan perfectamente juntos para integrar y equilibrar tu energía interior. Cada uno también juega un papel en el mantenimiento de tus emociones, estados de ánimo y salud física.

EL PAPEL HACER CANAL IZQUIERDA

Tu canal de energía izquierdo (llamado Ida nadi en sánscrito), también conocido como el canal lunar, comienza en el Chakra Mooladhara y viaja por el lado izquierdo de tu cuerpo, terminando en el área del superyó en el lado derecho de tu mente-cerebro. El superyó es el depósito de todos tus recuerdos, hábitos y condicionamientos. El superyó es también la zona del cerebro que fomenta el comportamiento moral.

La alegría es una cualidad esencial asociada con la energía del canal izquierdo.

Es como la alegría de un bebé o un niño pequeño. ¿Recuerdas cuando eras niño y te despertabas feliz cada mañana? Como adultos, anhelamos esta alegría, aunque no sea fácil de encontrar. Puede que haya sido bloqueado o "herido" por nuestras experiencias de vida.

Sin embargo, todavía vive dentro de nosotros y puede despertarse a través de la meditación. Si tienes un problema con la energía de tu canal izquierdo, puedes experimentar extremos. Esto incluye cambios repentinos de humor, pasando de la euforia a la depresión, por ejemplo. También puede experimentar letargo extremo y pasividad.

La mayoría de nosotros hemos tenido un día en el que no tuvimos el coraje de levantarnos del sofá. ¿Recuerdas la falta de energía, el deseo de no hacer nada? Esta sensación puede ser causada por un problema en tu canal energético izquierdo.

En resumen, tu canal de energía izquierdo influye en tus emociones, sentimientos y deseos y está conectado con tus recuerdos del pasado.

CANALES DE PAPEL BIEN

El canal derecho (Pingala nadi), también llamado canal solar, comienza en tu **Chakra Svadhistanay** y sube por el lado derecho del cuerpo, terminando en el área del ego, que es la “zona” del cerebro encargada de construir el Ser y distinguirlo de los demás seres.

La acción y la planificación son cualidades esenciales asociadas con el canal de energía correcto. Él dirige tus actividades mentales y físicas.

Sin embargo, la demanda de energía en el lado derecho puede ser tan grande que el lado izquierdo se debilite. Cuando esto sucede, tu deseo de alegría puede evaporarse y te vuelves gruñón e irritable. Es posible que incluso sientas ganas de gritarle a todo el mundo o de “perder el control” por situaciones triviales.

Probablemente hayas tenido que tratar con personas estresadas, irritadas o muy agitadas. Puede resultar difícil mantener el equilibrio emocional cuando nuestros entornos laborales y escolares son negativos. Puede ser especialmente difícil cultivar este equilibrio si el conflicto está en el entorno familiar.

La concientización es el primer paso para corregir el desequilibrio. Es necesario practicar técnicas de meditación y acceder a tu energía interior para restablecer la armonía.

En resumen, tu canal de energía correcto influye en tu capacidad de planificar el futuro y actuar. También revela sombras o un lado negativo de las emociones como la ira, la irritabilidad y el estrés. Tu canal derecho piensa en términos de “yo” y “mío”.

Un desequilibrio o exageración de estas emociones negativas puede hacer que resulte desagradable estar cerca de esa persona.

CANALES DE PAPEL CENTRAL

Tu canal de energía central (Sushumna nadi), también llamado camino medio, viaja desde el hueso sacro en la base de tu columna vertebral (donde reside tu energía interna) hacia el chakra Sahasrara.

Es el canal que ayuda a tu crecimiento espiritual. De hecho, diríamos que te sentiste atraído hacia Sahaj Yoga por la fuerza de su canal central.

El canal de energía central se puede utilizar para ayudarle a construir una versión mejorada de sí mismo y se centra en los aspectos más sutiles de la vida. Todo tu sistema de energía sutil está integrado en el chakra Sahasrara. Es el chakra más importante para el crecimiento espiritual y la meditación.

También es el chakra en el que tu energía interior tiene la capacidad de alcanzar su máximo potencial. Limpiar las obstrucciones en el canal energético central es una herramienta importante de Sahaj Yoga. Cuando estás en equilibrio, tu canal central permanece limpio. Esto allana el camino para que la energía Kundalini suba suavemente hasta el chakra Sahasrara.

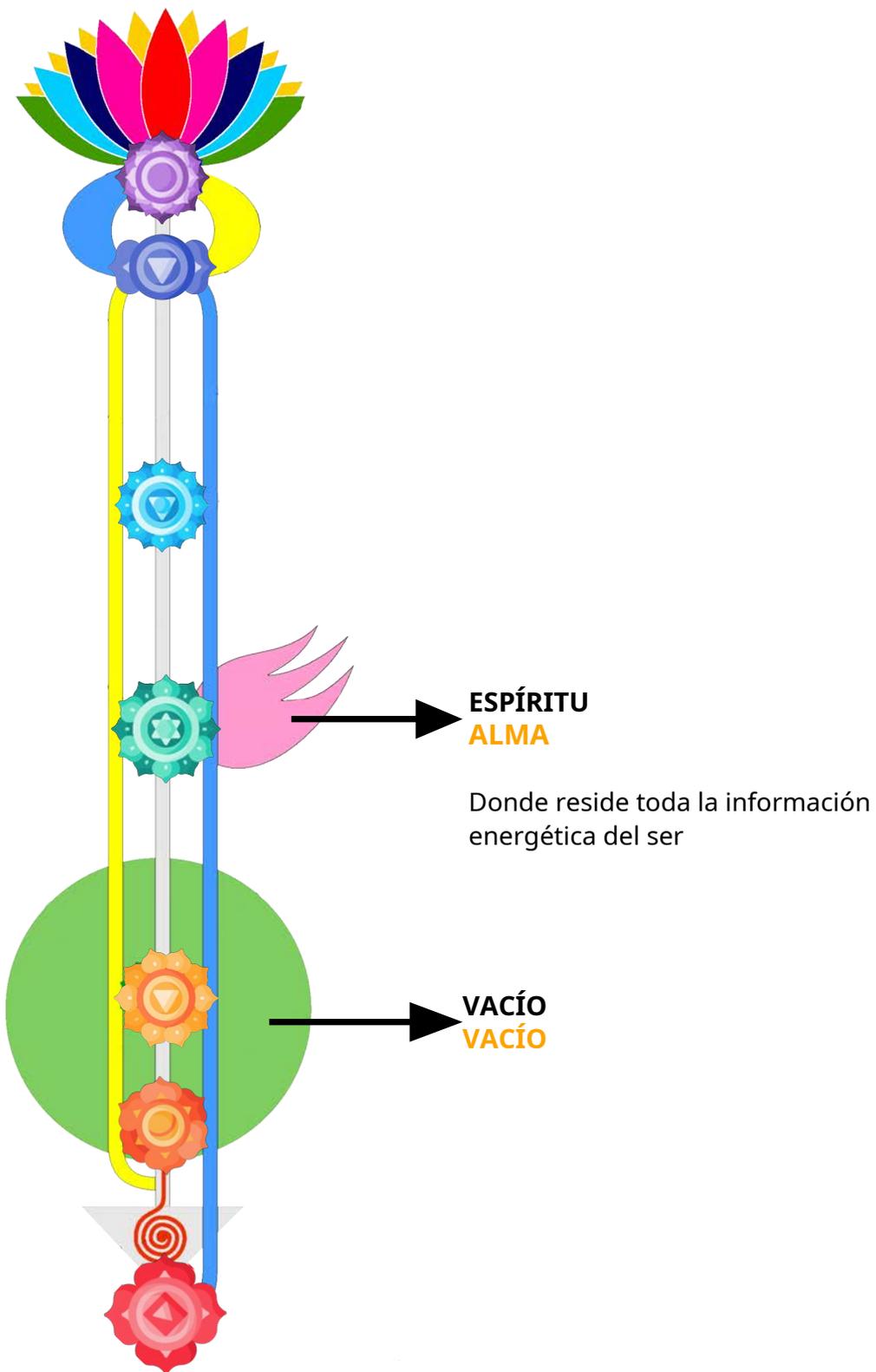
Cuando esto sucede la Energía Interna se une con la Energía Divina. El funcionamiento adecuado del canal central es crucial para mantener el equilibrio energético.

En cierto modo, este canal representa la esencia del equilibrio y el propósito principal de la meditación.

Es más fácil de entender si visualizas

Lo explicamos de la siguiente manera: los canales energéticos izquierdo y derecho son para equilibrar las emociones, los deseos y también las acciones, determinando la forma de vivir y disfrutar la vida.

Al mismo tiempo, la energía del canal central sirve a la evolución espiritual, para convertirnos en versiones mejoradas de nosotros mismos. Al mantener los tres canales equilibrados, desarrollas el poder de gestionar tu vida y todos sus desafíos con facilidad, contribuyendo también al propósito de disfrutar los placeres de una manera más significativa.



1. Mooladhara Chakra (Inocencia)

El primer chakra se encuentra debajo del hueso sacro, donde reside la Kundalini y su aspecto principal es la inocencia. La inocencia es la cualidad por la cual experimentamos la alegría pura e infantil, sin las limitaciones del prejuicio o el condicionamiento. La inocencia nos da dignidad, equilibrio y un tremendo sentido de dirección y propósito en la vida. No es más que sencillez, pureza y alegría.

Kundalini (Energía Materna)

Kundalini es la fuente primordial de toda energía. Es una energía viva que sabe actuar. Antes de la autorrealización, la Kundalini se encuentra latente en el hueso sacro, en la base de la columna vertebral. A medida que Kundalini asciende por nuestro canal central, purifica nuestro sistema sutil y nuestros chakras. Genera el poder del deseo puro, el poder de evolucionar y alinearse con el espíritu.

2. Swadishthan Chakra (Creatividad)

El segundo chakra es el chakra de la creatividad, la atención pura y el conocimiento. Es el que nos conecta con la fuente interior de inspiración y nos permite experimentar la belleza que nos rodea.

3. Nabhi Chakra (Paz)

El tercer chakra es el que nos despierta a la generosidad, la satisfacción y el contento. Cuando está iluminado, el chakra Nabhi nos da ascensión espiritual, rectitud y un sentido interno de moralidad y equilibrio en todos los niveles de nuestras vidas.

3a. El Vacío (El Gurú)

Alrededor del segundo y tercer chakra está el Vacío, que representa el principio de maestría dentro de nosotros. En Sahaja Yoga te conviertes en tu propio maestro, tu propio guía espiritual, porque puedes sentir tu sistema sutil al alcance de tu mano.

4. El chakra del corazón (amor y compasión)

El cuarto chakra, el chakra del corazón, es donde reside nuestro Espíritu, nuestro verdadero Ser, que es puro y no se ve afectado por nada. Brilla como un diamante escondido dentro de nosotros, presenciando todas nuestras acciones. Es en el corazón donde se manifiestan la compasión y el amor. El chakra del corazón es también el que nos da sentido de responsabilidad y empatía, así como confianza en nosotros mismos.

5. Vishuddhi Chakra (Colectivo)

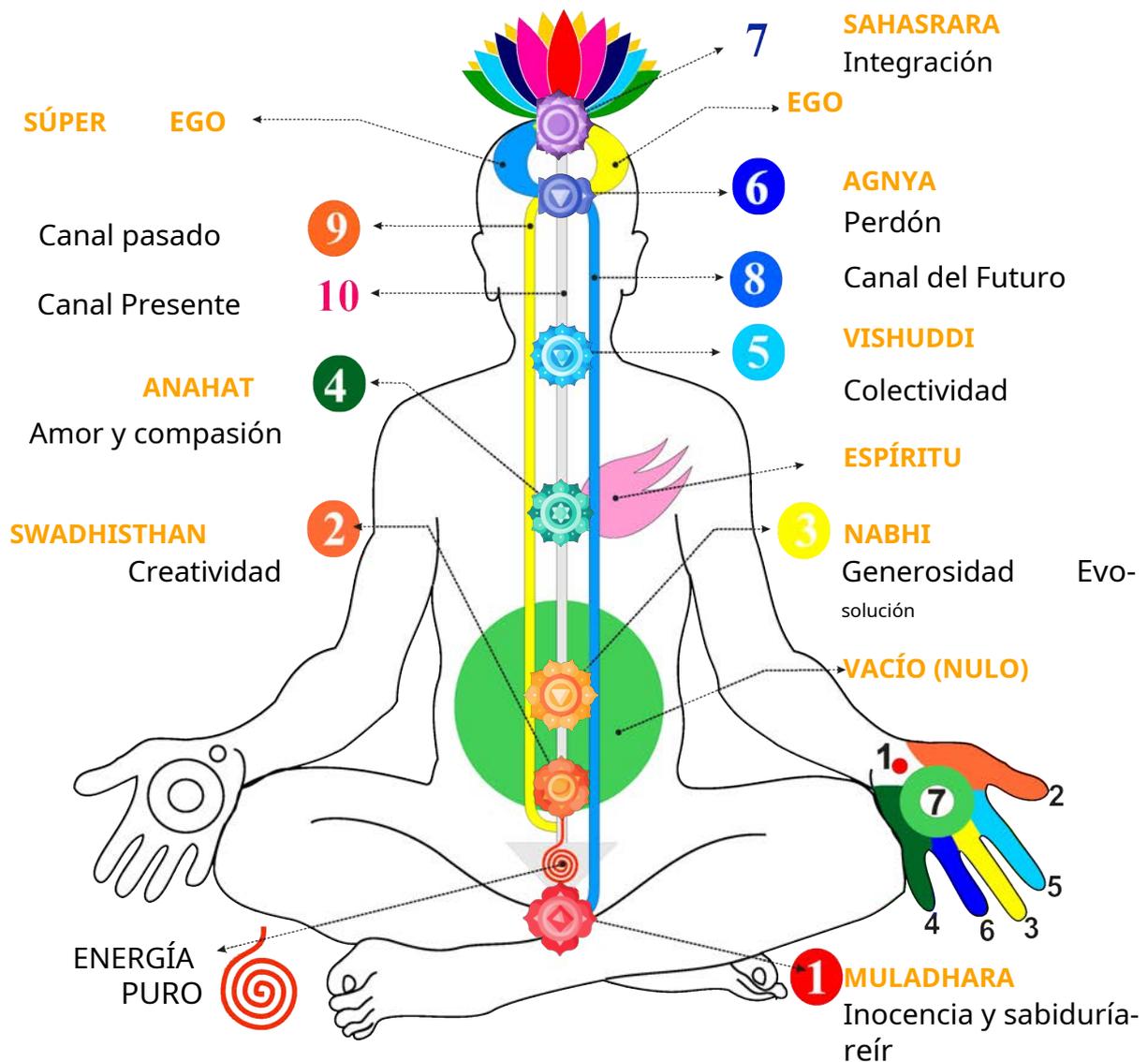
El quinto chakra es el chakra de la diplomacia, las relaciones puras con los demás y el desapego lúdico. Elimina nuestros sentimientos de culpa y nos da una voz amable y compasiva. Vishuddhi es el chakra que nos da conexión con el todo, permitiéndonos sentirnos parte integral del todo.

6. El Agnya Chakra (Perdón)

Las cualidades del sexto chakra son el perdón y la compasión. El perdón es el poder de dejar ir la ira, el odio y el resentimiento y descubrir, con humildad, la nobleza y la generosidad del espíritu. Es el que disuelve todo nuestro ego, condicionamientos, hábitos, prejuicios y todos nuestros malos juicios. Es el camino que debe recorrer nuestra conciencia para ascender a su destino final, que es el séptimo centro.

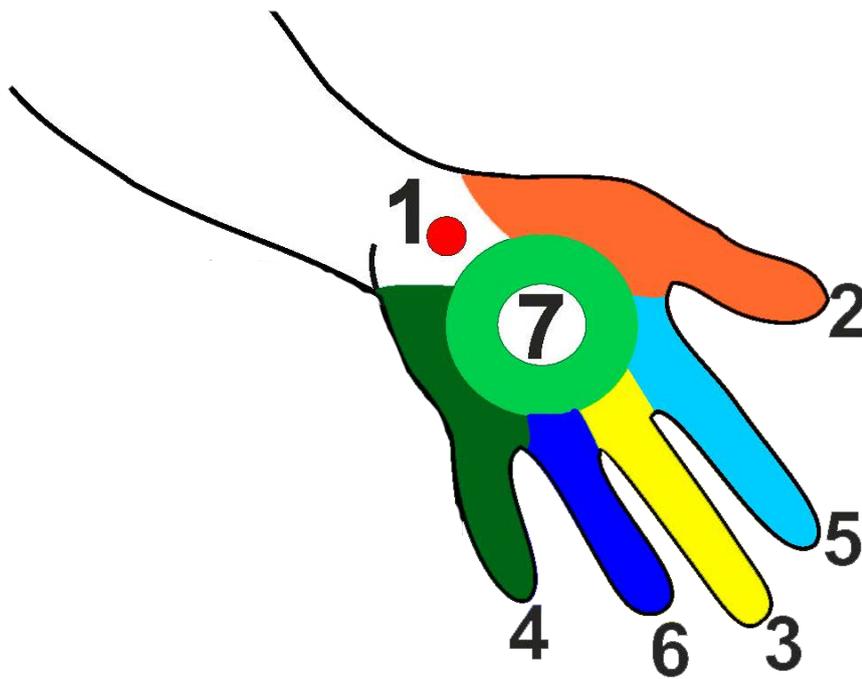
7. El chakra Sahasrara (integración)

El séptimo centro integra todos los chakras con sus respectivas cualidades. Es el último hito en la evolución de la conciencia humana.





- | | | | | | |
|--------------------------|---|--------------|--------------------|---|-------------|
| 1. Chakra raíz | → | Inocencia | 6. Tercer ojo | → | Perdón |
| 2. Chakra sacro | → | Creatividad | 7. Coronario | → | Integración |
| 3. Plexo solar | → | Satisfacción | 8. Canal izquierdo | → | Pasado |
| 4. Chakra del corazón | → | Seguridad | 9. Canal derecho | → | Futuro |
| 5. Chakra de la garganta | → | Diplomacia | 10. Canal Medio | → | Presente |





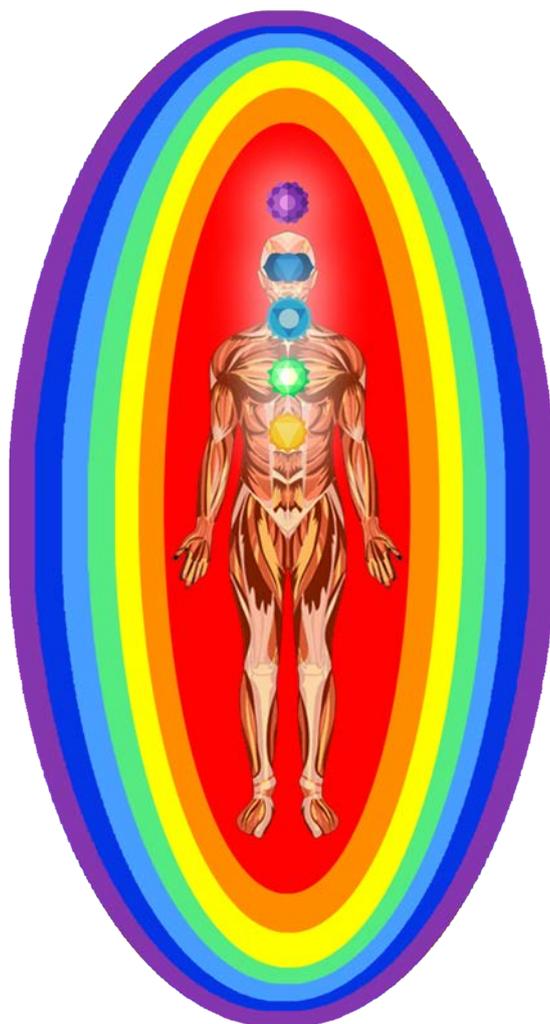
**CUERPOS
SUTILES**



CAMPOS ESPECIALES

Hay muchos biocampos diferentes que regulan diversas funciones mentales, emocionales, espirituales o físicas. La siguiente lista de biocampos se basa en el trabajo de Barbara Ann Brennan y otros.

- **Campo físico:**Más baja en frecuencia. Regula el cuerpo humano.
- **Campo etérico:**Diseño de la estructura física que lo rodea. También hay un campo etérico para el alma.
- **Campo emocional:**Regula el estado emocional del organismo.
- **Campo mental:**Procesa ideas, pensamientos y creencias.
- **Campo astral:**Un puente entre los reinos físico y espiritual. Independiente del tiempo y del espacio.
- **Modelo etérico:**Existe sólo en el plano espiritual y posee el poder más elevado.
- ideales de existencia.
- **Campo celeste:**Accede a energías universales y sirve como modelo para campos etéricos.
- **Campo causal:**Dirige los niveles inferiores de existencia.





CUERPO FÍSICO



MENTAL SUPERIOR



CUERPO ETÉRICO



CUERPO BUDISTA



CUERPO ASTRAL



CUERPO FORMICO



MENTAL MÁS BAJO

FÍSICO

ET ES RICO

ASTRAL

MENTAL INFERIOR

MENTAL SUPERIOR

BUDISTA

EN TMICO





CUERPO FÍSICO

El cuerpo físico es la cáscara carnosa en la que vivimos, algo parecido a un traje de buzo, pesado y casi incómodo, que utilizamos para actuar en el medio físico. Está formada por compuestos químicos hábilmente manipulados para mantener la vida.

De hecho, hay vida en cada elemento de estos compuestos químicos, todo es vida dentro de nosotros. Nuestra existencia se basa en un conjunto de miríadas de vidas más pequeñas que se organizan a sí mismas.

- a.

Nuestro cuerpo opera en el entorno físico con facilidad, ya que el cuerpo y el entorno físico pertenecen a la misma dimensión electromagnética.

Este cuerpo físico está formado de materia densa en estado sólido, líquido y gaseoso. Es a través de este vehículo que el espíritu actúa en el plano físico denso. Todos los componentes químicos del cuerpo físico son necesarios y útiles para que el espíritu entre en contacto con ellos.

el medio ambiente y recibir de él la información necesaria para sus acciones en el plano terrenal.

Cada cuerpo se forma según los propósitos de una mayor espiritualidad para las diversas situaciones kármicas que necesitará atravesar y, después del final del aprendizaje de la encarnación, el cuerpo físico perderá toda su vitalidad, dejando libre al espíritu, mientras que el cuerpo regresa sin vida y deteriorado a la materialidad orgánica que lo constituyó.

Finalmente, nos damos cuenta de la importancia del cuerpo físico como un verdadero templo viviente, que debe ser protegido, cuidado y cultivado como un patrimonio importante.





CORPOET ES RICO

El doble etérico actúa como transformador de energías densas y sutiles. Recibe energías del cuerpo astral para transferirlas al cuerpo físico y de allí las devuelve al cuerpo astral en un proceso de constante intercambio y transmutación. Los más sutiles descienden del astral a través del doble etérico para vitalizar el cuerpo físico; De la misma manera, las energías más densas del cuerpo físico regresan al cuerpo astral filtradas por el doble etérico.

Este ciclo continuo de flujo y reflujo de energías mantiene la estabilidad vital de los vehículos de manifestación que el espíritu utiliza, en los diversos planos en que vibra, simultáneamente.

La enfermedad en el doble etérico a menudo surge como una respuesta natural a los desequilibrios en el cuerpo astral al que está subordinado.

Otras veces se manifiesta por la ausencia o exceso de concentración.

ción de energía ectoplásmica.

Cuando el desencarnación es asistido por espíritus superiores, estas energías se dispersarán para que no sean utilizadas en fines menos nobles, ya que no tienen finalidad alguna para quien desencarna.

Mientras que el cuerpo somático está compuesto de sólidos, líquidos y gases que forman células, tejidos, órganos y aparatos, el cuerpo etérico está formado por los mismos elementos y minerales, estructurados, pero en un estado tan tenue que escapa por completo al escrutinio de laboratorio.

Aunque parece un fantasma, el cuerpo etérico no es espiritual y se disuelve al morir o unas horas después. A veces se ve en los cementerios, en forma de una nube ligera que se disuelve gradualmente.

Puede servir de alimento vital para los espíritus humanos inferiores y la inmensa variedad de seres que habitan el astral.

A través de la estructura etérica, todos los actos volitivos, deseos, emociones y cualquier manifestación de conciencia superior comienzan a actuar sobre el cuerpo físico o, más precisamente, sobre el cerebro.

Esta estructura rodea el cuerpo físico y es extremadamente tenue, invisible al ojo humano, de naturaleza electromagnética y con una longitud de onda mayor que la ultravioleta.

Cuando este etérico es exudado (eliminado) de los sensitivos o médiums, proporciona fenómenos espirituales que involucran manifestaciones de orden físico, como las "materializaciones",

teletransportación, disolución de objetos y otros.

El material exudado se conoce como ectoplasma.

El doble etérico tiene la función de establecer la salud, de forma automática, sin la interferencia de la conciencia. Actúa como mediador plástico entre el cuerpo astral y el cuerpo físico. Tiene su propia individualidad, pero no tiene conciencia. Promueve la acción de los actos volitivos, deseos, emociones, etc., nacidos en la "Conciencia Superior". La mayoría de las enfermedades te atacan primero.

En este cuerpo se realizan, por regla general, las llamadas cirugías astrales, que pueden exteriorizarse o separarse del cuerpo físico mediante pases magnéticos.

Es fácilmente visualizable por personas sensitivas entrenadas. Se disocia del cuerpo físico poco después de la muerte y luego se disuelve en cuestión de horas.

El doble etérico tiene la misma estructura que el cuerpo físico e incluye todas las partes anatómicas y todos los órganos.

Así, todos los órganos del cuerpo físico tienen su contraparte etérica, están unidos punto por punto y ocupan el mismo espacio. El cuerpo etérico es una réplica del cuerpo físico.

El doble etérico es responsable de la elaboración del ectoplasma, junto con el alimento y el oxígeno absorbido y manipulado por el cuerpo físico.

Tiene dos funciones principales: la primera es absorber prana o vitalidad y enviarlo a todas las regiones del cuerpo; El segundo es servir como mediador entre

entre el cuerpo y lo espiritual, transmitiendo a este último la conciencia de los contactos sensoriales y, además, permitiendo que el sistema nervioso sea consciente del plano espiritual.

Prana es la vitalidad, la energía constructora que coordina las moléculas y las ensambla en un organismo definido. Prana vitaliza el doble etérico y, a través de él, el cuerpo físico. La salud del cuerpo depende en gran medida de la cantidad de prana distribuida.





● CUERPO ASTRAL

El nombre de cuerpo astral se da a la envoltura espiritual más cercana a la materia, que puede ser fácilmente visualizada por los clarividentes. Todos los espíritus que se incorporan a los médiums tienen esta estructura corporal sutil. Es tan necesario para la manifestación del espíritu, en la dimensión en que se encuentra (astral), como lo es el cuerpo para los humanos.

Es con este cuerpo que los espíritus viven en la dimensión astral; Quienes se comunican regularmente en sesiones espirituales tienen esta corporalidad más o menos densa, dependiendo del nivel evolutivo de su poseedor. Los que ya no lo tienen, por estar más evolucionados, se comunican con los médiums sin incorporación.

El cuerpo astral es inmaterial y de naturaleza magnética, no tiene una constitución fluida como el doble etérico, no se condensa ni forma objetos materializados.

Sin embargo, puede moldearse mediante la acción de la fuerza mental, con relativa facilidad.

Tiene forma humana. Es la envoltura espiritual más cercana a la materia, la cual puede ser vista por los médiums clarividentes.

El cuerpo astral no tiene la misma densidad en todas las criaturas humanas.

Su forma puede ser modificada por voluntad o por la acción de energías negativas autoinducidas.

La mayoría de las manifestaciones mediúnicas, conocidas como incorporación, se producen a través del cuerpo astral, el cual está dotado de emociones, sensaciones, deseos, etc., en mayor o menor grado, dependiendo de la evolución espiritual.

El cuerpo astral sufre enfermedades y deformaciones resultantes de los vicios, el sexo descontrolado, la práctica persistente del mal y otras acciones "pecaminosas".

Se separa fácilmente durante el sueño natural o inducido, por traumatismos o golpes fuertes, así como por la voluntad de la mente.

Los espíritus que no tienen este cuerpo debido a su evolución se comunican con los médiums a través de la intuición mental.

El Cuerpo Astral puede desprenderse (desdoblarse) del Cuerpo Físico debido a la anestesia, coma alcohólico, drogas, shock emocional o desdoblamiento apométrico de la misma forma que el Doble Etérico.

Es con él que, en el trabajo con el

Técnica de apometría, proyecciones astrales conscientes u oníricas, viajamos y actuamos en el tiempo y el espacio.

El cuerpo astral es el vehículo intermediario de manifestación y evolución de los espíritus desencarnados, estando constituido con las energías de la estrella en que viven. En los procesos de reencarnación, este cuerpo es el modelador del cuerpo físico, subordinándolo a su campo de acción a través de una irradiación que no puede ser detectada por los instrumentos tecnológicos de que disponemos. Es un vehículo muy sensible al drenaje o absorción de energías negativas provenientes de la acción de la mente que lo comanda. También está sujeto a degradación y deformación debido a las fuerzas del planeta en el que está almacenado. Su organización molecular y estabilidad funcional dependen del grado de evolución espiritual alcanzado por su habitante.

El cuerpo astral puede desorganizarse o reorganizarse más rápidamente que el cuerpo físico debido a su baja densidad. Nuestro equilibrio emocional, regido por el patrón de sentimientos que alimentamos, es un factor determinante en el equilibrio de fuerzas en este cuerpo.

Las enfermedades en el cuerpo astral aparecen rápidamente, siempre como resultado de desequilibrios mentales y desequilibrios emocionales. Su organización energética muy sutil lo hace extremadamente sensible a las ondas de pensamiento de su habitante y de aquellos con quienes interactúa.

En el caso de los seres encarnados, las disfunciones en el cuerpo físico surgen tras superar una barrera energética.

formado por el doble etérico. Por esta razón, no siempre son detectados por el cuerpo físico, aunque ya sean percibidos intuitivamente por el paciente. Por eso, a menudo nos quejamos de dolores que señalan el comienzo de un proceso desarmónico que aún no ha sido identificado mediante exámenes clínicos.

El cuerpo astral interpenetra los cuerpos físico y etérico, trascendiendo sus límites; Su forma se asemeja a un huevo. La energía generada por sentimientos de odio, venganza, calumnia, egoísmo y otros se instala en la parte inferior de este cuerpo, adelgazando la parte superior. Por el contrario, los sentimientos de amor, devoción, armonía o caridad, por ejemplo, se depositan en la parte superior, dejando la parte inferior más puntiaguda. Por lo tanto, cuando los clarividentes ven el cuerpo astral de una persona con la parte superior más delgada, se sabe que predominan los sentimientos más groseros.

Durante el sueño físico, el cuerpo astral se separa naturalmente del cuerpo físico y comienza a funcionar como un vehículo independiente de conciencia, aunque ambos continúan conectados por el llamado cordón plateado o hilo dorado: entramos en el mundo de los sueños, donde realizamos nuestro viaje astral.



MENTAL MÁS BAJO

Es el campo del razonamiento elaborado. De él surgen los poderes de la mente, el conocimiento, la memoria y el discernimiento, porque es la sede de la conciencia activa y manifestada.

Así como las sensaciones físicas y las emociones fluyen del cuerpo astral, el vehículo mental puede considerarse la fuente de la intelectualidad.

Es un puente que conecta y armoniza el binomio razón-emoción.

Es el cuerpo que abarca las percepciones simples, a través de los cinco sentidos, evaluando el mundo a través del peso, el olor, el color, el tamaño, el sabor, el sonido, etc.

Es el repositorio de lo cognitivo, la primera gran base de datos donde la mente física busca la información que necesita.

Está más relacionado con el Ego inferior o Personalidad encarnada.

Este cuerpo, cuando está desequilibrado, genera serias dificultades de comportamiento, como complacencia, búsqueda desenfrenada de placeres mundanos, adicciones, etc.

Normalmente su forma es ovalada, pero en casos raros puede tener forma triangular o rectangular. Tiene colores variables y se puede dividir en siete subniveles con los mismos atributos que le son inherentes.

Cuanto más evolucionado el hombre,
Cuanto más grande sea tu cuerpo mental.

Al igual que el cuerpo astral, el cuerpo mental alberga en su parte superior los pensamientos elevados y en su parte inferior los pensamientos más groseros, como el egoísmo, el odio, entre otros. Como cada sentimiento va acompañado de un pensamiento, las vibraciones astro-mentales dan al cuerpo mental la misma forma ovalada que el cuerpo astral, siendo el cuerpo mental más grande que el cuerpo astral.

Los pensamientos repetitivos de preocupaciones, resentimientos y mortificaciones resultan en regiones estancadas del cuerpo mental, formando zonas de heridas mentales y obstaculizando la circulación de la energía. Las personas con tales pensamientos se convierten en prisioneras de sus propias iluminaciones mentales, dando lugar a muchas enfermedades psicosomáticas, además de ser terreno fértil para la atracción de entidades astrales, culminando en procesos obsesivos.



MENTAL SUPERIOR

Representa la memoria creativa y puede percibirse a través de la clarividencia.

Este cuerpo es la segunda base de datos del ser humano.

Siendo la fuente del razonamiento creativo, es donde se producen los procesos responsables del avance científico y tecnológico, además de toda nuestra base filosófica. Es el organismo que hace valoraciones, formula teorías, relaciona símbolos y leyes. Desarrolla principios e ideas abstractas, realiza análisis, síntesis y conclusiones. Es la sede de las virtudes y de los graves defectos. También se le conoce como cuerpo causal.

La fuerza de la mente es poderosa y puede hacer el bien o el mal, dependiendo de la intención, por eso el sentido común dice que todo buen pensamiento es una oración y todo mal pensamiento es un hechizo. Quien vibra en el amor construye a su alrededor un campo energético que lo protege de la acción de las mentes negativas (mal de ojo, hechizos, etc.)

Es la capa energética responsable de la ley de atracción. En este punto la energía atrae todo lo que fue cultivado en los niveles anteriores.

Esta expresión energética puede ser tanto beneficiosa como perjudicial. Todo dependerá de lo que haya cultivado hasta ahora el individuo.

Es como si una señal fuera enviada por la mente/emociones y se hubiera propagado energéticamente a través del tiempo y nuestros mantos energéticos hasta la mente superior.

La gente lo nota fácilmente. ¿Alguna vez has tenido esa mala sensación cuando te acercas a alguien sin ningún motivo? Probablemente sentiste la Mente superior de esta persona.

A través de este cuerpo se generan atracciones y repulsiones. Tus tendencias personales y profesionales se generan desde este manto energético.

Es un manto que exige tiempo, energía y constancia para materializarse y constituirse. Para tratar este nivel son necesarios muchos tratamientos holísticos y fuertes cambios de hábitos y patrones mentales.

Por esta razón, este campo es considerado el manto energético del tiempo, ya que las frecuencias energéticas que aquí se propagan fueron generadas en el pasado.



CULTURISMO

Poco se puede decir de la estructura vibratoria (campo, cuerpo o dimensión) más cercana al espíritu.

Buddhi es el periespíritu en la etimología del término: constituye la primera estructura vibratoria que, envolviendo al espíritu, lo manifiesta de forma activa. Atemporal como el cuerpo mental superior, el cuerpo búdico utiliza técnicas para alcanzar la dimensión superior de las criaturas y, desde allí, buscar su pasado.

No hay manera de describir con precisión la estructura vibratoria del cuerpo búdico, debido a su distancia de nuestros patrones y medios de expresión.

Este cuerpo tiene como atributo principal el gran núcleo de potencialización de la conciencia, donde se almacenan las vivencias y acontecimientos vinculados al ser y de donde provienen las órdenes para el reciclaje permanente de las experiencias mal resueltas.



CUERPO ATMICO

Cualquier intento de describir lo que llamamos “Espíritu” será deficiente, ya que su naturaleza misteriosa ha sido reafirmada por civilizaciones durante milenios.

Sin embargo, los conceptos de la filosofía védica siguen siendo los más esclarecedores, debido a su transparencia.

Lo Absoluto, lo Universal, se manifiesta en cada ser, por pequeño que sea. Pero, precisamente porque es Absoluto, escapa a toda comprensión humana, trasciende todo lo que conocemos.

Este Absoluto omnipresente se llama Atman o Espíritu. El “cuerpo” átomico, “Espíritu” puro o Ser Cósmico constituye la Esencia Divina en cada criatura.

Sin embargo, el lenguaje humano es incapaz de describir objetivamente el espíritu.

PROPAGACIÓN DE ENERGÍA

Cuanto más energía cultivemos, a nivel físico, a través de nuestras emociones, acciones y pensamientos, mayor será nuestra propagación energética positiva.

activo.

A medida que mantenemos nuestra mente alineada, nuestras energías y pensamientos
Los cambios se propagan a las capas energéticas que nos rodean.

Para que nuestros sueños, deseos y proyectos se materialicen, debemos mantener constantemente nuestra alineación.

demasiado enérgico.

Todo emana de lo físico, especialmente la capacidad de mantener intenciones positivas.
constante activo.

Así, para impactar el mundo que nos rodea y nuestra calidad de vida, debemos cultivar la alineación energética de nuestros pensamientos y

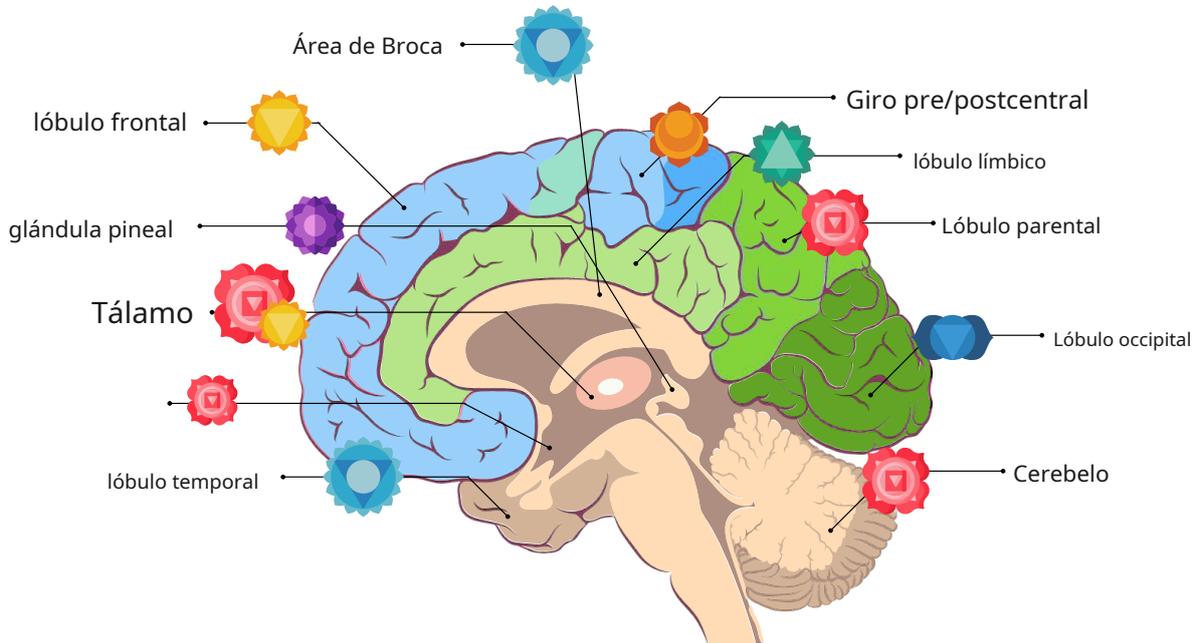
comportamiento.

La falta de esta consistencia es la razón por la que muchas personas fracasan.



ANATOMÍA **TIC ENERGÉTICO**

ANATOMÍA TIC ENERGÉTICO



lóbulo frontal(ubicado desde el surco central hacia adelante) - Responsable de la elaboración del pensamiento, planificación, programación de las necesidades individuales y la emoción.



Lóbulo parietal(ubicado desde el surco central hacia atrás) - Responsable de la sensación de dolor, tacto, gusto, temperatura, presión. La estimulación de ciertas regiones de este lóbulo en pacientes conscientes produce sensaciones gustativas. También está relacionado con la lógica matemática.



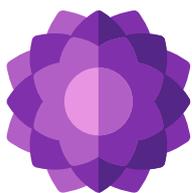
Lóbulo temporal(debajo de la fisura lateral) - Está relacionado principalmente con el sentido del oído, permitiendo el reconocimiento de tonos específicos y la intensidad del sonido. Un tumor o accidente que afecte a esta región provoca pérdida de audición o sordera. Esta área también juega un papel en el procesamiento de la memoria y la emoción.



Lóbulo occipital(formado en la línea imaginaria al final del lóbulo temporal y parietal) - Responsable de procesar la información visual. Los daños en esta zona provocan ceguera total o parcial.



Lóbulo límbico(alrededor de la unión del hemisferio cerebral y el tronco encefálico) - Está involucrado en aspectos del comportamiento emocional y sexual y con el procesamiento de la memoria.



La glándula pineal, o epífisis, produce la hormona melatonina, que está relacionada con los ciclos circadianos y varias otras funciones, como la reproducción. La glándula pineal, o epífisis, es una glándula endocrina, lo que significa que produce hormonas que se liberan y transportan en el torrente sanguíneo a varios órganos objetivo.

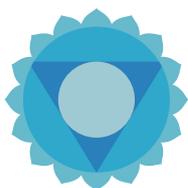
El tálamo transmite impulsos sensoriales desde receptores en diversas partes del cuerpo a la corteza cerebral. Las vías sensoriales de un impulso desde el cuerpo llegan al tálamo, que lo recibe como sensación. Esta sensación se transmite a la corteza cerebral para ser interpretada como tacto, dolor o temperatura.



El tálamo actúa como una especie de “puerta de entrada” que permite transmitir información desde múltiples canales para su procesamiento. Las investigaciones han demostrado que neuronas talámicas específicas pueden modular la transferencia de información empleando modos específicos de descarga.

Además, el tálamo es crucial para la percepción, ya que el 98% de toda la información sensorial se transmite a través de él. La única información sensorial que no se transmite desde el tálamo a la corteza cerebral es la relacionada con el olfato.

El área de Broca es la parte del cerebro humano responsable de la expresión del lenguaje y de contener los motores del habla.



Esta área se encuentra en el giro frontal inferior, que participa en el proceso de decodificación fonológica y que organizará la respuesta motora para ejecutar la articulación del habla tras recibir el estímulo transmitido y procesado por el área de Wernicke.



El hipotálamo es la región del cerebro (diencéfalo) de los vertebrados relativamente pequeños, situada encima del tálamo, cuya función es mantener la homeostasis, es decir, el equilibrio de las funciones corporales internas ajustadas al medio, principalmente a través de la coordinación entre el sistema nervioso y el sistema endocrino. El hipotálamo también produce dos hormonas, la oxitocina (OCT) y la hormona antidiurética (ADH), que son transportadas a la neurohipófisis, donde se almacenan, además de liberar factores que regulan la actividad de la adenohipófisis. Entre sus funciones, ayuda a regular la temperatura corporal, el apetito, la sed (regulando el contenido hídrico), el estrés emocional, la conducta sexual (estimulando la ira y el placer), además de inducir ritmos biológicos (ciclos circadianos).

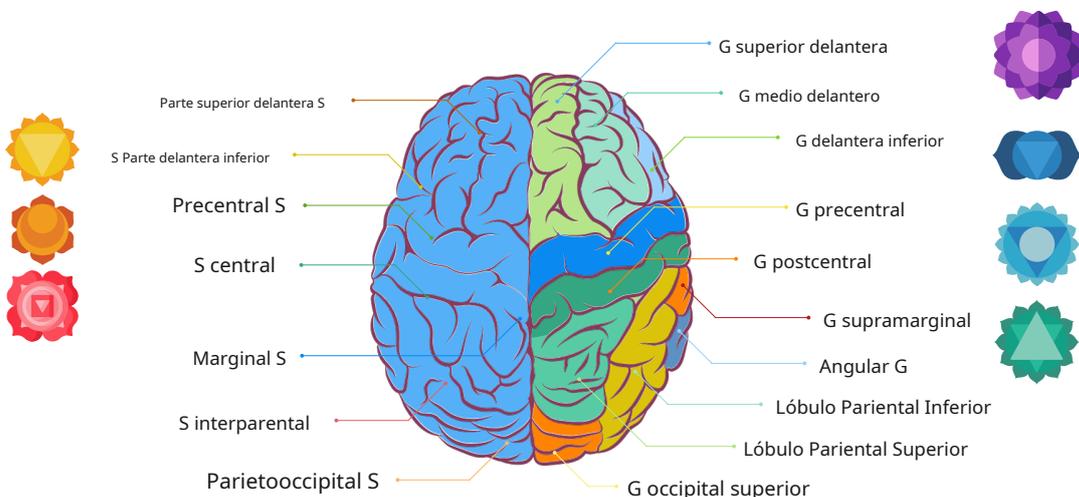
Los giros están formados por pliegues que existen en la corteza cerebral, el sitio de procesamiento de las neuronas responsables de los recuerdos, los pensamientos, el lenguaje y la percepción. El giro precentral se encuentra entre los surcos central y precentral. Es responsable de la principal función motora del cerebro.



El giro postcentral tiene funciones como: identificar la ubicación del tacto, cambios en la temperatura corporal o vibraciones; movimiento voluntario de las manos; deglución intencional; la percepción del gusto y los movimientos del lenguaje, entre otros.

El cerebelo está relacionado con varias funciones, siendo las principales la coordinación de movimientos y la participación en el equilibrio del cuerpo. El cerebelo también está relacionado con el control del tono muscular.

Anatomía del cerebro humano



HEMISFERIOS CEREBRO



La figura anterior ilustra la separación neuropsíquica de las principales funciones del cerebro. Todos tenemos esta estructura, sin embargo, la mayoría de las personas, a lo largo de su vida, terminan desarrollando más un lado que el otro.

Por eso tenemos personas más lógicas y otras más creativas. El punto que debe observar el terapeuta holístico es que a pesar de que exista una tendencia natural al desarrollo de uno de los lados, siempre debemos buscar la armonía e integración de los hemisferios, pues sólo así podremos activar y utilizar todo el potencial humano.

SISTEMA NERVIOSO

Ya sea que desee convertirse en un terapeuta holístico experto y competente o desee obtener control sobre su cuerpo, sus emociones y sus patrones de energía, es esencial que comprenda cómo funciona su cuerpo.

Al comprender el sistema nervioso humano, facilitamos la visualización de cómo se propagan las energías y la información dentro de nosotros.

El sistema nervioso permite que todo nuestro cuerpo funcione de forma integrada, recibiendo, procesando y enviando información.

Esta información se propaga a través de células especializadas, que producen impulsos electromagnéticos (sinapsis) en cadena, que se distribuyen por todo el sistema nervioso central y periférico.

Podemos relacionar estos flujos de información con frecuencias de energía.

El movimiento de tu brazo, los latidos de tu corazón, tus pensamientos, deseos, dolores, placeres... son pura energía siendo percibida a través de tus sentidos y procesada por tus mapas mentales.

Este concepto es la clave de la curación para el terapeuta holístico. Se entiende que las mismas propagaciones energéticas pueden ser utilizadas para canalizar sus intenciones positivas hacia sus pacientes a través de ciertas terapias y técnicas (reiki), con el fin de restablecer patrones energéticos inestables y discordantes.

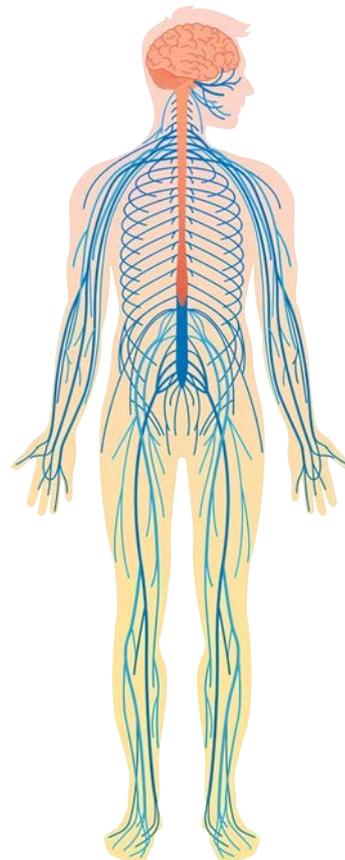
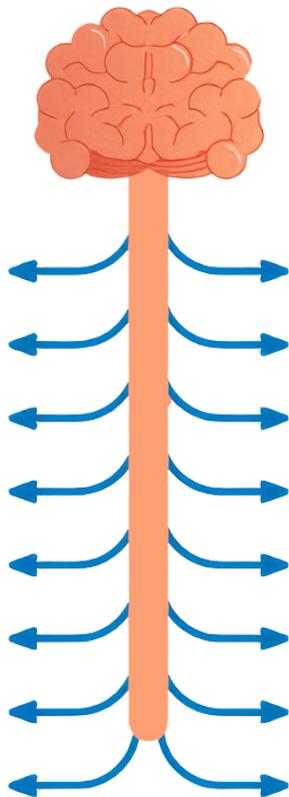
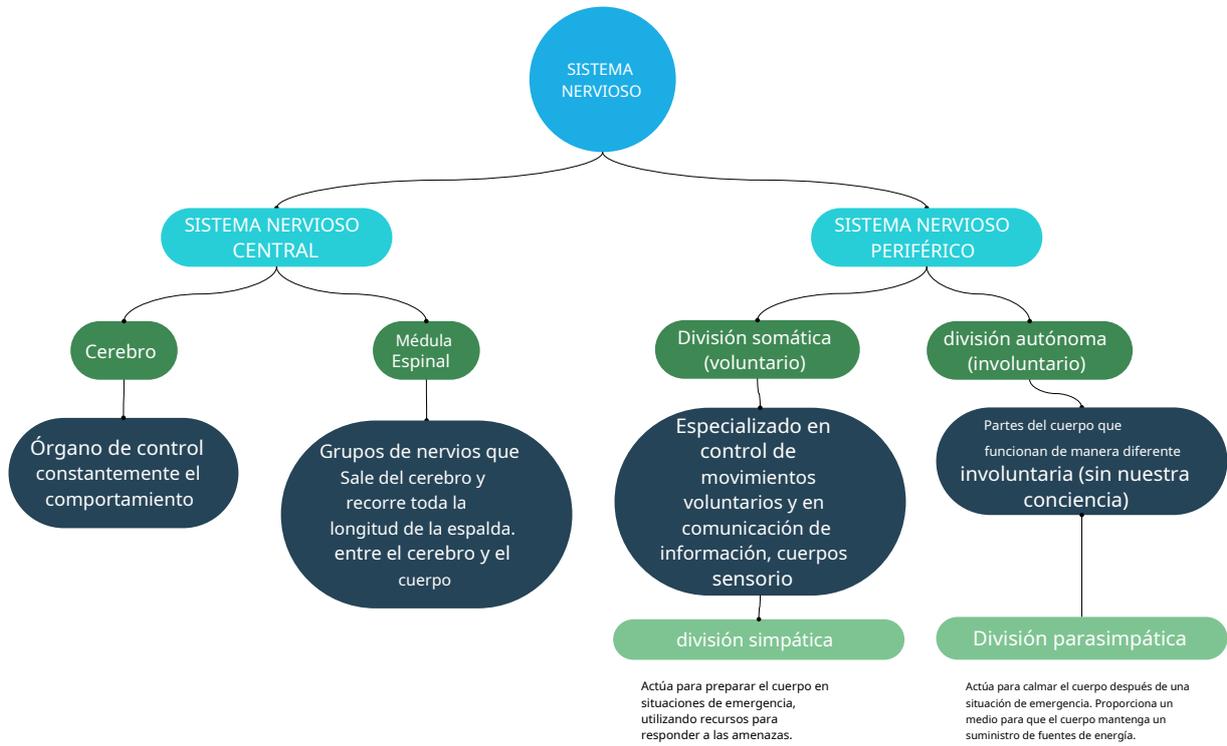
En otras palabras, usted desbordará esta energía por todo su cuerpo y sistema nervioso para que pueda ser recibida y procesada por su paciente, quien tiene un sistema cargado de frecuencias negativas.

En el Instituto llamamos a esto propagación transferencia de energía por inducción. El paciente restaura sus energías internas a través de la recepción exógena de energía.

Una buena analogía: cuando un coche no tiene batería, se realiza un procedimiento llamado "jump start", en el que se utiliza la batería cargada de otro coche que está en marcha para recargar la energía del coche con la batería muerta.

SISTEMA CENTRAL /

NERVIOSO PERIF ES RICO



SISTEMA NERVIOSO CENTRAL / PERIFERICO

Sistema nervioso central: El SNC está ubicado dentro del cráneo () y en el canal espinal (médula espinal). En ella podemos observar dos regiones bien definidas: una con sustancia gris y otra con sustancia blanca. En la sustancia gris encontramos cuerpos celulares neuronales y sus dendritas, mientras que en la sustancia blanca predomina la presencia de axones. Los axones mielinizados hacen que esta región sea más clara, de ahí el nombre de "materia blanca".

El cerebro humano, erróneamente llamado telencéfalo, es la parte del SNC alojada en el cráneo. Esta parte está formada por miles de millones de neuronas y se puede dividir en cerebro, tálamo, hipotálamo, mesencéfalo, cerebelo, protuberancia y bulbo.

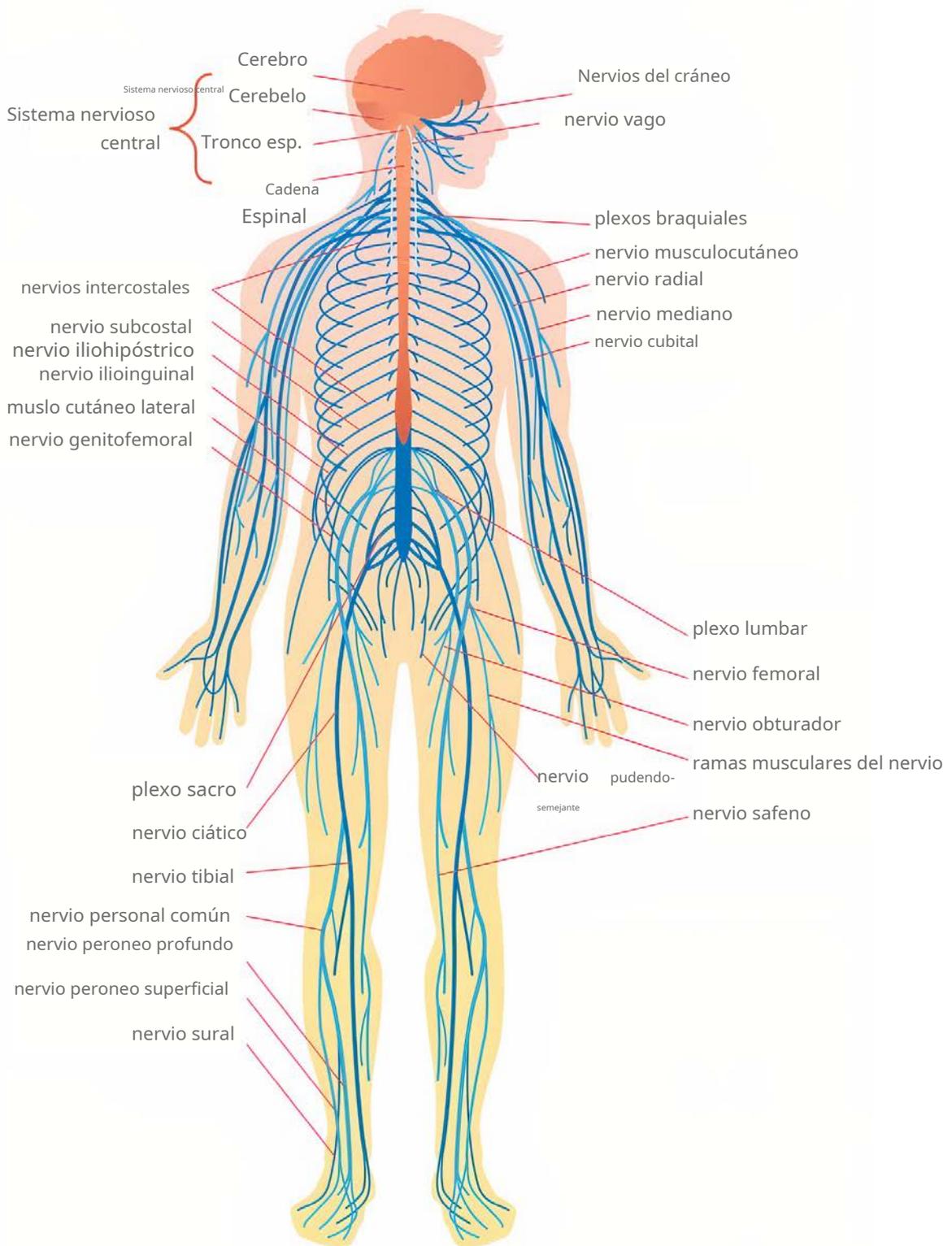
La médula espinal, que se encuentra dentro de la columna vertebral, es un cordón cilíndrico cuya función es transmitir mensajes desde el cerebro a otras partes del cuerpo y llevar los estímulos recibidos hasta el cerebro. Es de la médula espinal de donde parten los nervios conocidos como nervios raquídeos.

Tanto el cerebro como la médula espinal están rodeados por tres membranas llamadas meninges. Se denominan, de más externa a más interna, duramadre, aracnoides y piamadre. La función principal de estas membranas es proporcionar protección al SNC.

Sistema nervioso periférico: El SNP está formado por 12 pares de nervios craneales y 31 pares de nervios espinales. Los nervios craneales están conectados al cerebro, mientras que los nervios espinales están conectados a la médula espinal. Dependiendo del lugar de la columna de donde emerge el nervio espinal, recibe un nombre. Hay ocho pares de nervios cervicales, doce torácicos, cinco lumbares, cinco sacros y uno coccígeo. Los ganglios, que también forman el SNP, son dilataciones donde se ubican los cuerpos celulares.

El SNP se puede dividir en voluntario y autónomo. El SNP voluntario es responsable de inervar los músculos esqueléticos estriados que no tienen acción involuntaria. El SNP autónomo inerva el músculo liso y el estriado cardíaco, que tienen acción involuntaria.

El sistema nervioso autónomo puede dividirse en simpático y parasimpático. Mientras que el simpático generalmente se relaciona con la estimulación del metabolismo, el parasimpático se relaciona con su reducción. Un ejemplo es el latido del corazón, que es acelerado por el sistema simpático y ralentizado por el sistema parasimpático. Se observa por tanto que tienen acciones antagónicas.



SISTEMA NERVIOSO PARASIMPÁTICO

El sistema nervioso autónomo se divide en simpático y parasimpático. El sistema parasimpático es responsable de estimular las actividades de “descanso y digestión” o “alimentación y reproducción”, que ocurren cuando el cuerpo está en reposo e incluyen acciones como la excitación sexual, la salivación, el lagrimeo, la micción, la digestión y la defecación. Su acción se describe como complementaria al sistema nervioso simpático, encargado de estimular actividades asociadas a la respuesta de lucha o huida.

Sensación: Transmite información sensorial desde los órganos internos del cuerpo hasta el sistema nervioso central.

Efectos vasculares: La frecuencia cardíaca está controlada en gran medida por la actividad del marcapasos interno del corazón.

Actividad sexual: Responsable de la estimulación sensorial, producción de hormonas y secreciones que preparan el cuerpo para las relaciones sexuales.

SISTEMA NERVIOSO AMABLE

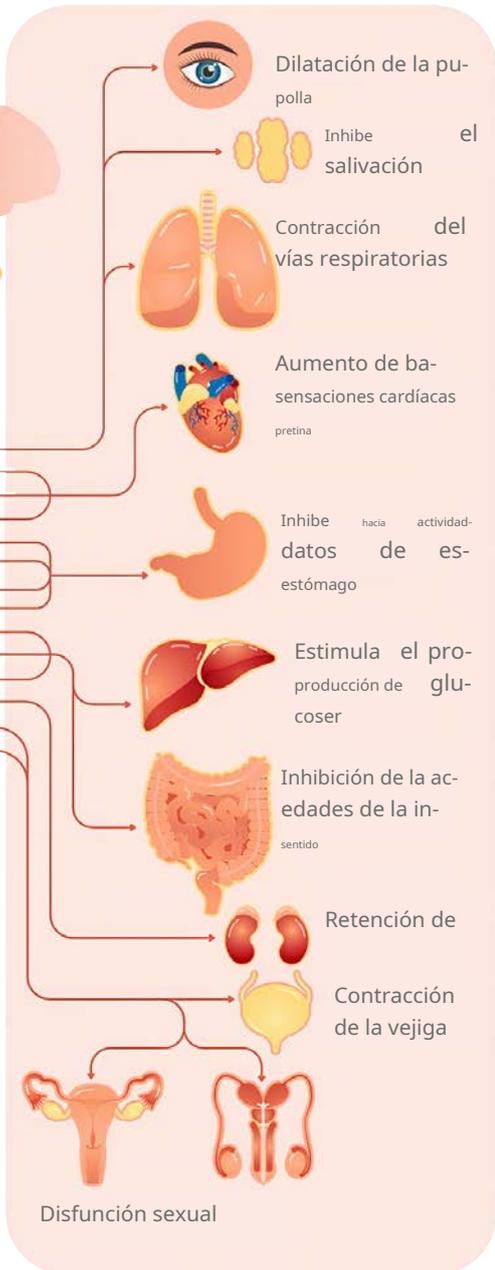
El proceso principal del sistema nervioso simpático es estimular la respuesta en situaciones de emergencia. Sin embargo, está constantemente activo a un nivel básico para mantener la homeostasis. El sistema nervioso simpático se describe como antagónico del sistema nervioso parasimpático.

Es responsable de preparar el cuerpo para la acción, particularmente en situaciones que amenazan la supervivencia. Un ejemplo de esta preparación se da en los momentos previos al despertar, cuando el flujo simpático aumenta espontáneamente en preparación para la acción.

SISTEMA NERVIOSO PARASIMPATÍA



SISTEMA NERVIOSO AMABLE



ANATOMÍA PUNTOS DE ENERGÍA (CHAKRAS)

En los gráficos e ilustraciones a continuación, podrás comprender con más profundidad la correlación entre los órganos humanos y los puntos energéticos (chakras), ya estudiados en capítulos anteriores.

Este conocimiento es importante para que el terapeuta analice e identifique cuándo las desarmonías fisiológicas en algunos sistemas y órganos pueden ser causadas por problemas de alineación en algún chakra.

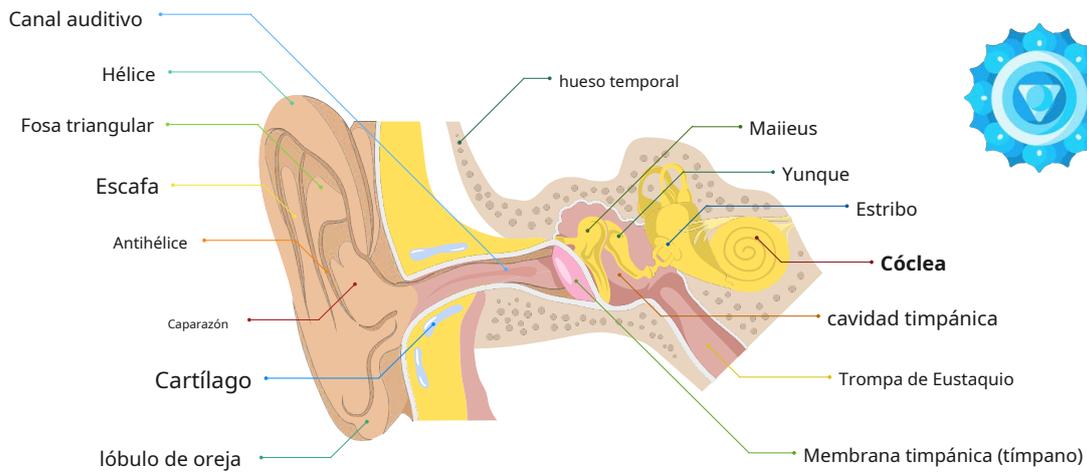
¡ATENCIÓN! Antes de dar un diagnóstico para una terapia holística adecuada, es fundamental que el paciente ya haya consultado con un médico y haya investigado sus molestias. Sólo de esta manera se pueden descartar problemas biológicos subyacentes y enfermedades más graves que requieren apoyo clínico.

Una vez descartadas patologías graves, puedes utilizar las siguientes guías breves para instruir a tu paciente sobre la relación entre las molestias que siente y la propagación energética de los chakras.

Los métodos terapéuticos aquí mencionados se basan en el supuesto de que las desarmonías y desequilibrios a nivel energético o emocional afectan directamente a nuestro cuerpo físico.

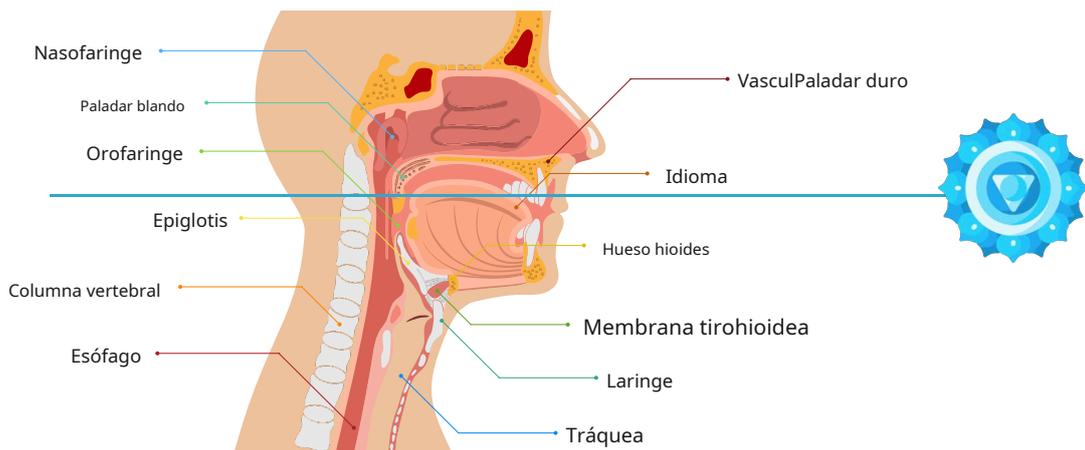
Por esta razón, al armonizar los chakras a través de terapias holísticas, logramos generar mejoras en la calidad de vida.

Anatomía del oído



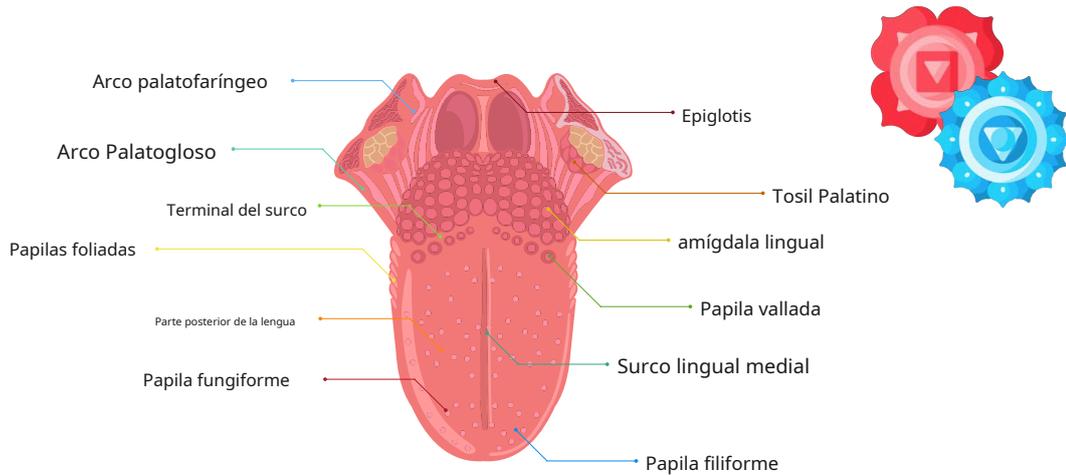
La anatomía del oído está íntimamente ligada al chakra laríngeo, ya que es el órgano sensorial encargado de captar la información sonora del entorno.

Anatomía de la garganta



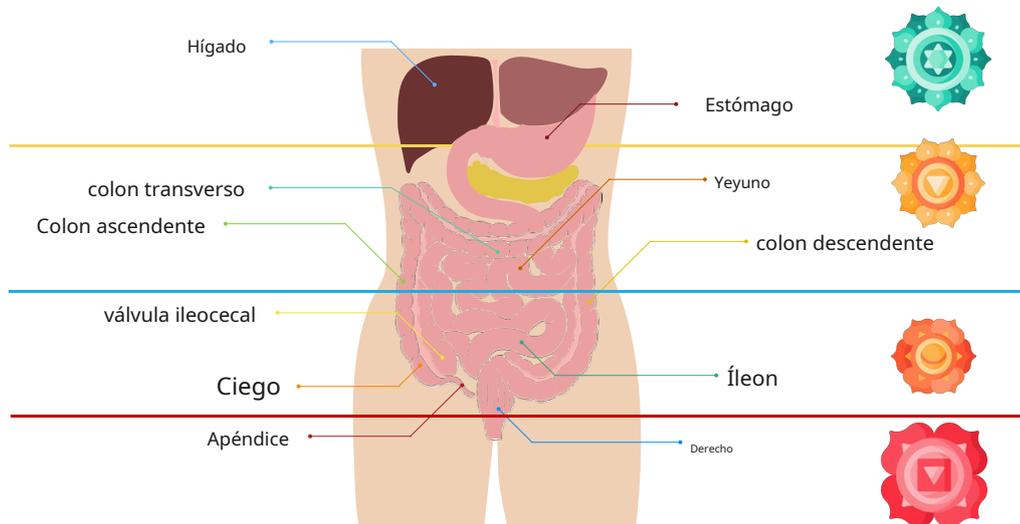
Al igual que el oído, la garganta también está directamente relacionada con el chakra de la garganta. Nuestro poder de expresión se materializa mediante un sistema de órganos y músculos (incluido el diafragma) que nos permiten hablar, captar, orar y verbalizar lo que sentimos y deseamos.

Anatomía de la lengua



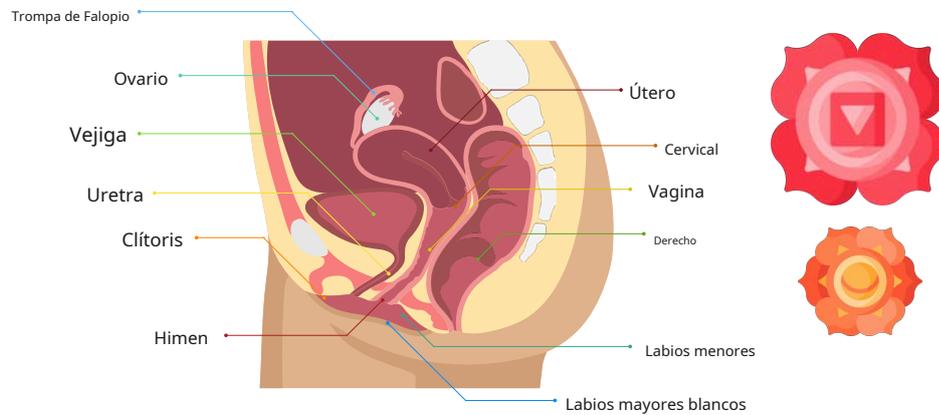
¡El lenguaje es peculiar! Está conectado tanto al chakra de la garganta como al chakra base. Esto se debe a la profunda conexión que existe entre el gusto y el placer. Sin el placer de comer, el cuerpo no sería capaz de absorber los nutrientes necesarios para su mantenimiento. Además, se sabe que la lengua es una región erógena del cuerpo.

Anatomía del abdomen



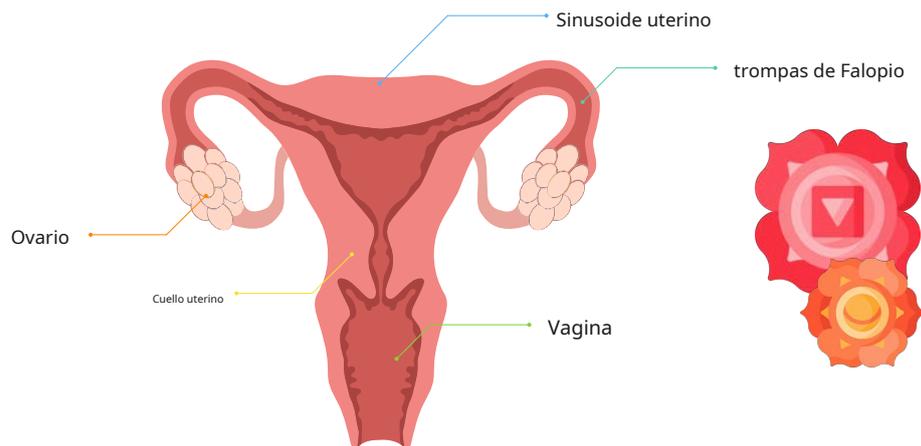
El abdomen puede considerarse nuestro centro de funcionamiento energético y fisiológico. Esta región contiene los principales sistemas que nos mantienen vivos y saludables. Así mismo, aquí se ubican los principales chakras para mantener y estabilizar la vida (básico, sacro, plexo solar y cardíaco).

Anatomía reproductiva



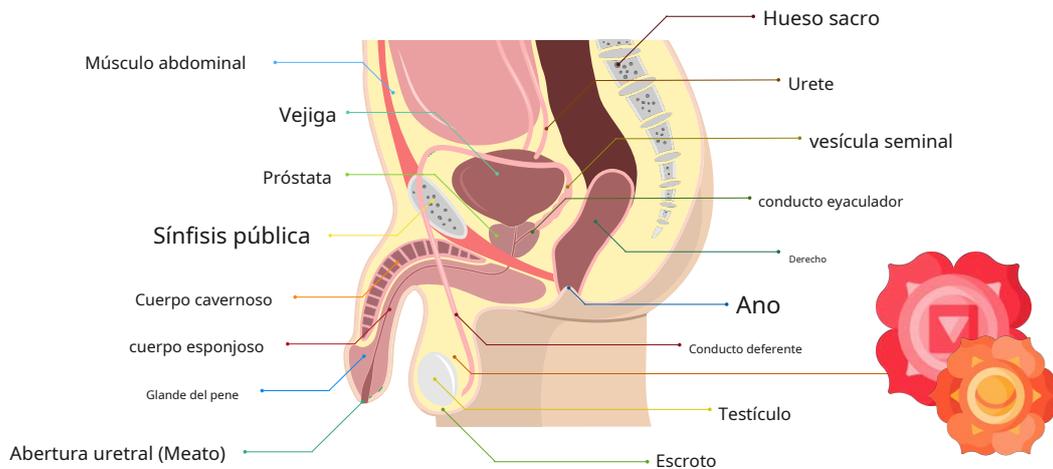
¡Cuando se trata de reproducción y materialización, estamos hablando del chakra base y sacro! A lo largo de la vida de un individuo, estos son los puntos de energía que pulsan con vida, motivación y fuerza para materializar lo que aún no existe.

Anatomía reproductiva femenina



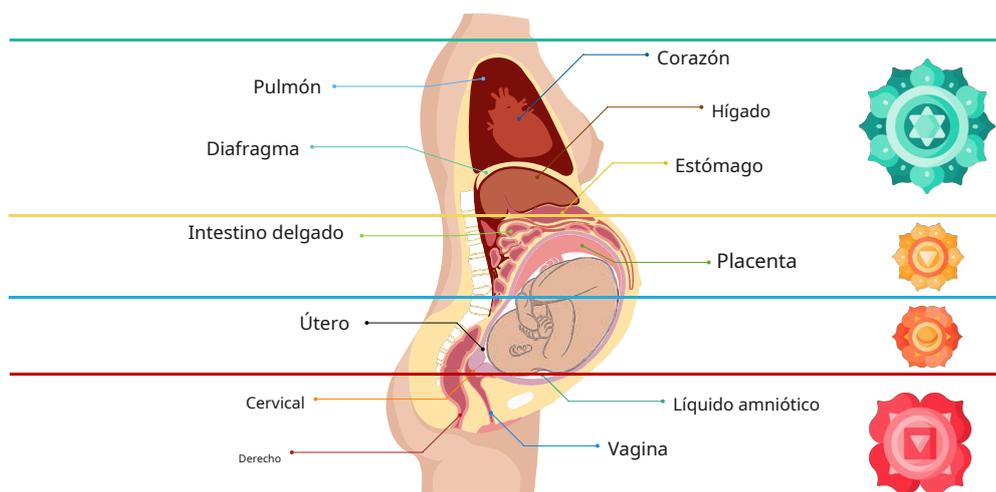
Los problemas en los órganos reproductores femeninos (descartados problemas clínicos) son causados por desarmonías en los chakras básico y sacro. A través de técnicas holísticas podemos reducir la recurrencia de la inflamación, la proliferación bacteriana e incluso el dolor y el malestar derivados de la inestabilidad emocional.

Anatomía de la reproducción masculina



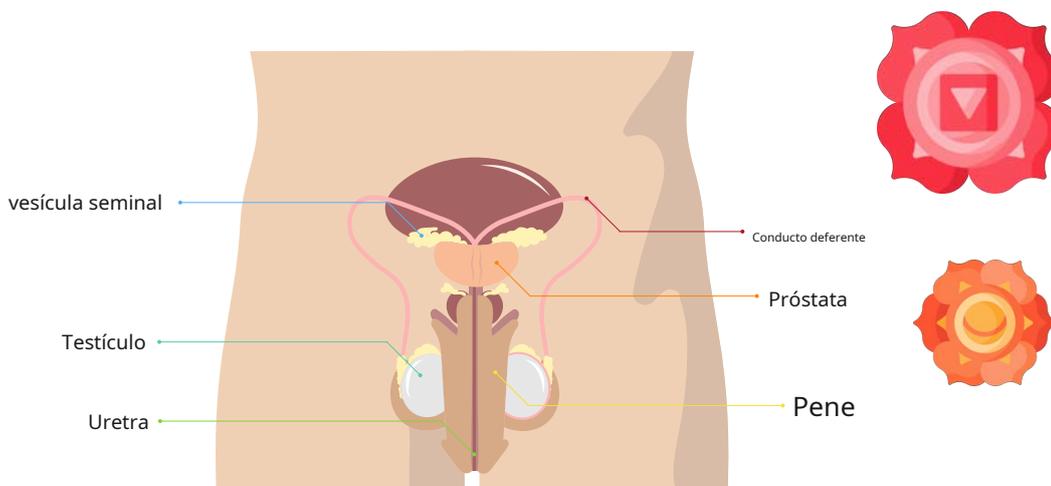
Al igual que los órganos femeninos, el sistema reproductor masculino también puede verse afectado por desequilibrios emocionales y energéticos relacionados con los chakras base y sacro. En este contexto encontramos disfunciones sexuales causadas por el estrés, la ansiedad, el miedo y la inseguridad.

Anatomía de la mujer embarazada



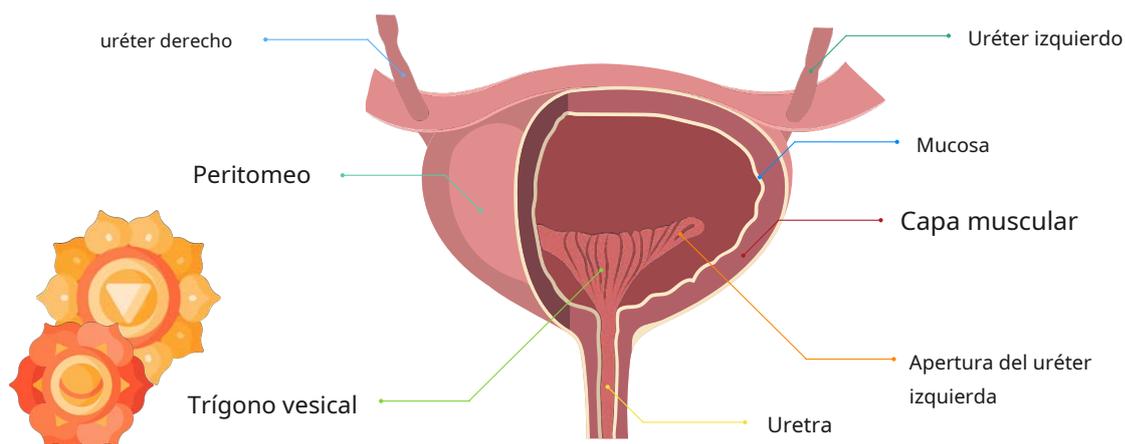
Cuando observamos la anatomía de una persona embarazada, nos damos cuenta de la complejidad del sistema energético en el cuerpo humano. Esto se debe a que a pesar de la división demostrada anteriormente de los chakras básico, sacro, plexo solar y cardíaco, es durante el embarazo que el bebé también ya tiene sus propios puntos energéticos desarrollados.

Sistema reproductor masculino



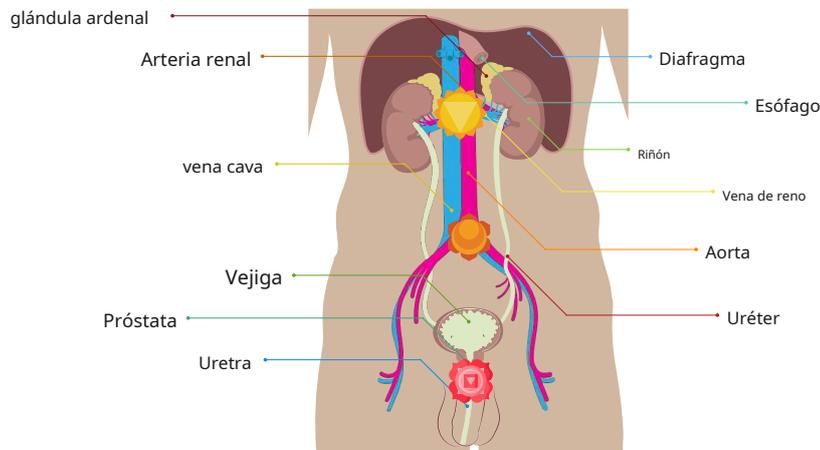
Toda la salud de los sistemas reproductivos son funciones de los chakras (raíz y sacro). Después de que un médico haya confirmado que no existe ningún problema clínico, el terapeuta holístico puede utilizar ciertas técnicas para tratar disfunciones, fertilidad, problemas hormonales, etc. Recuerde: las terapias holísticas son una herramienta complementaria y ayudan en el proceso de curación y restauración física.

Anatomía de la vejiga



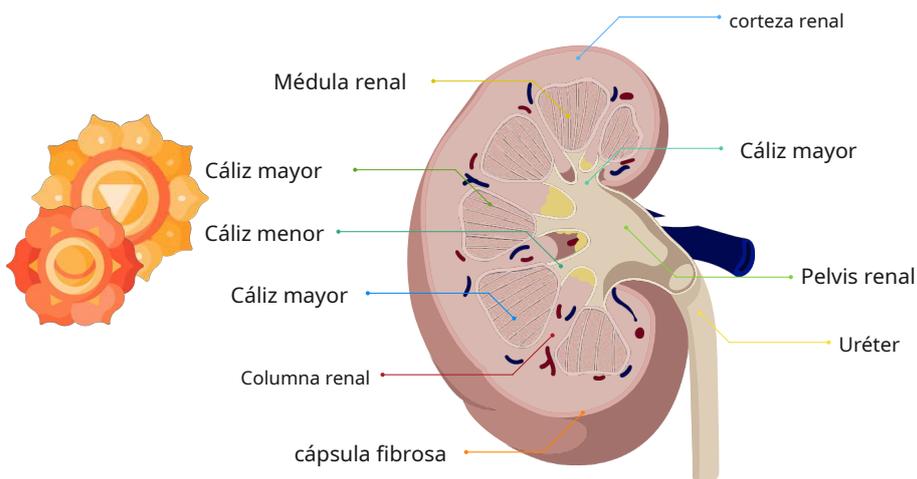
Cada sistema excretor humano tiene una fuerte relación con los chakras sacro y del plexo solar. El tratamiento de estos puntos energéticos ayuda a filtrar y eliminar las impurezas físicas y energéticas del cuerpo.

Sistema de excreción



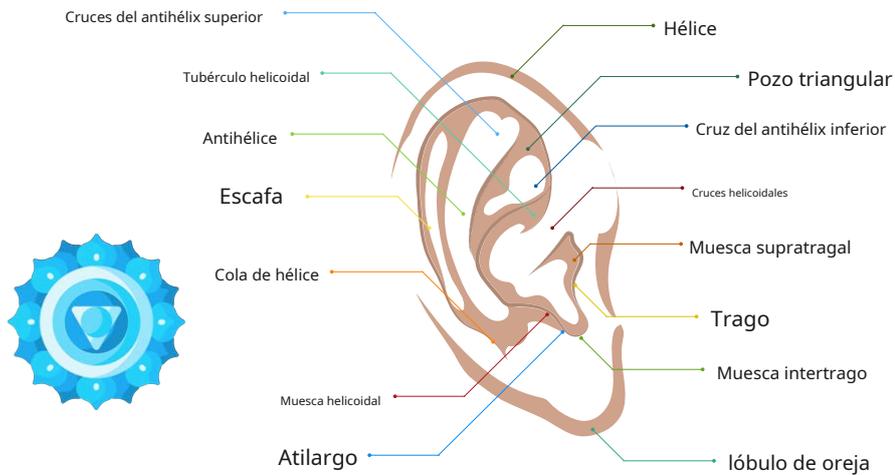
El sistema de excreción es fundamental para la supervivencia y la salud del organismo, ya que sin la eliminación del exceso de desechos, el cuerpo enfermará y acumulará toxinas, lo que puede ser fatal.

Anatomía de los riñones



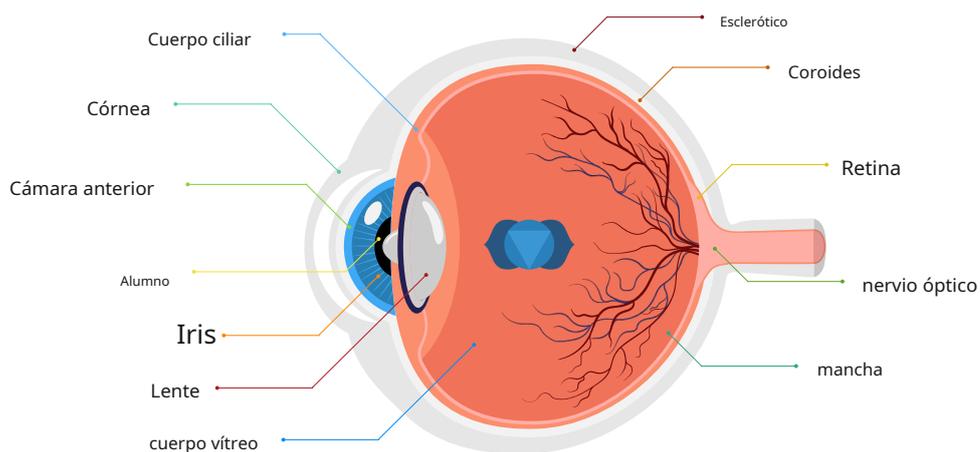
Los riñones son parte del sistema excretor y son responsables de filtrar la sangre. Sin ellos el cuerpo no sería capaz de eliminar toxinas a través de la orina.

Anatomía del oído



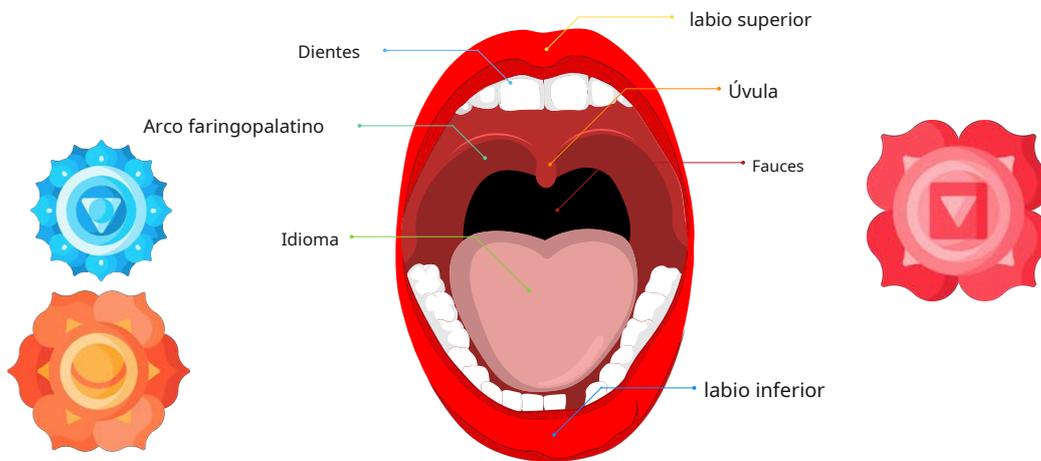
Tanto la parte interna como la externa del oído están relacionadas con el chakra de la garganta. Desde un punto de vista holístico, la parte externa puede estimularse a través de la reflexología para ayudar a aliviar y tratar el dolor.

Anatomía del ojo



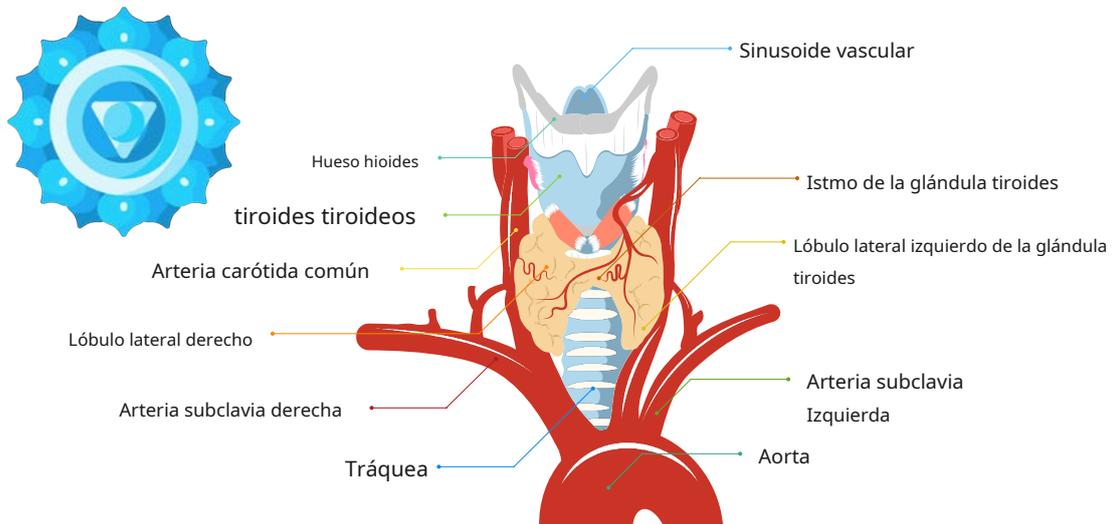
El ojo es el órgano encargado de captar toda la información visual del mundo y, por ello, tiene una fuerte relación con el chakra del tercer ojo y todos los demás chakras.

Anatomía de la boca humana



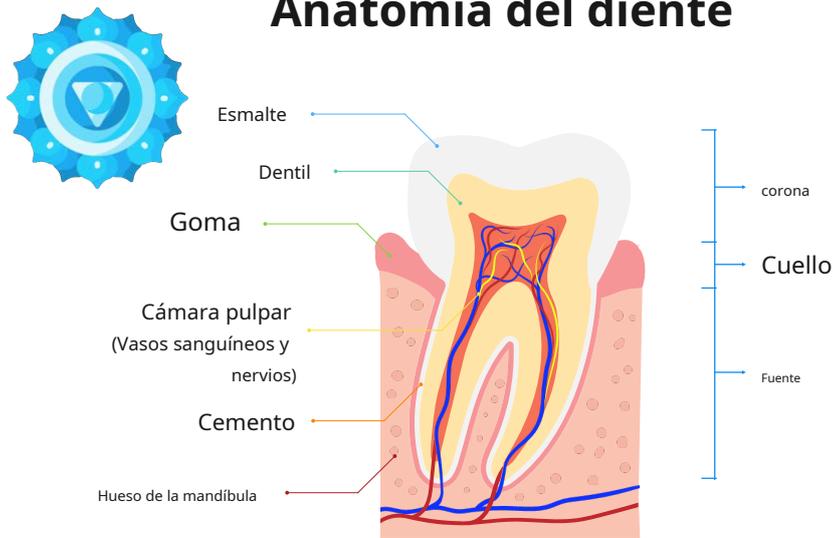
La boca es una región responsable de funciones tanto fisiológicas como emocionales y energéticas.

Anatomía de la glándula tiroides



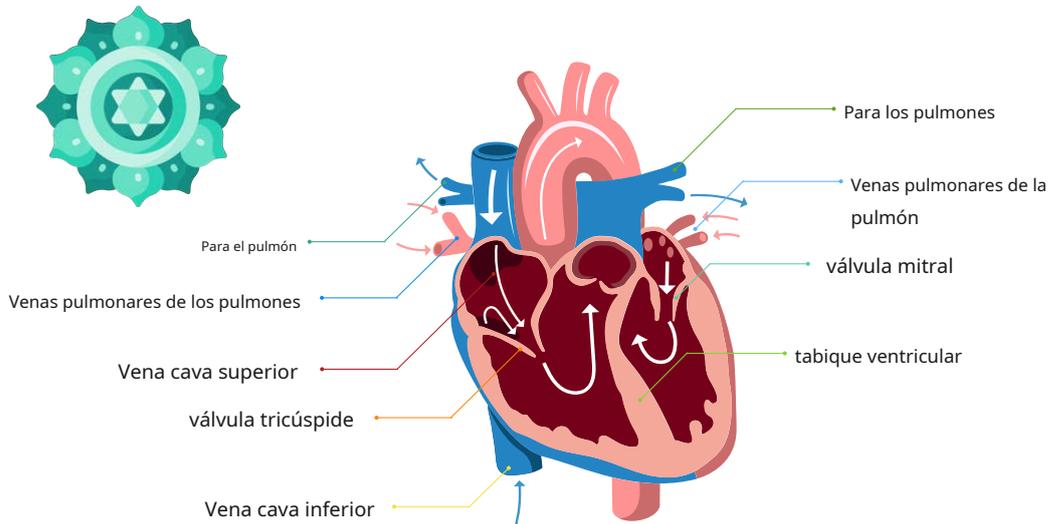
La tráquea, así como todas las glándulas de esta región, están relacionadas con el chakra laríngeo.

Anatomía del diente



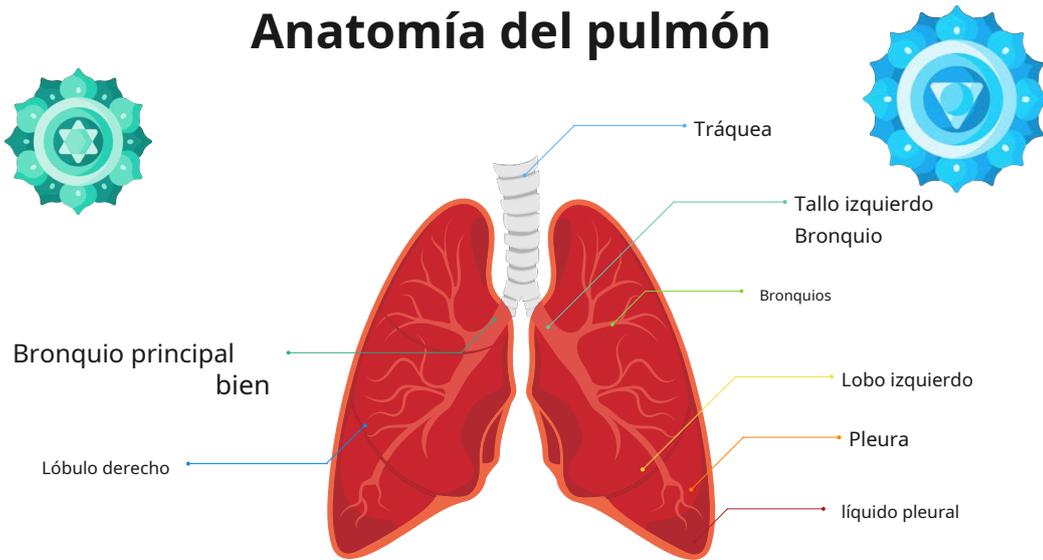
Los dientes, las encías y todos los elementos del interior de la boca están relacionados con el chakra de la garganta. El dolor constante o crónico en esta zona puede provocar dificultades para comer.

Sistema de conducción cardíaca



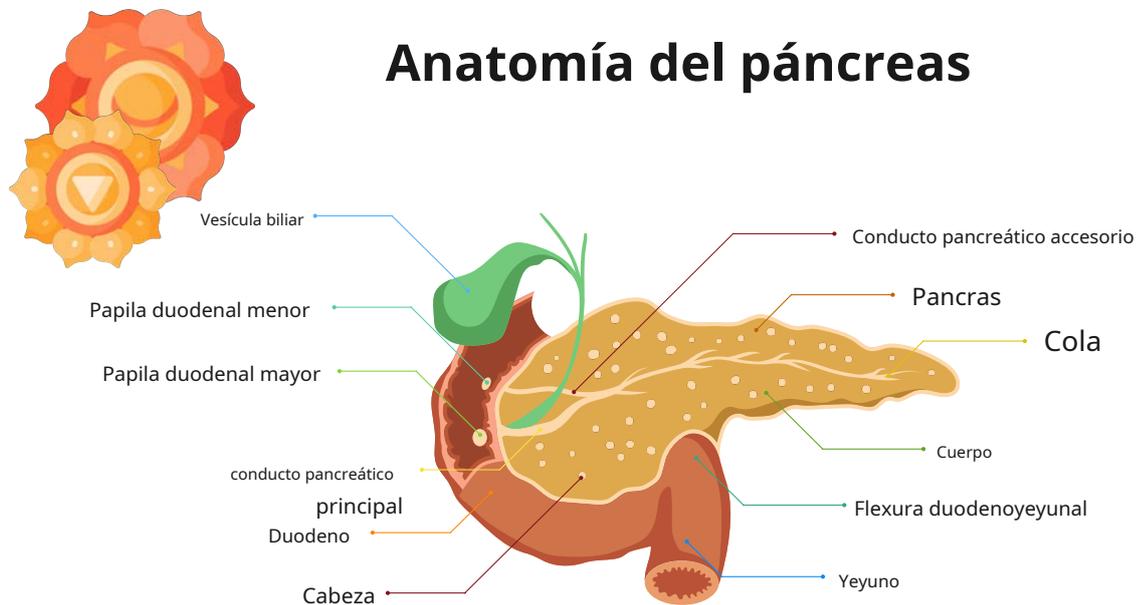
Fuertemente relacionado con el chakra del corazón, el sistema de conducción es fundamental para la propagación energética de los fluidos por todo nuestro cuerpo. A nivel físico, el chakra del corazón ayuda al flujo sanguíneo y a la propagación de nutrientes, oxígeno e información por todo el cuerpo. A nivel energético, permite canalizar las emociones.

Anatomía del pulmón



El pulmón puede entenderse como la herramienta reguladora de los estados mentales. A través de los pulmones y el diafragma podemos controlar nuestra respiración para lograr estados de calma o agitación. Es un órgano que está directamente relacionado con los chakras de la garganta y del corazón.

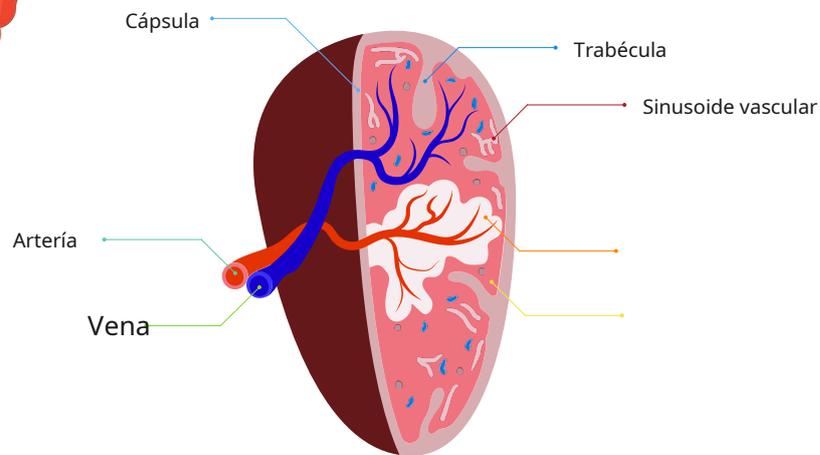
Anatomía del páncreas



El páncreas tiene una sinergia directa con el chakra sacro y del plexo solar. Es responsable de la producción de algunas enzimas que ayudan en el proceso digestivo y también de algunas hormonas.



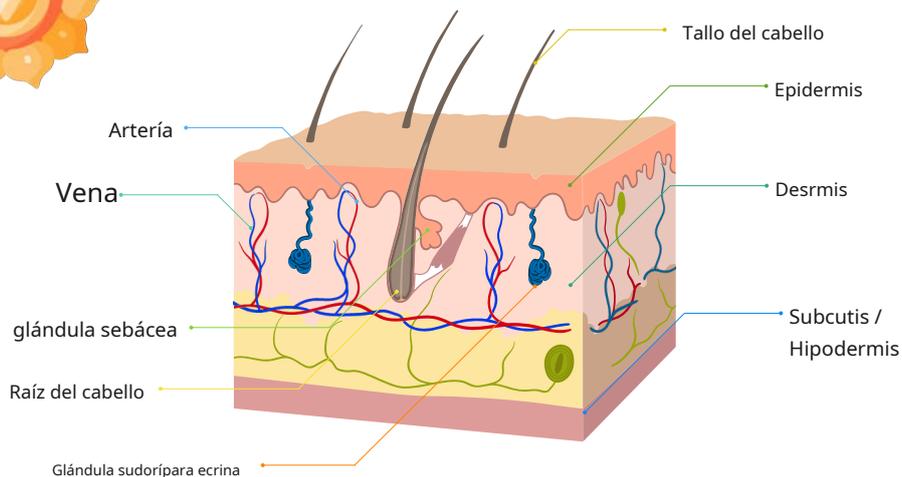
Anatomía del bazo



El bazo está conectado al chakra sacro y al plexo solar, es responsable de filtrar la sangre y también mantiene una “reserva” de sangre en caso de hemorragia.

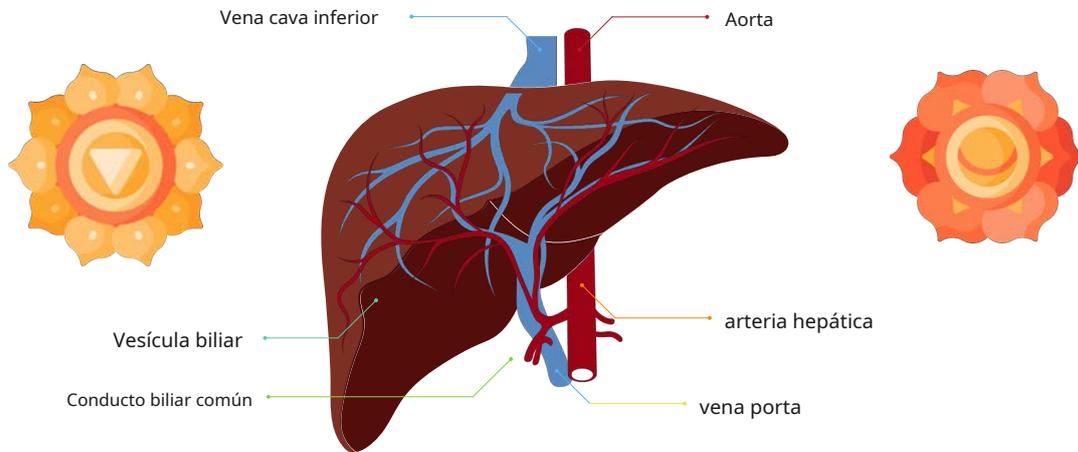


Anatomía de la piel



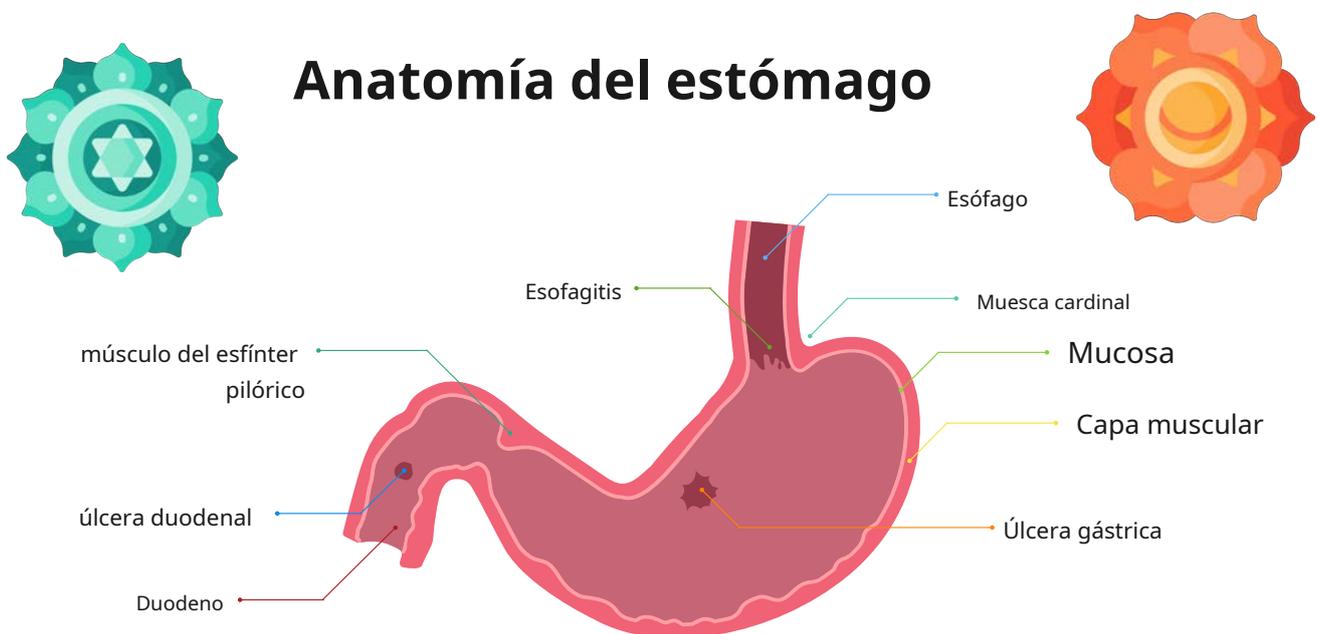
La piel es el órgano más grande del cuerpo humano, capaz de captar infinidad de información del entorno. Su mayor sinergia es con el chakra base, pero todos los demás chakras también se relacionan con este órgano en mayor o menor grado.

Anatomía del hígado humano



Responsable de la filtración, el hígado tiene sinergia con los chakras del plexo solar y del sacro. Es un órgano que posee un gran poder cicatrizante y regenerativo, siendo el único órgano trasplantable capaz de reconstituirse por sí solo.

Anatomía del estómago



El estómago es parte del sistema digestivo y es el encargado de digerir parte de los alimentos ingeridos a través de los jugos gástricos. Tiene una correlación directa con el chakra del corazón y el sacro.

SISTEMA GENERAL TIC ENERGÉTICO HUMANO

Ahora que entiendes la correlación entre los puntos de energía y la anatomía humana y, principalmente, los conceptos básicos de la tríada de la salud, es momento de ampliar tus conocimientos y aprender sobre el sistema energético humano general (GHS).

En términos simplificados, es la tríada de la salud con algunos elementos más que también influyen en el bienestar general del individuo.

- 1.Hormonas
- 2.Mente
- 3.Frecuencias

Estos tres elementos son a menudo descuidados o poco observados por los profesionales de la terapia holística.

Sin embargo, son elementos fundamentales para profundizar en un adecuado tratamiento con terapias holísticas.

Las hormonas, por ejemplo, determinan el estado de ánimo, la felicidad, la tristeza, el entusiasmo, la depresión.

Esta producción hormonal, a su vez, está directamente influenciada por los estados mentales y las frecuencias que recibimos.

Entonces podemos poner nuestra mente en una frecuencia alta o baja, y este estado mental altera nuestros niveles hormonales. Y viceversa: los niveles hormonales también determinan este estado de ánimo. Las personas con depresión, por ejemplo, tienen desregulación hormonal.

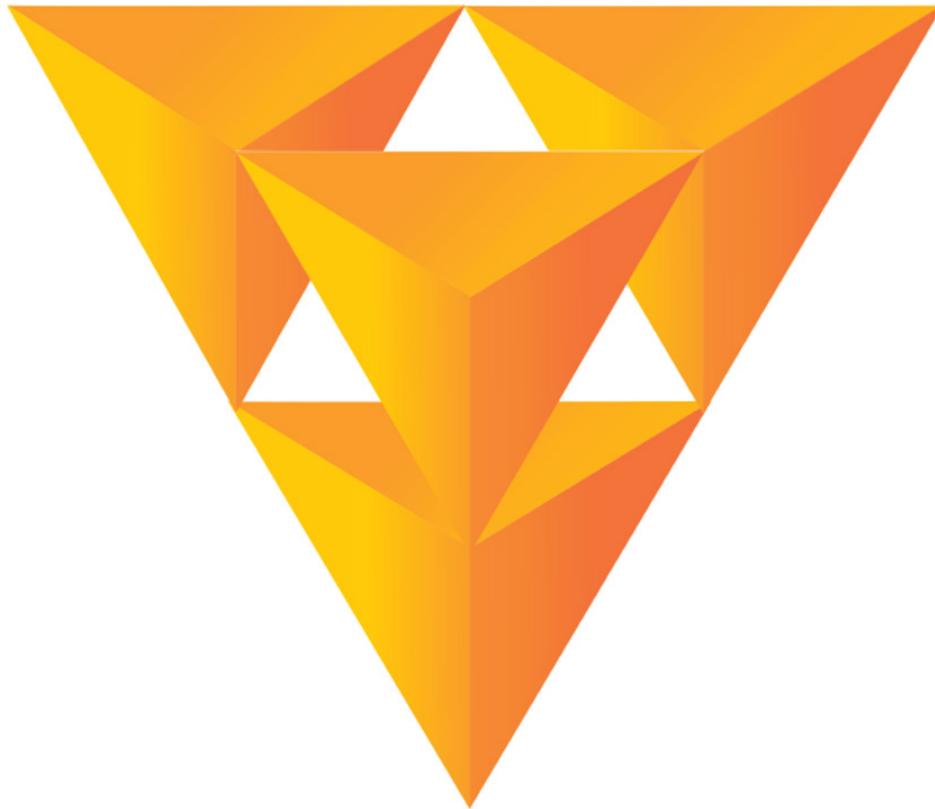
Vale la pena señalar que, al igual que en la tríada de la salud, no tiene sentido mejorar los aportes de uno de los elementos y no trabajar en el funcionamiento general de la tríada.

Por esta razón, los medicamentos contra la depresión, que son reemplazos hormonales, no funcionan de forma aislada. El acompañamiento psicológico y el trabajo holístico son necesarios para una transformación más profunda, con el cambio de patrones de pensamiento y vibraciones, apuntando siempre a la cura del paciente.

TRIADE PROCESAL

HORMONAS

FRECUENCIAS



MENTE

Al igual que la tríada de la salud estudiada en capítulos anteriores, la tríada del sistema energético humano tiene una estructura geométrica que se integra con la geometría de la tríada de la salud.

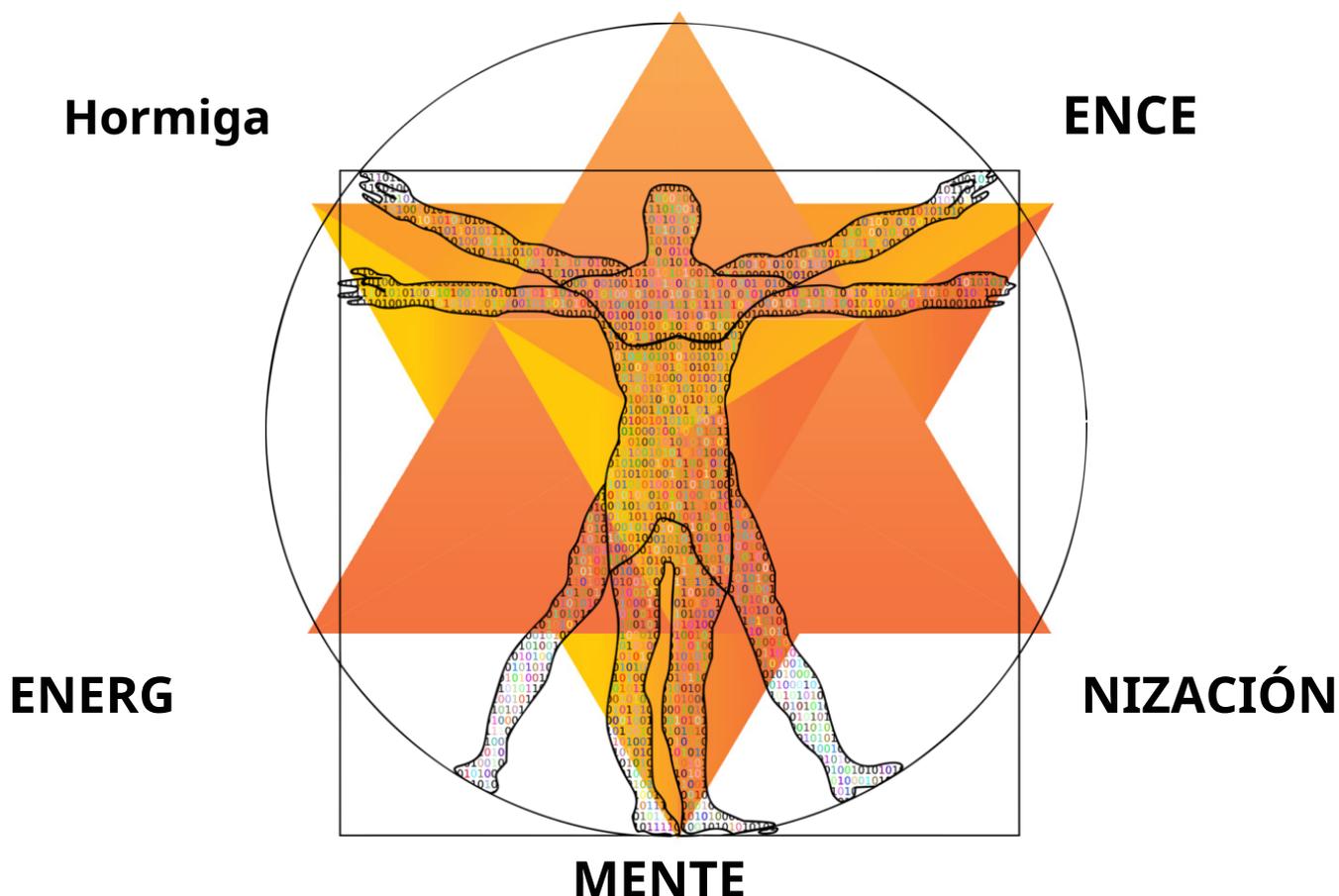
Esto se debe a que ambos son partes del mismo objeto/elemento. La tríada de la salud por sí sola no es suficiente; Lo mismo sucede con el sistema energético humano general.

Al integrar este conocimiento, tenemos una comprensión ampliada de la vida humana y de los elementos que influyen en el bienestar personal y colectivo.

El terapeuta debe ser capaz de ver la complejidad (holos: todo) para un análisis inteligente de los elementos que pueden ser responsables de los síntomas de quien busca ayuda.

GENERALES DEL SISTEMA HUMANO

INTELIGENCIA



En esta imagen podemos ver el sistema completo, el TSH con el SGEH, integrados y funcionando como uno solo.

El dibujo nos recuerda al “Hombre de Vitruvio” de Leonardo Da Vinci (1452 – 1519).

La obra del artista presenta la figura de un hombre desnudo en el centro, con los brazos y las piernas abiertos, simétricamente, ilustrando las proporciones perfectas que componen el cuerpo humano.

De igual manera, los sistemas creados por IBRATH® y demostrados en este libro buscan mostrar el “ideal”, en el sentido del equilibrio, teniendo en cuenta toda la complejidad humana.

De la misma manera que no tiene sentido tratar, equilibrar o armonizar un elemento y dejar todos los demás de lado... Así como hay una proporción y un equilibrio físico, también hay una proporción y un equilibrio de estos elementos demostrados en los sistemas de **hormona estimulante de tiroides (TSH)** y **SGEH**.

Para que usted tenga éxito en su camino como terapeuta, es esencial comenzar siempre con lo básico, evaluando posibles desarmonías en la "organización", la inteligencia y la energía de su paciente. [TSH]

Utilizando terapias holísticas para estimular y mejorar los aportes de los tres elementos en su paciente. Siempre mediante la instrucción y demostración de los procedimientos y conocimientos que se están aplicando.

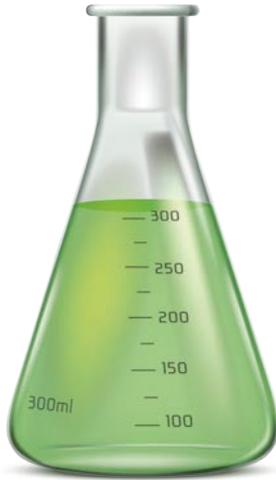
Cuando todos los elementos del [HTS] estén armonizados, se podrá entonces pasar al tratamiento de los elementos del sistema energético humano general (GHS). Muchas veces el paciente puede presentar desequilibrios hormonales (que sólo pueden detectarse mediante un examen solicitado por un médico). O incluso sus patrones mentales están tan arraigados que dificultan brindar atención integral.

El sistema energético general representa la complejidad humana general. Algo que muchas veces no se nota ni se trata, por ejemplo: una persona que mantiene pensamientos y patrones negativos durante un periodo prolongado de tiempo automáticamente reduce su producción natural de serotonina, lo que genera un estado hormonal de tristeza e insatisfacción.

Cuando estamos tristes e insatisfechos, atraemos y experimentamos experiencias negativas (entradas de energía) que fortalecen y fortifican estos estados e intensifican la reducción en la producción de hormonas de la felicidad.

A estos eventos los llamamos Ciclos Degradantes.

IMPORTANCIA SEROTONINA

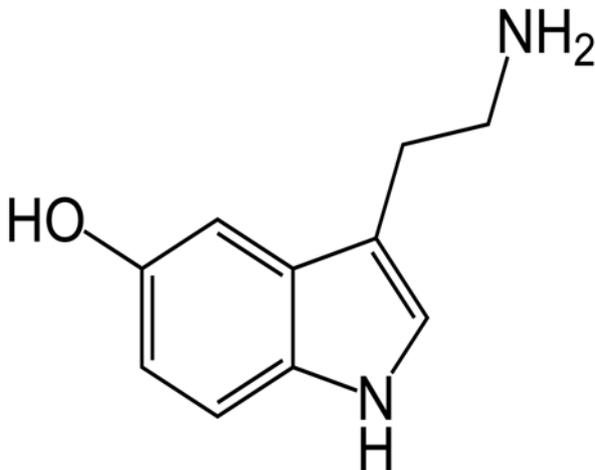


Este neurotransmisor está asociado con el deseo de comer (apetito), el estado de ánimo, el sueño y la cognición o el proceso de adquisición de conocimientos.

Asociado al estado de ánimo, existe una relación entre la serotonina y los pacientes que sufren depresión. En estos pacientes, se observa una disminución de la producción de serotonina en el cerebro, además de una alteración en la función de los receptores de este neurotransmisor. Por lo tanto, el sistema serotoninérgico se vuelve deficiente, explica la neuróloga Jerusa Smid. Según la Biblioteca Virtual en Salud del Ministerio de Salud, además de la serotonina, hay evidencia de que también hay cambios en la noradrenalina y la dopamina.

Las principales funciones de la serotonina son:

1. Regula el estado de ánimo; La serotonina actúa en el cerebro para regular la ansiedad, aumentar la felicidad y mejorar el estado de ánimo, por lo que niveles bajos de esta molécula pueden provocar trastornos de ansiedad y depresión.



2. Regula el sueño: La serotonina es un neurotransmisor que también estimula las regiones del cerebro que controlan el sueño y la vigilia.

3. Actúa sobre los movimientos intestinales.

La serotonina se encuentra en grandes cantidades en el estómago y los intestinos, ayudando a controlar la función y los movimientos intestinales.

4. Regula las náuseas: La producción

Los niveles de serotonina aumentan cuando el cuerpo necesita eliminar sustancias tóxicas del intestino, como en casos de diarrea. Este aumento también estimula una región del cerebro que controla las náuseas.

5. Coagulación sanguínea: Las plaquetas sanguíneas liberan serotonina para ayudar a curar las heridas. La serotonina produce vasoconstricción, facilitando así la coagulación sanguínea.

Síntomas de niveles bajos de serotonina

Los niveles bajos de serotonina en el cuerpo pueden provocar síntomas como:

- Mal humor por la mañana;
- Somnolencia durante el día;
- Cambio en el deseo sexual;
- Deseo de comer todo el tiempo, especialmente dulces;
- Dificultad en el aprendizaje;
- Trastornos de la memoria y la concentración;
- Irritabilidad.

El paciente puede quejarse de cansancio o de perder la paciencia fácilmente.

Si se presentan estos síntomas es importante consultar a un médico para que indique el tratamiento más adecuado, que suele implicar un cambio en la dieta y el uso de suplementos de triptófano, en algunos casos.

En casos más graves, donde la deficiencia de serotonina tiene un impacto importante en la vida de una persona, causando depresión o trastornos de ansiedad, por ejemplo, puede ser necesario tomar medicamentos más específicos.

Alimentos para aumentar la serotonina

Algunos alimentos ricos en triptófano, que sirven para aumentar la producción de serotonina en el organismo, son:

- chocolate oscuro;
- Huevo;
- Banana;
- Piña;
- Tomate;
- Carnes magras y bajas en grasa;
- Leche;
- Granos integrales;
- Verduras;
- Espinaca;
- Espárragos.

Además de éstos, los alimentos ricos en omega-3, como el salmón, las sardinas, la trucha y los frutos secos, son buenas fuentes de serotonina. Se recomienda que estos alimentos se incluyan en la dieta diaria en pequeñas porciones y varias veces al día.

Una buena opción es tomar un batido de plátano para desayunar, comer una pechuga de pollo a la plancha con ensalada de tomate para el almuerzo y tomar una copa de vino tinto después de la cena.

IMPORTANTE DOPAMINA

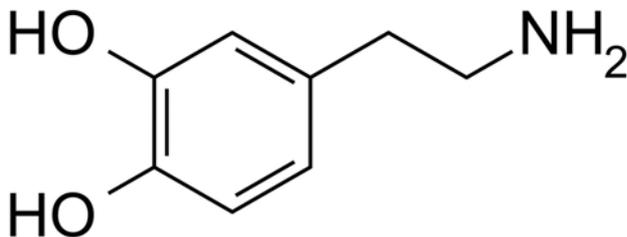


La dopamina es un neurotransmisor encargado de llevar información a diversas partes del cuerpo y, al liberarse, promueve una sensación de placer y aumenta la motivación.

Además, la dopamina está involucrada en las emociones, los procesos cognitivos, el control del movimiento, la función cardíaca, el aprendizaje, la capacidad de atención y los movimientos intestinales. También está directamente relacionado con trastornos neurológicos y psiquiátricos, como la enfermedad de Parkinson, la esquizofrenia o el TDAH, por ejemplo.

¿Para qué sirve la dopamina?

La dopamina es muy importante en varias funciones corporales y, por lo tanto, es esencial mantener sus niveles en concentraciones saludables. Las principales funciones de la dopamina son:



1. Aumenta la libido: La dopamina está relacionada con el aumento de la libido. Durante las relaciones sexuales, los niveles de dopamina aumentan, dando una mayor sensación de placer. La dopamina también estimula la eyaculación masculina y, en algunos casos, los hombres que presentan cambios en los niveles de dopamina y serotonina

Puede que no sufra de eyaculación precoz.

2. Favorece el aumento de la masa muscular: Los alimentos ricos en proteínas, recomendados para personas que desean aumentar masa muscular, también ayudan a aumentar la dopamina, lo que ayuda a generar placer al ingerir alimentos. Asimismo, los ejercicios que forman parte de este plan de dieta también favorecen la liberación de dopamina.

3. Puede provocar cambios en la percepción: Por otro lado, niveles elevados de dopamina pueden producir cambios mentales que se vinculan a trastornos como la esquizofrenia, por ejemplo, provocando alucinaciones y delirios. En estos casos es necesario que la persona realice un tratamiento acompañado por un psiquiatra.

4. Ayuda a controlar los movimientos:La dopamina ayuda a controlar la coordinación de los movimientos corporales. La concentración de dopamina incluso parece estar asociada con la enfermedad de Parkinson, ya que las personas con niveles bajos de dopamina tienen mayor dificultad para controlar y coordinar movimientos, lo que provoca temblores.

El tratamiento para la enfermedad de Parkinson puede incluir medicamentos para aumentar la dopamina y así mejorar el control del movimiento.

5. Garantiza la salud intestinal.:Se ha demostrado que los niveles de dopamina aumentan con el consumo de probióticos, ya que hay algunas especies de bacterias, como Coprococcus y Dialister, que viven en el intestino y están vinculadas a la producción de este neurotransmisor, lo que promueve la buena salud intestinal.

Signos de niveles bajos de dopamina

Cuando los niveles de dopamina son bajos, los síntomas principales son la falta de motivación y placer. Además también son habituales la pérdida de la libido, sensación de cansancio o cambios en el movimiento.

¿A qué médico consultar?

Para evaluar los niveles de dopamina en el organismo, lo ideal es consultar a un endocrinólogo, quien puede solicitar análisis de sangre y analizar si los niveles hormonales están dentro de la norma.

Alimentos que ayudan a aumentar la dopamina

La tirosina es un precursor de la dopamina, por lo que los alimentos ricos en tirosina, como los huevos, el pescado, la carne, las legumbres, los frutos secos, los productos lácteos o la soja, ayudan a aumentar los niveles de dopamina.

¿Cuál es la diferencia entre la dopamina y la serotonina?

Una de las diferencias entre la dopamina y la serotonina es la fuente de su producción, ya que la dopamina se produce a partir de la tirosina, mientras que la serotonina se produce a partir de un aminoácido llamado triptófano.

Cuando la serotonina está en niveles altos, la cantidad de dopamina tiende a disminuir, provocando una reducción de la libido, por ejemplo. Por otro lado, niveles bajos de serotonina pueden provocar un aumento excesivo de dopamina, lo que provoca un aumento de la libido y la búsqueda de actividades que provoquen placer.

Los niveles bajos de serotonina pueden hacer que una persona desee más dulces, mientras que los niveles bajos de dopamina significan menos placer y deseo de comer.

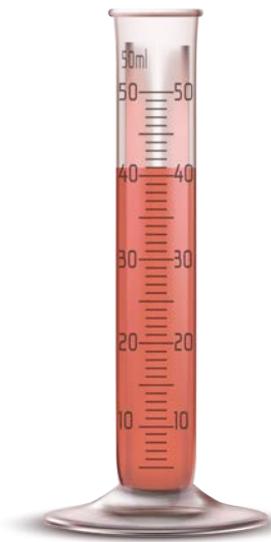
Si una mujer tiene dificultades para amamantar o es madre adoptiva, ayudar con la lactancia materna y el vínculo entre madre e hijo.

3. Mejorar las relaciones sociales;La oxitocina juega un papel importante en la interacción social, en la percepción de las expresiones emocionales y en la sensibilidad, y está indicada para ayudar en el tratamiento de pacientes con autismo y esquizofrenia, por ejemplo, si es guiado por un psiquiatra.

4. Ayuda a combatir la depresión y la ansiedad;Esta hormona puede ayudar al equilibrio emocional, reduciendo la sensación de estrés y, en algunos casos, ayudando a tratar la depresión, la ansiedad intensa y la fobia social. En estos casos el uso de oxitocina también debe ser indicado por el psiquiatra.

5. Aumenta el placer durante el contacto íntimo:Se cree que la oxitocina juega un papel en la mejora de la libido y el rendimiento sexual, actuando junto con la testosterona en los hombres y la progesterona en las mujeres para intensificar el placer y el interés en el contacto íntimo, además de facilitar la lubricación vaginal y alcanzar el orgasmo.

El contacto físico, no sólo el sexual, sino también a través de abrazos y afecto, son formas de aumentar la oxitocina sin necesidad de medicación.



IMPORTANTE ADRENALINA

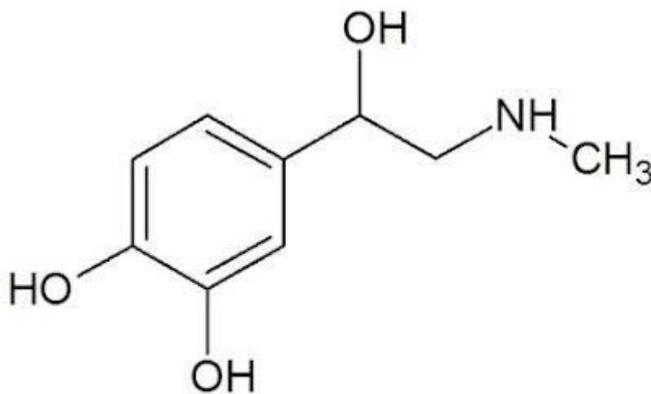
La adrenalina, también conocida como epinefrina, es una hormona que se libera al torrente sanguíneo y tiene la función de actuar sobre el sistema cardiovascular y mantener al cuerpo alerta ante situaciones de emociones fuertes o estrés, peligro, lucha, huida, excitación o miedo.

Esta sustancia es producida naturalmente por las glándulas suprarrenales, situadas encima de los riñones, que también producen otras hormonas como el cortisol, la aldosterona, los andrógenos, la noradrenalina y la dopamina, que son muy importantes para el metabolismo y la circulación del organismo.

¿Para qué sirve?

La adrenalina se produce para estimular el cuerpo, ayudando a tener reacciones rápidas. Sus principales efectos son:

1. Aumentar la frecuencia cardíaca;
2. Acelerar el flujo sanguíneo a los músculos;



3. Activa el cerebro, haciéndolo más alerta, con reacciones más rápidas y estimulando la memoria;
4. Aumentar la presión arterial;
5. Acelerar la frecuencia de la respiración;
6. Abrir los bronquios pulmonar;
7. Dilata las pupilas, facilitando la visión en ambientes oscuros;
8. Estimular la producción

energía extra, al transformar el glucógeno y la grasa en azúcares;

9. Reducir la digestión y la producción de secreciones por el tracto digestivo, para ahorrar energía;
10. Aumenta la producción de sudor.

Estos efectos también son estimulados por la noradrenalina y la dopamina, otras hormonas neurotransmisoras producidas por la glándula suprarrenal, también responsables de diversos efectos en el cuerpo y el cerebro.

¿Cuándo se produce?

La producción de adrenalina se estimula siempre que ocurre cualquiera de las siguientes situaciones:

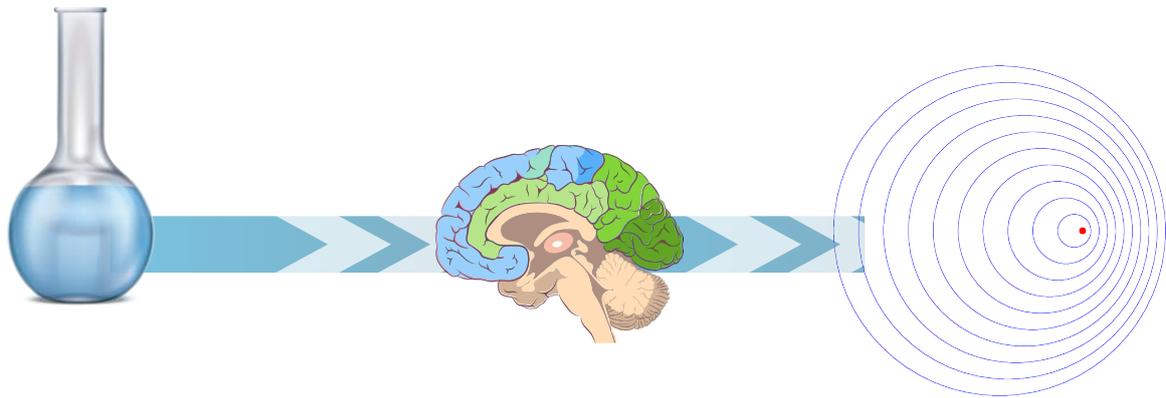
1. Miedo a algo, de modo que el cuerpo está preparado para luchar o huir;
2. Practicar deportes, especialmente deportes extremos, como escalada o salto;
3. Antes de momentos importantes, como realizar un examen o una entrevista;
4. Momentos de emociones fuertes, como excitación, ansiedad o ira;
5. Cuando hay una disminución del azúcar en la sangre, para estimular la transformación de grasas y glucógeno en glucosa.

Por lo tanto, una persona que está constantemente estresada vive con altos niveles de adrenalina, ya que su cuerpo siempre está en estado de alerta. Esta activación persistente de los mecanismos de reacción del organismo genera un mayor riesgo de desarrollar hipertensión arterial, arritmias cardíacas, enfermedades cardiovasculares, así como enfermedades autoinmunes, endocrinas, neurológicas y psiquiátricas.

La adrenalina como medicina

Los efectos de la adrenalina pueden aprovecharse en forma de medicación, mediante la aplicación de su forma sintética en el organismo. Por ello, esta sustancia es habitual en la composición de medicamentos con un potente efecto antiasmático, vasopresor y estimulante cardíaco, siendo más utilizada en situaciones de urgencia o en UCI, con el objetivo de tratar una reacción anafiláctica o para estimular los niveles de presión arterial, por ejemplo.

Este medicamento sólo se encuentra en entornos hospitalarios, o sólo lo pueden llevar personas con alto riesgo de sufrir una reacción alérgica grave, y no se puede comprar en farmacias.



HORMONAS

MENTE

FRECUENCIAS

**ACTUACIONES
ACERCA DE**

**HORMONAS
XFRECUENCIAS**

Es esencial que cada terapeuta holístico comprenda el poder de las hormonas sobre nuestra mente y nuestras emociones.

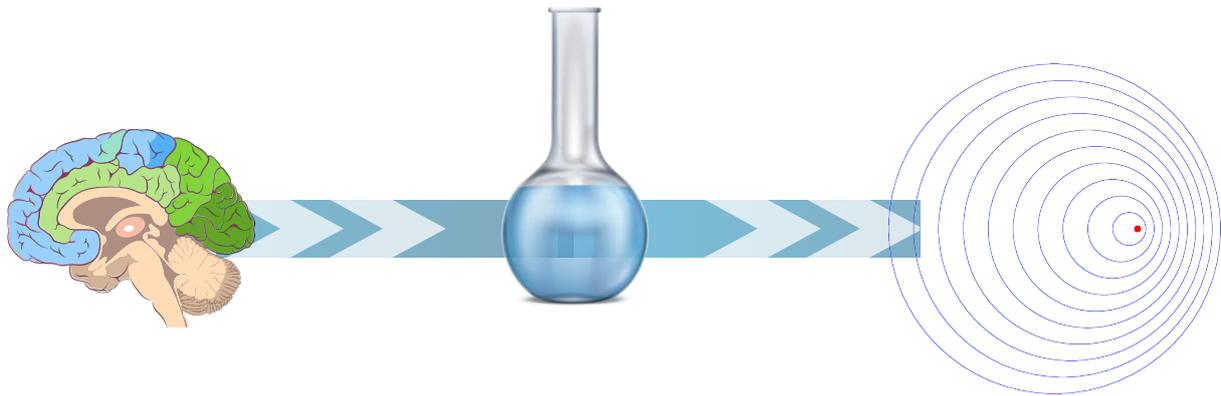
El cuerpo humano produce naturalmente hormonas que regulan nuestro bienestar emocional, mientras que la industria farmacéutica juega su papel en la producción sintética de lo que nuestro cuerpo no produce por sí solo.

Ya sabemos que una deficiencia o exceso de uno de estos elementos puede afectar directamente el accionar de un individuo. La producción insuficiente de serotonina, por ejemplo, puede provocar estados profundos de desánimo, miedo, inseguridad, tristeza e incluso derivar en depresión.

Los niveles de estas hormonas generan círculos emocionales viciosos. Una vez que un individuo tiene niveles bajos de serotonina, verá el mundo a través de un espectro pesimista y, por lo tanto, sus experiencias siempre serán percibidas negativamente.

La repetición de estas experiencias negativas puede convertirse en un estado mental que reduzca aún más la producción de serotonina.

Así, la producción de serotonina, junto con la calidad de los estados mentales, determina tu frecuencia energética.



MENTE

HORMONAS

FRECUENCIAS

**AFECTO DE
SOBRE LAS HORMONAS**

**MENTE
XFRECUENCIAS**

Así como las hormonas juegan un papel fundamental en las emociones y los estados mentales, la calidad de la mente también influye en la producción de ciertas hormonas.

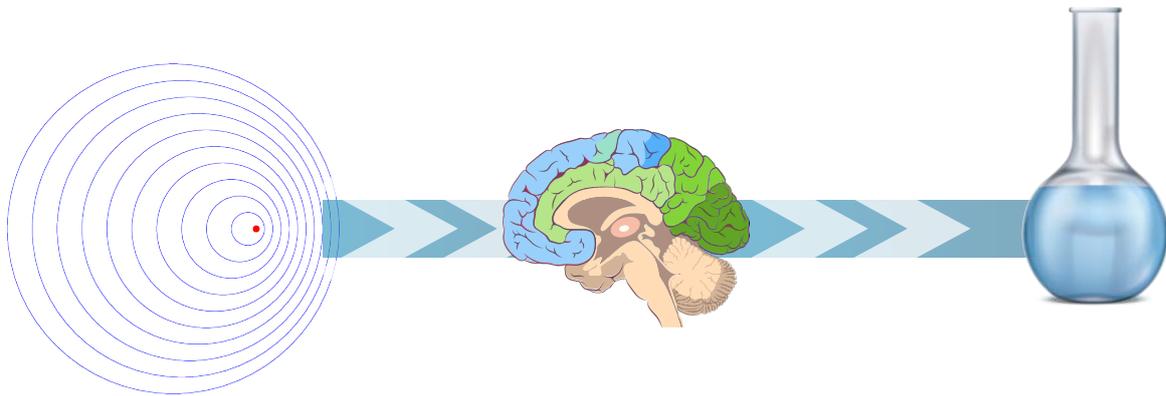
Por ejemplo, si estás pasando por momentos difíciles, pero intentas ver siempre las cosas positivas, no permitiendo que la negatividad gane fuerza o se cultive en tu mente, estás aumentando tu producción natural de serotonina.

Pocas personas aún no comprenden que el medicamento de etiqueta negra que inyecta una cantidad exagerada y sintética de serotonina en el cuerpo no es la solución.

La opción de la medicación es una solución temporal, pero no es algo que se haya logrado. Aunque la persona pueda sentirse bien momentáneamente, los traumas, mapas mentales, influencias, conductas adictivas, frecuencias, siguen ahí, afectando negativamente al paciente.

Esta es la base sobre la que reside el poder de las terapias holísticas, ver al ser como un todo y trabajar las causas del problema.

Al cambiar nuestros patrones mentales y las emociones y pensamientos que cultivamos internamente, podemos alterar la producción de serotonina y otras hormonas del bienestar. De esta forma promovemos nuevas experiencias positivas que fortalecerán nuestros mapas mentales y atraerán personas, lugares, vivencias y experiencias con la misma frecuencia.



FRECUENCIAS

MENTE

HORMONAS

**AFECTACIÓN DE ESTOS FRECUENCIAS
ACERCA DE XHORMÔNIOS**

La frecuencia también juega un papel en el sistema, atrayendo, repeliendo e incluso compartiendo información entre individuos.

Puede entenderse como la propagación de información a través del universo, la energía cósmica, Dios, la conciencia colectiva o incluso la ley de atracción. Es una fuerza invisible, infinita y omnipresente.

En resumen, podemos decir que es la propagación de nuestros estados mentales y emociones en el universo. O la reacción del universo a estos estados que mantenemos.

Dependiendo de la calidad e intensidad de nuestros pensamientos, atraeremos o repeleremos ciertos tipos de experiencias, personas y oportunidades.

Ej: Si eres una persona positiva, que cree que el universo es bondadoso y que todos los problemas en tu vida son una vía/sendero hacia el desarrollo, probablemente tendrás experiencias que fortalecerán este tipo de perspectiva. Del mismo modo, una persona que siempre actúa en una frecuencia negativa atraerá más experiencias con esa frecuencia.

En resumen, una misma situación puede ser interpretada y sentida desde diferentes perspectivas. Dependiendo de cómo sea absorbido y procesado el momento, el individuo estará fortaleciendo o debilitando su evolución emocional.

CICLOS CREENCIA

¿Cómo se crean las creencias? Como hemos estudiado en capítulos anteriores, nuestras hormonas afectan a nuestros estados mentales, influyendo en la forma en que percibimos las situaciones de la vida. Basándonos en estas percepciones formamos nuestro juicio sobre el mundo.

Este proceso se llama ciclo de creencias. Para entender cómo se generan los traumas, el dolor, el sufrimiento y los desequilibrios, necesitamos comprender cómo estas ideas se establecieron y reforzaron en la mente de nuestros pacientes y en la nuestra.



Observa la imagen del lateral, que muestra el proceso de creación de creencias de forma simplificada para que cualquiera pueda entenderlo.

Paso 1(Captura de datos -AZUL); Este es el momento en que la información es neutral en calidad, es solo información, frecuencias captadas por los sentidos humanos. Aquí está todo lo que oímos, vemos y sentimos.

Paso 2(Interpretación – ROJO); Este es el momento en el que se procesan todos los datos según nuestra base de datos interna.

Para decidir si esa información es buena, mala, amenazante o feliz, sea lo que sea, utilizamos nuestro repertorio de experiencias pasadas y principalmente nuestros mapas mentales actuales. Así es como categorizamos y damos significado a las experiencias.

Ej: Si estás en un momento positivo en la vida, entendiendo que hasta los problemas vienen a construir, quizás procesarás un momento negativo desde una perspectiva liviana, incluso generando resultados positivos por tu actitud. Este proceso construye tu madurez emocional.

Paso 3(Reacción (VERDE): Después de la interpretación, que a menudo ocurre en cuestión de segundos, reaccionamos al mundo. Esta reacción puede ser positiva o negativa.



Paso 4(Reacción mundial -ME ENCANTA);

Toda acción genera una reacción proporcionalmente igual en calidad e intensidad.

Por lo tanto, si has procesado y reaccionado de manera negativa, el mundo puede reaccionar de la misma manera.

Por esta razón es difícil salir de los ciclos negativos.

Quienes están experimentando procesos negativos experimentan un ciclo de ideas, vibraciones, hormonas y patrones mentales en la misma proporción.

En este sentido, estas personas pueden beneficiarse del apoyo de un terapeuta holístico para recibir apoyo holístico para armonizar sus energías, emociones y mapas mentales.

Nota: Los círculos virtuosos se expanden y se refuerzan con el tiempo.



**REIKI
USUI**



MANUAL REIKI

Reiki es una palabra japonesa que significa **energía vital universal**. Actualmente, esta palabra se utiliza para identificar el Sistema Usui de Curación Natural (Usui Shiki Ryoho), que recibió su nombre en honor a su descubridor, Mikao Usui.

Rei significa universal y se refiere a la parte espiritual, la esencia energética cósmica, que impregna todas las cosas y rodea todos los lugares. Ki es la energía vital individual que rodea nuestros cuerpos manteniéndolos vivos, está presente y fluyendo en todos los organismos vivos; Cuando la energía Ki abandona el cuerpo, éste deja de tener vida.

Esta energía es conocida en todo el mundo, cada cultura, filosofía o religión.
tiene un nombre para ello:

Prana (India); Chi (China); Energía Bioplásmica (Rusia); Ka (Egipto); Pneuma (antigua Grecia); Energía Vital o Psíquica (Rosacruces); Luz o Espíritu Santo (cristianos); Orgón (Reich); Fuego Central (Pitágoras); Fuego interior (Hipócrates); Magnetismo (Mesmer) Fluido de Vida (Alquimistas); Maná (Kahunas); Baraka (sufíes); Ruach (judíos); Pneuma (galos); Orenda (Indios Americanos).

Reiki es un proceso de encuentro de estas dos energías: la energía universal con nuestra parte física. Se produce después de que la persona se somete a un proceso de afinación o iniciación del método, realizado por un maestro calificado. Podemos decir que Reiki es la acción de la energía Universal, Cósmica, Divina sobre nuestra energía vital individual, restableciéndole su armonía original.

El Reiki es una energía, como las ondas de radio, y puede aplicarse con éxito de forma local o a distancia: no es como la electricidad, no produce cortocircuitos y no destruye nervios ni tejidos más frágiles. Es una energía inofensiva, sin efectos secundarios, sin contraindicaciones, compatible con cualquier tipo de terapia o tratamiento. Es práctico, seguro y eficaz, a través de la técnica, equilibra los siete chakras o centros de fuerza energética sutil, ubicados entre la base de la columna vertebral y la parte superior de la cabeza.

Cuando utilizamos la energía Reiki, estamos propagando nuestras emociones e intenciones positivas a través de frecuencias, con el objetivo de recuperar y mantener la salud física, mental, emocional y espiritual; Es un método natural de equilibrar, restaurar, perfeccionar y sanar el cuerpo, creando un estado de armonía para el ser.

REY + KI

**ENERGÍA
TELÉFONO RICA**

**ENERGÍA
UNIVERSAL**

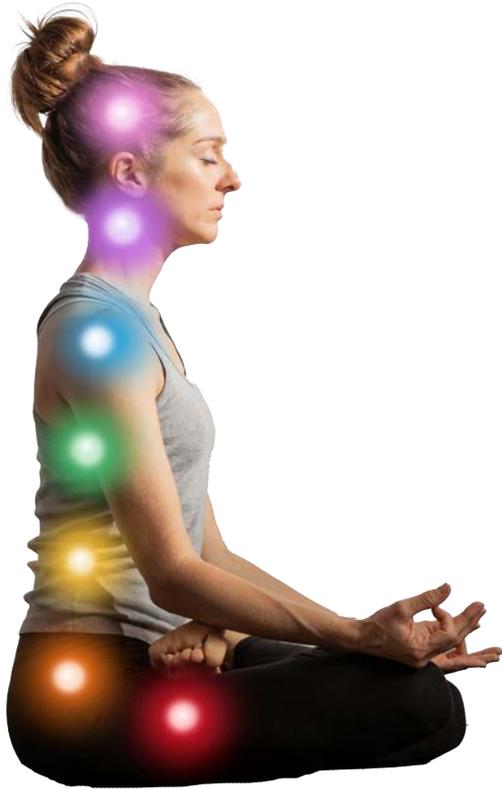
YIN

Femenino
Sombra
Noche
Luna
Agua
Frío
Discreto
Indirecto
Flexibilidad
Calma
Mental
Intuición
Receptivo
Energías
Interno



ANG

Masculino
Lado positivo
Luz
Día
Sol
Calor
Directo
Sólido
Activo
Movimiento
Exterior
Lógica
Introvertido
Estructurado



La nueva era entiende que las líneas y la iniciación fueron herramientas creadas para limitar y evitar que el reiki alcance su verdadero potencial en la tierra.

Son formas "disfrazadas" de control y valorización del YO del amo.

Por ello, en IBRATH hemos desarrollado esta innovadora metodología, que no requiere de ningún tipo de "linaje" o "iniciación" para que la persona pueda aplicar reiki.

ATENCIÓN!

Reiki está al alcance de todos, es fundamental que entiendas que ¡no hay límites para Reiki!

Es una energía que ya está presente en todos nosotros, que no está limitada por el tiempo ni el espacio, y puede viajar entre tu pasado, presente y futuro, llegando a personas que están cerca de ti y a aquellas que están a kilómetros de distancia.

¡Reiki es un regalo del universo y no es posesión de nadie! Aunque Mikau Usui descubrió (decodificó) esta información para hacerla
- accesible a todos, todavía está lejos de considerarse completo.

Por esta razón, en nuestra metodología BRATH, descartamos cualquier tipo de linaje o iniciación.

Creemos que los profesionales en



TERAPEUTAS DE ANOVAERA REIKIANS

Una nueva era para los terapeutas de Reiki se caracteriza por la publicación de este libro y la formación completa del Instituto Brasileño de Terapias Holísticas.

Se trata de **#movimiento holístico** creado por IBRATH. El movimiento holístico tiene como objetivo valorar a los profesionales de la terapia holística y, sobre todo, hacer que las terapias sean más accesibles a todos los brasileños.

A través de este movimiento pretendemos remover el "misticismo" sobre las terapias, los prejuicios e incluso las críticas respecto a los resultados generados, además de promover el bien, el desarrollo personal, difundir el amor y restablecer la armonía social.

Todos estos resultados serán generados por personas y profesionales formados por IBRATH, quienes a través de nuestras metodologías podrán ver más allá de paradigmas y limitaciones.

Este forma, Nosotros seremos capaz de INNOVAR en el terapias ho-
listical, Para crear nuevo técnicas, caminos, conceptos y pro-
parte cada tiempo más valor Para el profesional desde área.

Recuerda: ¡estamos hablando de cosas abstractas, que cada persona siente y percibe de manera diferente! ¡Es por eso que nunca podemos decir que sólo un "maestro" o "gurú" tiene razón! ¡Existen varios caminos hacia la espiritualización!



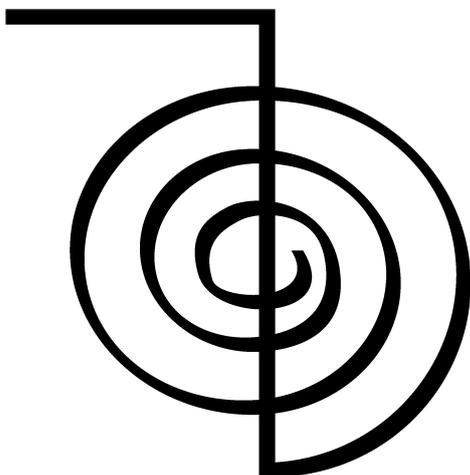
SIMBOLISMO REIKI

I d y el gramo o el metro el

La palabra Reiki se puede escribir con ideogramas japoneses (kanji). Dependiendo del contexto, estos ideogramas pueden tener varios significados:

1. Maravillosa lluvia de energía vital;
2. Maravillosa lluvia que da vida;
3. La idea de algo que proviene del cosmos y, al encontrarse con la tierra, produce el milagro de la vida.
4. Maravillosa lluvia que produce el milagro de la vida;
5. La comunión de una energía superior con una energía terrenal que la complementa;
6. Una energía maravillosa que está por encima de las demás y también dentro de ti, de tal manera que todos pertenecemos a ella.

En algunos casos, este ideograma se refuerza con pequeñas formas que representan granos de arroz que simbolizan la vida.



ELBAMBÚ

De la naturaleza, el Reiki tomó como símbolo el bambú, que en su sencillez resiste al viento (cuando se dobla), pero también está vacío, presenta rectitud y perfección y puede representar metafóricamente el funcionamiento de la energía. El bambú es flexible pero fuerte; Reverencia el viento que lo toca al soplar, se inclina ante la vida mostrándonos que cuanto menos se oponga un ser a la realidad, más resistente será a vivir en plenitud. El bambú es fuerte y se utiliza en construcción de barcos, muebles y construcción civil. De la misma manera, todos los seres que reciben Reiki tienden a volverse fuertes y resilientes.



Entre un nodo y otro, el bambú está hueco, vacío, igual que el espacio entre el cielo y la tierra. Esto representa a aquellos que eligieron ser canales de Reiki, quienes comienzan a funcionar en este vacío como verdaderos "tubos" que dirigen la energía cósmica. La rectitud incomparable del bambú, la perfección de su proyección hacia arriba, así como sus nudos, que simbolizan las diferentes etapas del camino, apuntan al objetivo de nuestro viaje interior: nuestro crecimiento y evolución.

EL COLOR

El color simbólico del Reiki es el verde, que es el color de la curación, así como del amor, también relacionado con el chakra del corazón, responsable de nuestro amor incondicional y sistema inmunológico. Sus ideogramas están realizados en oro, ya que éste es el color cósmico: Reiki es luz que nos transporta a la gran Luz.



La cromoterapia se puede utilizar de diferentes maneras durante una sesión de Reiki, tanto mediante la visualización de colores durante la aplicación, como a través de LEDs, barritas, toallas y otros elementos del ambiente con colores específicos.

El uso de colores mejora la atención y puede ayudar a tratar aspectos específicos de su paciente.

TÚCRISTALES

Aunque poco explorados, los cristales juegan un papel crucial en el simbolismo del Reiki y pueden usarse para la transmutación, energización e incluso desimpregnación de ambientes y pacientes.

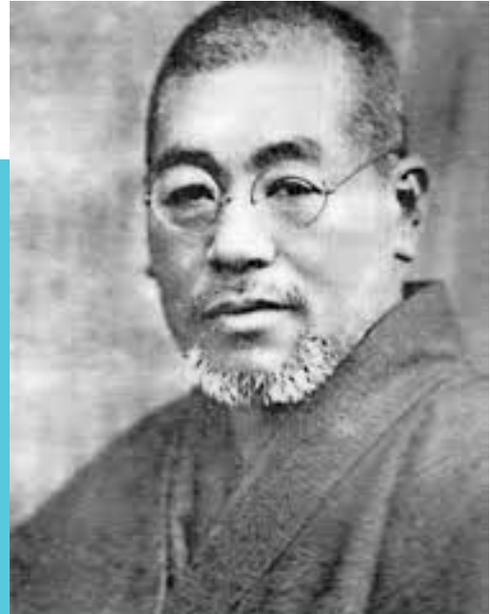
En el reiki tradicional, los cristales no se abordan como parte de la simbología. Sin embargo, en IBRATH entendemos que los cristales son parte del tratamiento, siendo recomendados tanto antes, durante y después del tratamiento.



En este manual tendrás acceso a una lista de cristales que pueden utilizarse en tratamientos de reiki y otras terapias holísticas.

La selección del cristal correcto, junto con la aplicación de Reiki, aporta beneficios al paciente e incluso al entorno donde se realizan los procedimientos.

Reiki



Mikao Usui

FUNDADOR – Primer creador de REIKI

Era un monje budista con conocimientos de diversas técnicas de salud holística. De joven, Usui estudió Kiko (la versión japonesa del Chi Kung, un arte originario de China para mejorar la salud a través de la meditación, ejercicios de respiración y ejercicios de movimiento). La práctica tuvo lugar en el templo budista Tendai en el monte Kurama, al norte de Kioto. Muchas de estas prácticas eran conocidas por los samuráis y todavía se utilizan en varios países asiáticos, además de estar cada vez más presentes en Occidente.

EL VIAJE MIKAOUSUI

Mikao Usui fue un monje budista nacido en Japón el 15 de agosto de 1865, en Taniai Mura (actual Miyamacho). Dedicó toda su vida a estudiar métodos de curación a través del equilibrio espiritual.

También conocido como Sensei, que en japonés significa “maestro honorable”, Mikao Usui jugó un papel fundamental para que hoy en día, innumerables personas obtengan los beneficios de la práctica del Reiki, ampliamente difundida a nivel mundial.

Siempre comprometido a nosotros estudiar de la historia, la medicina, la psicología, el budismo, el ascetismo, entre muchos otros, Mikao Usui llegó a una conclusión significativa:

“El propósito último de la vida es alcanzar un Na-jin Ryu-Mei, que corresponde a un estado de completa paz mental o quietud absoluta”.

El decodificador de Reiki comenzó a estudiar el budismo zen con el objetivo de lograr esta quietud mental. Sin embargo, después de no poder alcanzar el estado de plena iluminación, Mikao Usui decidió retirarse y ayunar en el monte Kurama en marzo de 1922.

EL Luz de Reiki

Según su biografía, durante este retiro, Sensei fue beneficiado por la energía Reiki que invadió su cuerpo y alma, alcanzando finalmente la iluminación que tanto anhelaba.

Después del aislamiento, Mikao Usui se mudó a Tokio y fundó la

Usui Reiki Ryoho Gakkai (Asociación de Tratamiento Usui Reiki), con el objetivo de difundir los conocimientos y experiencias adquiridas.

Los seminarios impartidos por el decodificador de Reiki cada vez eran más populares.

En 1923, el terrible terremoto de Kanto devastó Tokio, matando a unas 140.000 personas y destruyendo 700.000 viviendas, dejando a gran parte de la población sin hogar.

En medio de este sombrío escenario, Mikao Usui tomó la decisión de ofrecer tratamiento gratuito a las personas y familias devastadas por la tragedia. Así fue como la asociación creció rápidamente, siendo necesaria la construcción de unas nuevas instalaciones, inauguradas en 1925.

A medida que la práctica del Reiki comenzó a extenderse por todo Japón, empezaron a aparecer sucursales en varios otros lugares del país, lo que hizo que el Reiki fuera cada vez más conocido.

Mikao Usui murió debido a un colapso en 1925, en Hiroshima, durante un viaje con el objetivo de enseñar Reiki.

MEDITACIÓN MIKAOUSUI

En 1908, en Japón, Mikao decidió emprender **un período de veintiún días de ayuno y meditación**, como lo hacían los antiguos maestros, para purificarse y recibir una visión iluminada. Luego abandonó el monasterio y se retiró al Monte Kurama, la montaña sagrada, ubicada aproximadamente a 25 kilómetros de Kioto. Tomó únicamente los Sutras que había encontrado en el Tíbet, una cantimplora de piel de cabra con agua y veintiuna piedras que le servían de calendario, tirando una cada día. En ayuno absoluto, Mikao se sentó cerca de un pino, escuchando el sonido de un arroyo. Comenzó a meditar, orar, cantar, leer los Sutras y pedirle al Creador que le diera el discernimiento necesario para utilizar los símbolos.

El ayuno y la meditación ampliaron los límites de su conciencia, y al amanecer del día veintiuno, Mikao tuvo una visión: vislumbró una intensa luz blanca que lo golpeó de frente, proyectándolo fuera de su cuerpo y haciéndole sentir una profunda conciencia en comunicación con su "yo mental". Cuando abrió completamente su conciencia, pudo ver muchas luces en forma de burbujas de colores, conteniendo símbolos sagrados en su interior. A través de la comunicación que recibía, comprendió el significado de esos símbolos y su uso.

En ese momento, Mikao recibió su iniciación, el conocimiento de cómo utilizar los símbolos y cómo activar el poder en otras personas, rescatando así el antiguo método de terapia.

Cuando terminó el trance que le produjo la visión, el Dr. Usui se sintió bien, sin hambre, lleno de energía, fuerte y en total plenitud, hasta el punto de que pudo regresar caminando al monasterio. Fue muy diferente a los últimos días de meditación. No sentí los esfuerzos del retiro y del ayuno. Con entusiasmo se puso de pie.
- y comenzó a descender la montaña; Éste fue el primer milagro de la mañana.

TÚ PRIMERO DEMIKAOUSUI

PASOS

Después de la comprensión espiritual y de los símbolos sagrados, Mikao Usui se dedicó a la práctica del Reiki y decidió llevar su descubrimiento más allá de los muros del monasterio. Decidió que trabajaría en barrios pobres, donde la gente no podía permitirse el lujo de que sus problemas de salud fueran tratados por herbolarios y acupunturistas. Se convirtió en vendedor ambulante de verduras en cestas para poder sobrevivir y conocer gente, y luego conoció a los mendigos de Kioto y a todas las personas marginadas por la sociedad de su tiempo, con el objetivo de convertirse en

- hacerlos más felices, más productivos y más dignos.

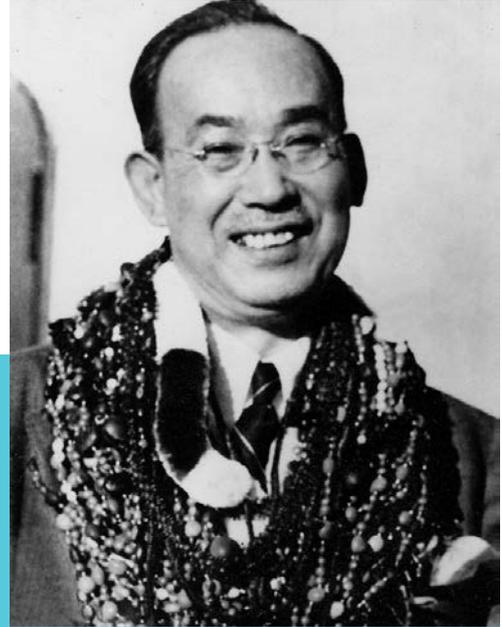
Su intención era curar a los mendigos y pordioseros para que pudieran recibir nuevos nombres en el templo y reintegrarse a la sociedad. Primero curó a los más jóvenes y hábiles y los envió a buscar trabajo a la ciudad para que pudieran vivir mejor. Hizo lo mismo con los ancianos y los guió para que ganaran su vida sin mendigar. Se lograron resultados y muchos quedaron completamente curados.

Una vez cumplida esta etapa, comenzó a recorrer las ciudades y pueblos llenos de personas sin hogar y enfermos, ayudándoles. - ellos con la técnica que tenía. Durante tres años trabajó con los marginados de la sociedad y después de esta peregrinación por las ciudades y pueblos de Japón, regresó a Kioto donde, para su decepción y tristeza, encontró que muchos de aquellos a quienes había ayudado e inducido a permanecer

Al tener trabajo honesto, habían vuelto a la mendicidad, en las mismas condiciones anteriores de miseria. Intrigado, les preguntó por qué, aunque podían trabajar, no lo hacían. Respondieron que era más fácil mendigar que trabajar duro.

En ese momento comprendió que el esfuerzo realizado para beneficiar a los demás, para investigar, descubrir y donar, no había sido suficiente; Se dio cuenta de que había curado el cuerpo físico de los síntomas, pero no había enseñado una nueva forma de vivir. Se dio cuenta de que aquellas personas no habían aprendido nada sobre la responsabilidad y, sobre todo, sobre la gratitud. La sanación del espíritu, tal como predicaban los monjes, era tan importante como la sanación del cuerpo, ya que la aplicación del Reiki no había hecho más que validar y ratificar la condición de mendigo en aquellas personas. Le quedó clara la importancia del intercambio de energía: la gente debía devolver lo que había recibido, o la vida no tendría ningún valor para ella.

En esta ocasión, el Dr. Usui creó los cinco principios del Reiki. Mikao dejó su trabajo con los mendigos y decidió enseñar a aquellos que querían saber más: enseñó a sus discípulos cómo curarse a sí mismos y les dio los principios del Reiki para ayudarlos a lograr la armonía de los cuerpos físico, emocional, mental y espiritual.



1925

Chujiro Hayashi

Fue uno de los estudiantes más devotos de Mikao.

Chujiro Hayashi nació el 15 de septiembre de 1880 y fue médico y oficial naval que se graduó en 1902. Su vida estuvo marcada por la guerra ruso-rusa. - Japonesa desde 1902 a 1906 y a través del aprendizaje de Reiki, del que llegó a ser Maestra (Shihan) en 1925.

IMPORTANTE

Chujiro Hayashi

Chujiro Hayashi, nacido en 1878, provenía de una familia acomodada. - personas educadas que tenían considerable riqueza y estatus social. Chujiro era doctor en medicina, hablaba inglés y era comandante de la Armada Imperial Japonesa. A los 49 años, ya en la reserva de la Marina, buscaba la manera de ayudar a los demás, cuando en una de sus conferencias conoció al Dr. Usui. Por ser joven y estar jubilado, comenzó a viajar con él, acompañándolo en su labor de sanación y enseñanza. Hayashi fue uno de los estudiantes más devotos de Mikao, se involucró profundamente en la práctica de Reiki y recibió todas las enseñanzas del maestro.

Alrededor de 1920 a 1930, el Dr. Usui, sintiendo que su vida estaba llegando a su fin, comunicó a los demás maestros que Hayashi era la persona elegida para continuar su obra, designándolo como su sucesor. Hayashi asumió la responsabilidad de difundir la técnica, formar nuevos maestros y garantizar que el Reiki continuara tal como él lo había practicado. Así pues, el Dr. Hayashi fue el segundo gran maestro de reiki.

El doctor Hayashi, consciente de la importancia del método, fundó la primera clínica de Reiki en Tokio, cerca del palacio imperial. La clínica contaba con ocho camas, donde en cada una de ellas dos practicantes de Reiki trataban a las personas y sus problemas. En esa época, los riesgos quirúrgicos eran muy altos, ya que la penicilina solo se lanzó a nivel mundial después de 1945. Hayashi, en su clínica, no recibió apoyo financiero del gobierno, pero logró mantenerla en funcionamiento durante

durante más de veinte años, gracias a la ayuda de quienes pudieron costear sus tratamientos y a los excelentes resultados que obtuvo. La clínica ha llegado a ser reconocida como una alternativa válida para todo tipo de problemas.

La clínica no sólo curaba, sino que también enseñaba a los nuevos discípulos cómo practicar el método, y los nuevos terapeutas también salían a curar a personas que no podían moverse. Hayashi mantuvo registros detallados del tratamiento y produjo una extensa documentación que demuestra que Reiki encuentra la fuente de los síntomas físicos y revitaliza todo el cuerpo. Esta información le sirvió para repensar las posiciones de aplicación y sistematizar los niveles de Reiki.

En 1938, el Dr. Hayashi, que también era militar, presentía que una gran guerra estaba comenzando y que muchos hombres morirían. Luego decidió nombrar a su esposa, Chie Hayashi, y a la Sra. Hawayo Takata, como maestras sucesoras. Chujiro Hayashi murió el martes 10 de mayo de 1941, habiendo elegido a la Sra. Takata para continuar la difusión del Reiki en Japón y otras partes del mundo. Vale la pena señalar que, en ese momento, solo había cinco maestros vivos, y entre ellos estaba su propia esposa, Chie Hayashi.

1937



HAWAYO TAKATA

Takada fue otro personaje de la historia que dedicó toda su vida a la aplicación y desarrollo del REIKI.

Ella fue la precursora de una revolución REIKIANA, responsable de realizar numerosas adaptaciones para que el Reiki pudiera ser llevado a Occidente.

Takata se dio cuenta de que los conceptos tradicionales de REI-KI eran demasiado abstractos para que los occidentales pudieran entenderlos y asimilarlos. Por ello creó posiciones de autoaplicación y simplificó el concepto de reiki.

EL IMPORTANTE Hawayo Takata

Hawai Takata Él nació en 1900 en la isla de Kauai, Hawaii.

Llegó a la clínica del Dr. Hayashi sufriendo varias afecciones médicas graves que podrían resolverse con Reiki, pero anteriormente había buscado tratamientos médicos occidentales convencionales para su tumor, cálculos renales y apendicitis. Se cuenta que, en la mesa de operaciones (antes de que comenzara la cirugía), Takata escuchó una voz que decía: "La cirugía no es necesaria". Entonces ella rechazó la operación y le preguntó a su médico si conocía alguna otra forma de recuperar su salud. Así fue como el médico la remitió al Dr. Hayashi y comenzó a recibir tratamientos.

Takata era bastante escéptico sobre el Reiki. Sintió tanto calor de las manos de los curanderos que estaba segura de que estaban usando algún tipo de equipo eléctrico, tal vez pequeños calentadores eléctricos colocados en las palmas de sus manos. Miró dentro de las grandes mangas de sus kimonos, debajo de la mesa de tratamiento, pero por supuesto no había nada allí. Su escepticismo se convirtió en convicción después de que se resolvieron sus problemas de salud y decidió que aprendería Reiki.

El Dr. Hayashi quería enseñar Reiki a otra mujer además de su esposa (ya que una mujer no sería llamada a luchar en una guerra), y como la Sra. Takata era tan persistente, decidió enseñarle Reiki a ella. Durante dos años permaneció en Japón. Regresó a Hawaii y semanas después recibió

Obtuvo el Máster cuando fue a visitar - ella, lo que ocurrió en 1938. Ella fue la decimotercera y probablemente la última Maestra de Reiki que inició el Dr. Hayashi.

Al principio, Takata no enseñaba Reiki, se dedicaba únicamente a hacer tratamientos. Sólo después de 40 años, en 1978, comenzó a enseñar, lo que hizo durante los dos años siguientes. Hasta su muerte en 1980, formó a 22 profesores.

Hasta hace poco, todos los maestros y practicantes de Reiki en el mundo occidental derivaban su linaje de ella, del Dr. Hayashi y de Mikao Usui.

La tradición de los 22 maestros originales de Reiki se ha extendido por América del Norte y del Sur, Europa, Nueva Zelanda y Australia. Es casi imposible calcular el número de maestros y practicantes de Reiki que hay en el mundo hoy en día.

Takata Él terminó ser llamar de "Maestra Principal" de Reiki, haciendo una distinción entre ella y los Maestros que la formaron. Este es un título que no fue creado por Mikao Usui. El Reiki no se basa en la idea de gurús o grandes maestros a los que hay que rendir homenaje, aunque esta idea se difunde erróneamente en Occidente.

LOS 5 PRINCIPIOS DE REIKI

Los cinco principios del reiki son:

Sólo por hoy...

1.No me siento enojado

2.No me preocupo

3.Estoy agradecido

4.Hago mi trabajo honestamente

5.Soy amable y cariñoso con todos los seres vivos.

Sabemos que nuestra energía está dirigida hacia nuestro enfoque. Si nos preocupamos por algo, dirigimos nuestra energía hacia esa preocupación. Sin embargo, podría utilizarse para superar este desafío. Cuando la ansiedad y la preocupación están presentes, las dimensiones se distorsionan, los desafíos siempre parecen más grandes de lo que realmente son.

La "preocupación" no impedirá un acontecimiento, al contrario, puede hacerlo más extenso, pues ya estará causando sufrimiento incluso antes de que ocurra. Nuestra vida está hecha de ciclos, por lo tanto, necesitamos proteger nuestra energía desde el momento en que sembramos para esperar una cosecha abundante.

Sólo hoy, sé agradecido por tus bendiciones y sé humilde. Cada día, cada momento, tenemos un motivo para expresar nuestra gratitud.

Cada momento tiene un potencial creativo y transformador. Incluso en situaciones que ahora

parecen un castigo, en el futuro podremos reconocerlos como una bendición. Cada momento es único y fuente de aprendizaje. Si tenemos esta conciencia, reconoceremos los "dones divinos".

La humildad es la conciencia de que todo es parte del Todo. Todo en el Universo tiene la misma importancia, ya que todos somos manifestaciones de la misma energía. Por tanto, ser humilde se trata de hacer nuestra parte sin preocuparnos por el reconocimiento, sólo por la satisfacción de cumplir nuestra misión y ser conscientes de que nuestra misión no es más ni menos importante que la de nuestros semejantes.

Sólo hoy, gana tu vida honestamente.

Hacer lo que hay que hacer es gratificante. Aprender a amar lo que hacemos, una bendición. Ser correcto en nuestras actividades es mostrar nuestra gratitud y reconocer esta bendición. La honestidad es una semilla preciosa, entre sus frutos están la tranquilidad y la abundancia. Cuando trabajamos honestamente somos bendecidos con el suministro de todas nuestras necesidades.

CANAL DE ENERGÍA REIKI

Recuerde que el practicante de Reiki es sólo un canal de energía cósmica, el mediador para la curación. No debería ser engreído. - ya sea cuando se manifiesta una cura o estar triste cuando no lo hace, ya que hay muchos factores que pueden impedir esta manifestación. Nunca interfieras con tratamientos médicos a menos que seas un profesional en el campo.

El diagnóstico es una prerrogativa médica, por lo que hay que evitar hacerlo, ~~incluso~~ acto, No lo es co. También en cualquier ¿Funciona el Reiki? q preventiva

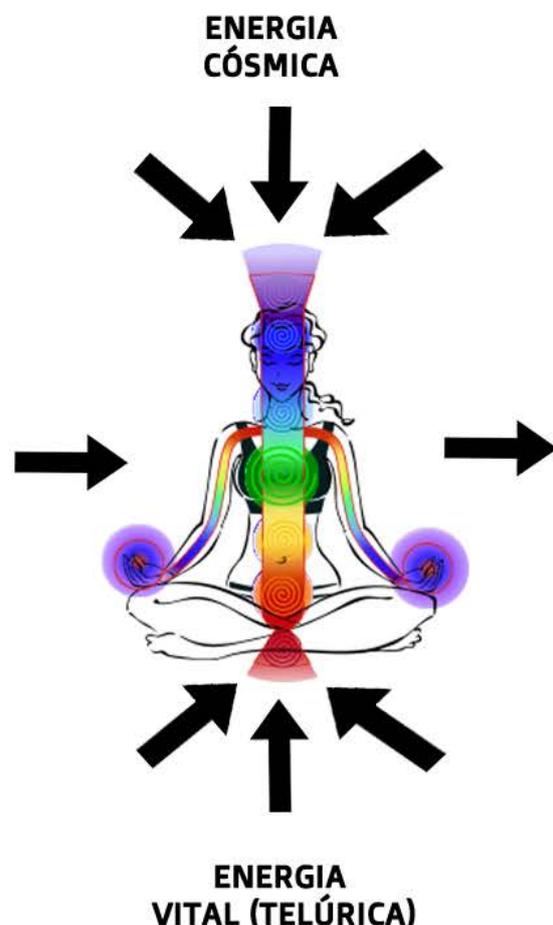
No existe ningún riesgo de es "tirado" p Él lo recibirá edad y merecido drão para el pe puede manifestarse juego, palpita cos, vibraciones, fondo, o pod

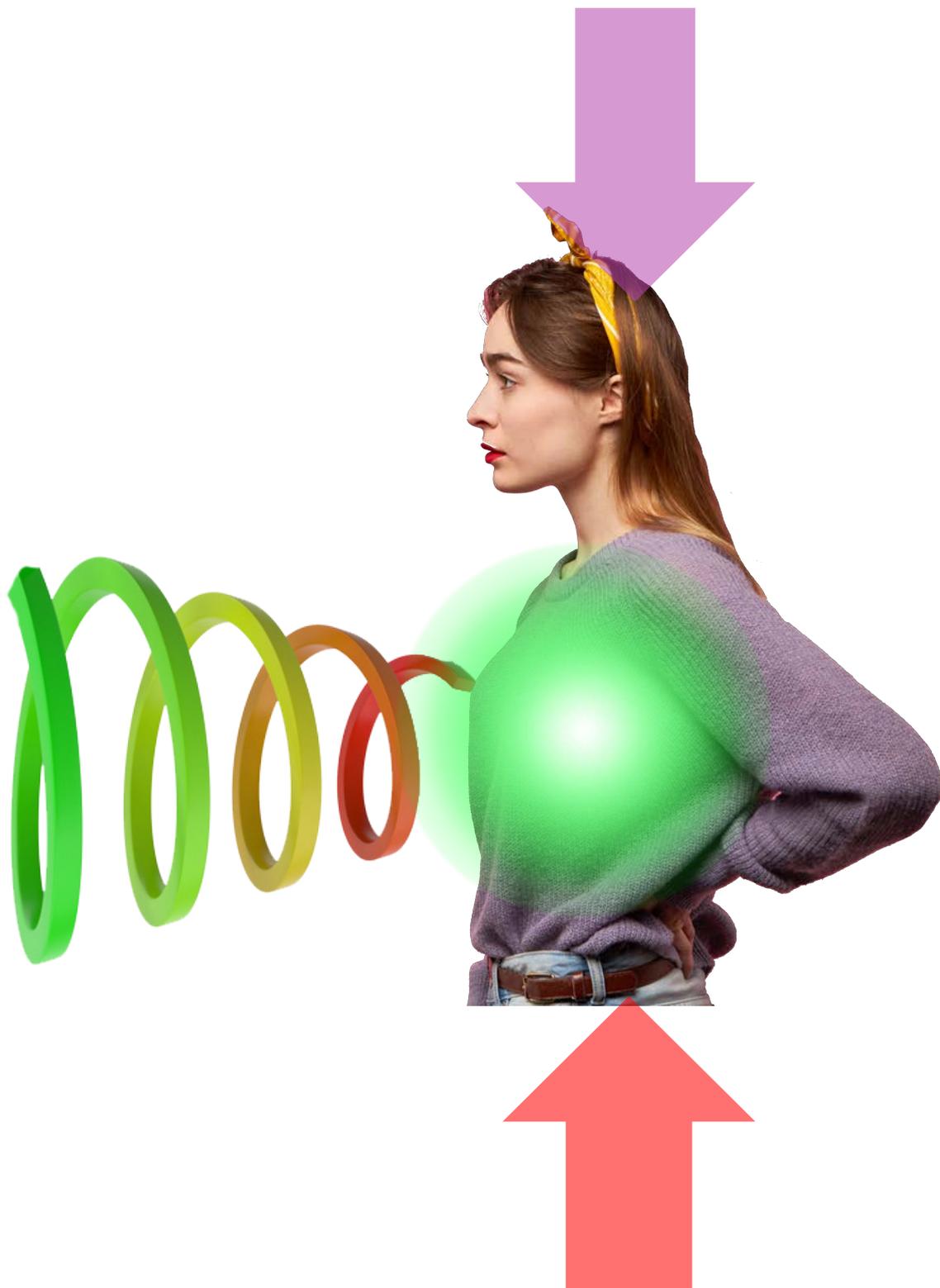
El ideal es con tres sesiones con Obtienes un desde. La duración de cada ca 20 sesiones, o de las sesiones de bilidad del te

Es común que, receptor, al fi - Si en paz, yo armonizado. receptor del recibo

En este caso es aconsejable dejar reposar un tiempo después de su aplicación.

Es importante finalizar la sesión con un escaneo del aura, un procedimiento rápido que conecta a tierra al receptor. Agradece al Dios de tu devoción por la oportunidad de compartir este don con tus semejantes, sirviendo como canal para el restablecimiento de la armonía y el equilibrio. Lávate las manos y avísale.







POSICIONAMIENTO REIKI (MANOS)

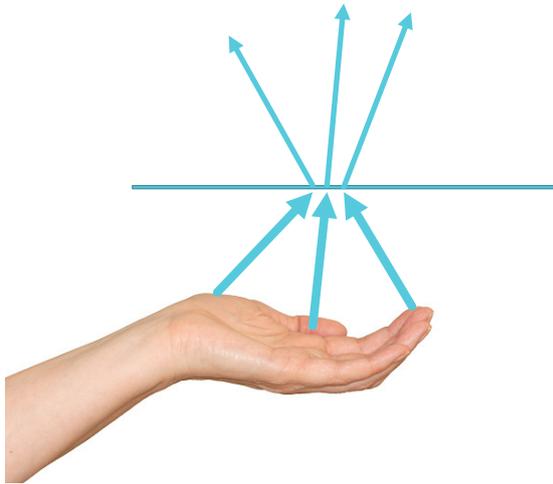
Las manos del practicante de Reiki deben estar en forma de taza (como si estuviéramos bebiendo agua de una fuente), con los dedos agrupados. En esta posición, el Reiki fluirá a través de las palmas de tus manos. Al cambiar de posición, debemos hacerlo suavemente, moviendo una mano a la vez, para que el flujo se mantenga constante.

No existe necesariamente una única regla para aplicar Reiki, ya que cada persona siente y propaga las energías de diferentes maneras. Sin embargo, para aquellos que recién comienzan a utilizar Reiki, recomendamos enfáticamente que apliquen el Reiki con las manos en forma de copa..

Esta posición ^{él lo hace} con ^{hacia} qué energías propagado naturalmente. A través de tus manos se dirigen a un solo punto (foco), aumentando drásticamente la eficiencia y los resultados de tu servicio.

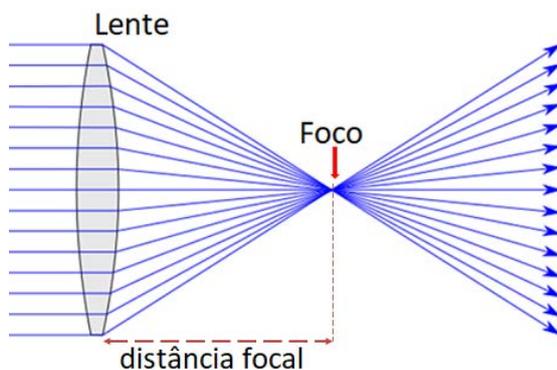


La imagen del lateral muestra el for-
Pero, ¿cómo se propaga la energía a través de...?
¡A través de tus manos!
Siempre en formato espiral y en movimiento.



La propagación energética del reiki funciona como una lente convergente, es decir, converge y dirige toda la energía a un punto focal.

Cuando ahuecamos nuestras manos, dirigimos nuestra energía a una única fuente eficiente en un área específica que necesita tratamiento.

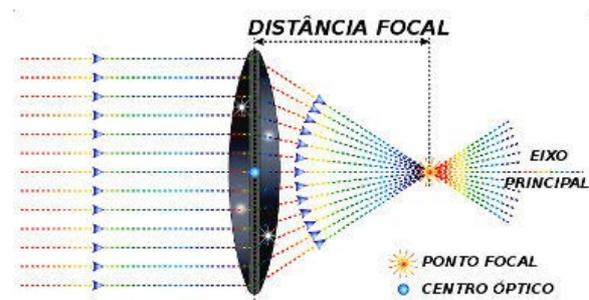


Lo mismo ocurre con nuestra mente. Si tus pensamientos están dispersos durante el servicio, no podrás concentrar tus intenciones. Para obtener buenos resultados, necesitas aprender a dirigir tus emociones, sentimientos e intenciones hacia un solo punto.

Esta dirección física (a través de las manos) y mental (a través de las emociones y las intenciones) es crucial para que la energía tenga el poder de generar buenos resultados.

Un consejo para los que recién empiezan: siempre que apliquen Reiki intenten pensar sólo en una emoción y en nada más. Cuanto mayor sea tu enfoque y tu capacidad para generar la intención que quieres propagar internamente, más poderoso será tu reiki.

Te recomendamos que elijas siempre el amor, la emoción más poderosa que existe.



En todos los servicios que prestes, intenta centrarte en lo que importa. Deja todos los problemas, dudas, inseguridades para después.

Cualquier intención que no esté centrada en el presente hará que toda la energía se disipe.

Recuerde la analogía: para obtener un resultado eficiente, debe trabajar como una lente convergente que dirige toda la energía hacia un solo punto. Cuanto más concentrado estés, más intenso será tu servicio.

CEREMONIAS SENSIBILIDAD

Un excelente ejercicio para desarrollar la sensibilidad es a través del emparejamiento de manos. Esta es una técnica sencilla que consiste en:

1. Coloque las manos una al lado de la otra, como se muestra en la imagen de abajo.
2. Cierra los ojos y, poco a poco, acerca tus manos hasta un punto en que casi se toquen.
3. La intención de este ejercicio es "sentir" la presencia de las manos.
4. Para aumentar la percepción, puedes realizar movimientos circulares, acercar y alejar la imagen, rotar.
5. Siente la energía presente entre tus manos. Es como un campo electromagnético que se forma cuando te concentras.
6. Para mejorar aún más esta experiencia, visualice una

7
8

EL
S
OK



POLARIDAD REIKI (MANOS)

Todos tenemos más canales abiertos para recibir y propagar energía. Esta estructura es algo muy personal e individual. Sin embargo, en la mayoría de los casos tenemos un patrón que podemos seguir.

Generalmente, la propagación de energía ocurre como se muestra a continuación: nuestra mano izquierda recibe y nuestra mano derecha dona (propaga) energía.



Un buen ejercicio para entender este flujo es observar qué mano es más activa y cuál es más pasiva. Generalmente la mano más activa es la que distribuye la energía, mientras que la mano más pasiva es la encargada de recibirla.

Cuando este mecanismo esté claro en tu mente, podrás dirigir mejor tu atención, dando mayor foco durante la propagación a tu mano "activa" y, en los momentos de sentir y captar lo que tu paciente está sintiendo, dando mayor foco al uso de tu mano "pasiva".

Ser consciente de esta sencilla técnica puede mejorar su atención hasta en 2x.

EL PODER VISTA

Podrás realizar el entrenamiento que quieras, aprender miles de técnicas con el maestro más sabio del mundo. Sin embargo, si no eres capaz de desarrollar el poder de la visualización, nunca podrás utilizar y beneficiarte del Reiki.

Muchos podrán cuestionarlo, pero la herramienta/habilidad más poderosa para el practicante de Reiki es el poder de la visualización. A través de la visualización, podemos crear/generar cualquier tipo de emoción/intención que deseemos.

Este poder puede entenderse como nuestra capacidad de “dar forma” a nuestros estados emocionales a través de la creación de escenarios mentales.



ROMPER OFIM DE PARADIGMAS DEL “MAESTROS”

Para que los practicantes de Reiki alcancen su máximo potencial y sean reconocidos por su competencia, muchos conceptos e ideologías deben cambiar.

Un cambio necesario es eliminar el uso del término “amo”, ya que esta palabra remite y fomenta estados de sobrevaloración, distanciamiento y egocentrismo del llamado “amo”.

Debido a esta idealización, el “maestro” termina representando una etapa muy avanzada para el alumno, y casi imposible de alcanzar para éste. Además, muchos autoproclamados “maestros” crean una personalidad mística y espiritualizada que está completamente alejada de la realidad del estudiante. Esta relación hace que muchas personas no quieran continuar sus estudios, pues creen que para llegar a ser “Maestro” necesitan hablar, actuar y ser de una determinada manera.

Otro punto negativo de la idea del “maestro” es la limitación que ocasiona en la verdadera comprensión del reiki y sus energías, ya que hoy en día existe la creencia limitante de que sólo los “maestros” de ciertos linajes tienen el poder de iniciar, enseñar, activar y compartir el conocimiento del reiki.

Este concepto limitante bloquea la verdad del reiki, ya que el reiki es una energía universal que está presente en todos los seres. Esta energía es infinita y ha estado activa dentro de nosotros desde el momento en que nacemos y por eso nadie tiene el poder de activar o iniciar una energía, lo cual ya es natural en cada ser humano.

Por estas razones, en IBRATH utilizamos el término “guía” o “herramienta” para referirnos a los llamados “maestros”. El “maestro” es sólo una herramienta que ayudará al estudiante/paciente a encontrar sus propios caminos internos. Guía al individuo a reconectarse con esta energía natural que siempre ha estado presente.

Nota: Consideremos, por ejemplo, que Mikao Usui no tuvo “maestros”, él descubrió el camino para acceder al Reiki y a todo este conocimiento por sí mismo. De la misma manera, no hay necesidad de “maestros” o “linajes” para acceder a este poder, es intrínseco y sólo necesita ser despertado.

¿QUÉ ES SER? ¿REIKI?

Ser practicante de Reiki significa buscar siempre el desarrollo y el aprendizaje. Son individuos que, en esencia, desean vivir su verdadera misión en la tierra.

Ser practicante de Reiki significa entender que la formación no “te hace practicante de Reiki”, requiere una actitud que busca el crecimiento constante y el autodesarrollo. Es entender que tenemos responsabilidad emocional y todo lo que pensamos e intuimos afecta nuestra vida y la vida de las personas que tratamos.

El practicante de Reiki entiende la verdad detrás de las personas y las situaciones, vive en sintonía con el amor y la misión de ayudar a los demás. Es una persona muy presente y dedicada a su desarrollo personal.

No existe ningún prerrequisito, iniciación o incluso mérito para convertirse en un practicante de Reiki. Ser practicante de Reiki está más conectado a un estado de presencia y búsqueda constante de desarrollo que necesariamente a un título.

Las personas que tomaron un curso de Reiki hace 5 años y nunca buscaron desarrollarse nuevamente no pueden considerarse practicantes de Reiki.

Si eres una persona que está siempre en búsqueda de conocimiento, alineada con el presente y con tu verdadera misión en la tierra, es probable que seas un potencial practicante de Reiki.

Durante tu viaje de aprendizaje recuerda que un practicante de Reiki no es un ser “perfecto”, también comete errores, se lastima, tiene miedos e inseguridades. La única diferencia es que el practicante de Reiki es consciente de sus procesos y trabaja duro cada día para transformarse en una mejor persona.



QUÉ OREIKI Él puede HACER ?

Realizar Reiki implica la transferencia de energía vital para promover el equilibrio en las energías del cuerpo de otra persona, generando una sensación de bienestar, mejorando el estado de ánimo y promoviendo la salud física. También se utilizan técnicas de meditación y ejercicios de respiración, que reportan algunos beneficios, por ejemplo:

1. Reduce los síntomas del estrés y la ansiedad.

Este tipo de terapia puede ser un excelente aliado en el tratamiento de la ansiedad, debido a la sensación de relajación y bienestar que proporciona. También es posible reducir los síntomas del estrés, que causan ansiedad, sustituyéndolos por una sensación de paz interior que estabiliza el cuerpo y la mente.

Algunas clínicas y terapeutas de Reiki pueden enseñar a los pacientes cómo utilizar los principios del Reiki en su vida diaria, con el objetivo de aplicar la técnica en momentos de mayor estrés y ansiedad.

2. Ayuda a tratar la depresión.

Mediante la aplicación de técnicas manuales, es posible alinear la energía vital del cuerpo y reducir los síntomas provocados por esta enfermedad, como la tristeza excesiva, el cansancio físico y la pérdida de energía e interés en actividades que antes generaban placer.

Antes de iniciar las sesiones de Reiki, es importante consultar con un psiquiatra si los síntomas son intensos, para evaluar la necesidad de medicación antidepresiva. El Reiki se puede utilizar junto con el tratamiento farmacológico y puede potenciar sus efectos positivos.

3. Reduce el dolor crónico

La relajación producida durante la práctica de Reiki contribuye al tratamiento de dolores crónicos, como dolores de espalda y dolores de cabeza, ya que reduce la tensión y la fatiga muscular, por ejemplo. En estos casos, aunque se recomienda seguimiento médico con un traumatólogo o neurólogo, la terapia puede reducir la necesidad de analgésicos o relajantes musculares.

Además, los efectos del Reiki sobre el dolor crónico se pueden sentir en las primeras sesiones, ya que el practicante de Reiki ralentizará la energía de la persona, cambiando la vibración y la velocidad, produciendo ondas alineadas en los chakras equivalentes a los órganos afectados.

4. Alivia los síntomas del insomnio.

La sensación de bienestar liberada a través de la práctica de Reiki es capaz de aumentar

Estimulan la producción de hormonas como la serotonina y la endorfina, que son excelentes aliadas para combatir el insomnio. Además, la relajación también contribuye a este objetivo de mejorar la calidad del sueño.

5. Mejora la calidad de vida

La terapia Reiki mejora enormemente la calidad de vida ya que libera la tensión emocional, limpia la mente y promueve la relajación interior. Reiki canaliza sentimientos de esperanza, bienestar, alegría, paz y confianza en uno mismo en una persona, facilitando la realización de las tareas diarias con más propósito y entusiasmo.

Por todos estos beneficios, se puede decir que el Reiki es una terapia que mejora la salud física y mental.

Beneficios del Reiki durante el embarazo

La relajación y calma que proporciona el Reiki puede ser muy útil durante el embarazo, aliviando síntomas de ansiedad, inseguridad, estrés y dolores corporales que son comunes durante este período.

Además, el control del estrés reduce la producción de hormonas negativas, como el cortisol y la adrenalina, que pueden provocar un aumento de la presión arterial, riesgo de preeclampsia y parto prematuro.



PROPAGACIÓN TIC ENERGÉTICO

Sin darnos cuenta, constantemente transmitimos energías a las personas que nos rodean. Cada vez que piensas en algo y mantienes ese pensamiento durante un cierto período de tiempo, imaginando y visualizando cosas energéticamente (emocionalmente) similares, automáticamente estás propagando energías.

La propagación es algo involuntario que ocurre en todo momento, independientemente de tu deseo. Es como respirar, los latidos del corazón, la división celular... no tienes que pensar para que este proceso ocurra.

Contrariamente a lo que mucha gente piensa, no es posible "detener" o acabar con esta propagación. Desde el momento en que naces hasta el momento en que mueres, estarás difundiendo energías e intenciones al mundo que te rodea. De la misma manera que es casi imposible detener tus pensamientos y emociones.

De esta manera, el único camino que nos queda como humanos es controlar o dirigir mejor esta propagación para que esté siempre ligada a las frecuencias y vibraciones más altas. Pero debe ser una propagación consciente y responsable de los resultados que está generando.

Ej: Cuando piensas en el fracaso, la vergüenza y el miedo, automáticamente estás difundiendo esa energía a tu alrededor. Esta energía disipada "invitará" y atraerá energías similares hacia ti. Automáticamente tendrás experiencias en tu vida que comprobarán o fortalecerán los pensamientos que tenías anteriormente.

De la misma manera, cuando aplicamos reiki, pensamos en el amor o la energía/emoción que falta en nuestro cliente. Cultivamos este sentimiento profunda e intensamente para que pueda desbordarse y transmitirse a través de nuestras manos a la persona a la que servimos.

La verdadera curación del Reiki no está en las técnicas, sino en nuestra capacidad de generar estados de amor intensos y profundos, capaces de desbordarse internamente en nuestras vidas y tocar la vida de otras personas.

Por esta razón, no es posible "curar" ni ayudar a nadie hasta que esté sanado y armonizado a nivel personal. Antes que nada, debes ser consciente de esta propagación y también debes tener control total sobre ella.

REBOSAR TIC ENERGÉTICO

Mucha gente considera que el Reiki es algo muy complejo o incluso místico, difícil de acceder y comprender.

Para nosotros en IBRATH, reiki es simplemente el desbordamiento energético de tus emociones, intenciones y todo lo que cultivas internamente en tu mente. En otras palabras, si cultivas la sanación, la paz, el amor, la armonía y las cosas buenas, automáticamente transmitirás esta frecuencia (energía) a las personas. Lo mismo ocurre si cultivas frecuencias negativas.

Aplicar Reiki no es más que desbordar energéticamente un estado mental de sanación de forma consciente.

Una gran lección que nos deja el Reiki es la de la responsabilidad energética, ya que a través del conocimiento somos capaces de generar sanación o daño en la vida de las personas que nos buscan.



SÍMBOLOSREIKIANS

Existen varios tipos de símbolos, algunos son naturales (geometría sagrada), otros fueron creados por el ser humano, por ejemplo: la cruz, el reiki, el sánscrito, los símbolos radiónicos, etc.

Los símbolos de Reiki fueron “creados” a través de la adaptación del antiguo idioma chino y algunos símbolos y manuscritos sánscritos antiguos.

Según la historia del “redescubrimiento del reiki”, Mikao Usui encontró antiguos sutras budistas que contenían símbolos sagrados escritos por un discípulo de Buda. Al meditar sobre ellos en el Monte Kurama durante 21 días, descubrió la clave que le permitió despertar esta maravillosa técnica de curación.

Los símbolos son representaciones de un aspecto de la energía, son poderosas herramientas sagradas, compuestas de yantras (dibujos energéticos) y mantras (sonidos energéticos). Se convierten en una clave para conectar ciertos patrones de energía. No necesitamos estar en un estado meditativo para que funcionen. Sin embargo, lo ideal es que seamos receptivos y abiertos al amor.

Cualquier tipo de energía o significado atribuido al símbolo está estrictamente vinculado al individuo y no al símbolo en sí. El símbolo es simplemente una representación de una energía, significado y frecuencias que ya existen dentro de nosotros. Sin la existencia de los seres humanos, estos no serían capaces de realizar ninguna tarea.

La persona que tiene el poder de activar el significado de un símbolo es el terapeuta o la persona que lo utiliza.

Si quieres convertirte en un profesional o utilizar los símbolos de la mejor manera posible, es esencial que entiendas que el poder está y siempre ha estado dentro de ti. Los símbolos son sólo un canal que facilita la expresión y enfoque de toda esta energía.

No es necesaria ninguna activación o iniciación cuando se trata de símbolos. El poder nunca estuvo en el símbolo, sino internamente dentro de nosotros, almacenado en nuestro inconsciente. Para que las terapias holísticas y el reiki sean reconocidos, necesitamos romper algunos paradigmas.

SÍMBOLOS ENERGÉTICOS

Hay mucho misticismo, paradigmas e información engañosa sobre los símbolos cósmicos del reiki.

Antes de comenzar tus estudios sobre los símbolos, es importante que aprendas la verdad sobre este conocimiento.

- 1.No es necesario realizar ninguna sintonización para utilizar los símbolos. Como el verdadero poder reside dentro de nosotros, los símbolos son sólo una materialización y una forma de canalizar esta energía.
- 2.Se inventaron los símbolos del Reiki. A diferencia de la geometría sagrada que está presente en la naturaleza y es parte de la creación, los símbolos de Reiki fueron creados por Mikau Usui quien se basó en varios manuscritos, lenguas antiguas y mantras.
- 3.No existen restricciones en el uso de símbolos.
- 4.Cualquiera que haya estudiado los símbolos en profundidad puede utilizarlos.

Además de estos puntos, existen numerosos paradigmas que deben romperse para que el Reiki alcance su verdadero potencial.

Durante muchos años ha sido limitado por maestros e instituciones que han construido una ideología dogmática capaz de restringir el reiki y su verdadero poder.

De esta manera, IBRATH desarrolló una metodología totalmente innovadora, acorde a los tiempos actuales.

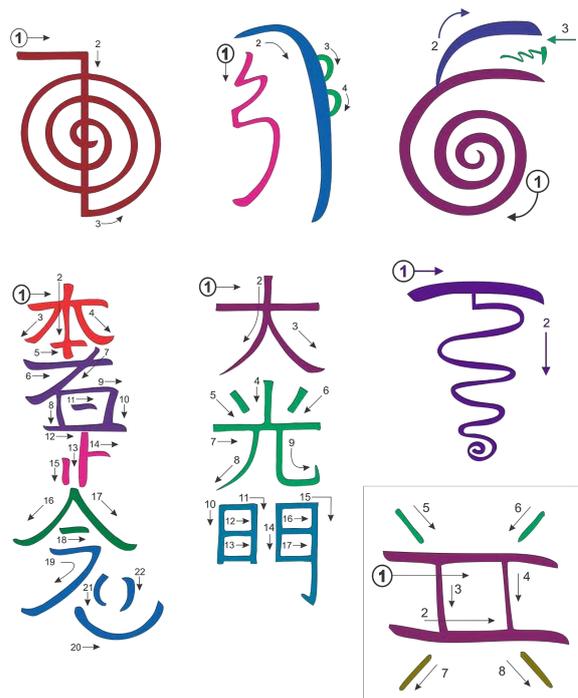
más capaz de aclarar el verdadero poder del reiki y los símbolos.

De esta manera, el estudiante/profesional debe comprender que los símbolos son una herramienta que, sin el practicante de Reiki, no tienen poder alguno.

El verdadero poder reside en el individuo y en su capacidad para dirigir y intencionar el poder de cada símbolo energético.

Cuanto más estudies el símbolo, lo sientas y lo utilices, más poderoso será en tus servicios.

Recuerda: Nadie tiene el poder de iniciarte o activar algo que ya existe dentro de ti. Este concepto fue creado sólo para limitar el Reiki y acariciar el ego de ciertos Maestros.



Chokurei

Cho Ku Rei es el “Símbolo del Poder”, pero no literalmente.

No proporciona ninguna habilidad única, pero te ayuda a concentrar una gran cantidad de energía universal en un área.

Por eso Cho Ku Rei se puede traducir como:

“Poniendo todo el poder del Universo en el aquí, ahora.”

Cho Ku Rei tiene los siguientes atributos:

- 1.Limpieza;
- 2.Activación;
- 3.Protección;

El símbolo actúa como un “interruptor de luz” antes de comenzar un tratamiento de Reiki y aumenta su capacidad para dirigir la energía donde se necesita.

También puede amplificar el poder de cualquier símbolo de Reiki.

En términos generales, puedes usarlo para mejorar el flujo de energía y limpiar una persona, un espacio o un objeto.

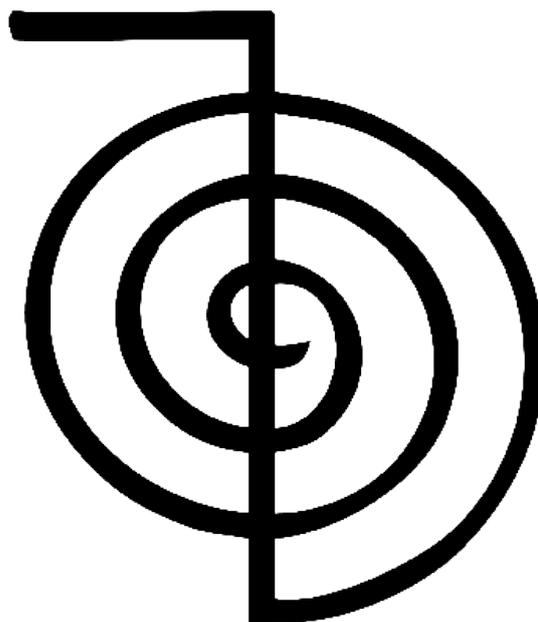
Puede entenderse como una fuente de energía, una descarga eléctrica capaz de reactivar toda la vida y los puntos energéticos de un individuo.

Es el símbolo de la apertura, activación y cierres.

MODO DE EMPLEO CKR

El símbolo de poder Reiki se utiliza principalmente para conectarse con la energía Reiki al comienzo de una sesión y también para ayudar a aumentar el poder Reiki siempre que sea necesario durante una sesión.

Algunos practicantes lo utilizan en sus propias palmas y chakras antes de tratar a otros, para ayudar a limpiar los canales y fortalecer sus manos. Usar el símbolo de poder sobre el chakra corona del cliente ayuda a crear energía positiva a su alrededor, mientras que usarlo en la espalda baja y detrás del chakra del corazón ayuda a sellar la energía al final del tratamiento.



EJEMPLOS DE USO FUSIBLECKR

Cho Ku Rei es un símbolo multiusos. A continuación se presentan algunas formas en que se puede utilizar.

Potenciando otros símbolos de Reiki

Utilizar el Símbolo de Poder Reiki antes de otros símbolos Reiki, como el Símbolo Mental o Emocional o el Símbolo de Sanación a Distancia, tiene un efecto fortalecedor sobre ellos y aumenta su efectividad.

Ayuda a tratar las imperfecciones

Dibujar Cho Ku Rei en una parte específica del cuerpo ayuda a enfocar las energías del Reiki en ese punto específico, ayudando a sanar especialmente lesiones agudas, pero también condiciones crónicas que tienen efectos localizados en el cuerpo.

Para limpiar energías negativas

Usar este símbolo mentalmente es útil para limpiar cualquier energía estancada durante una sesión de Reiki. Del mismo modo, dibujarlo en las paredes de una habitación limpia la energía negativa de la habitación, y dibujarlo en la atmósfera alrededor de un espacio físico ayuda a limpiar el área. El dibujo puede ser físico, como con tinta o bolígrafo, o simbólico, con la mano en el aire.

Para mejorar relaciones

Autorizar saludos, pre- Los asientos y tarjetas de presentación con Cho Ku Rei mejorarán las relaciones personales y profesionales, aportando el mayor bien a todas las partes involucradas. **Para abastecer**

protección

Dibujar un gran símbolo de poder frente a una persona o en

Cada uno de tus chakras funciona como un escudo y protege a la persona de las energías negativas. Reiki trabaja en diferentes niveles (físico, emocional, mental o espiritual) y Cho Ku Rei proporcionará naturalmente protección en todos los niveles.

Hacer ^{hacia} comidas más saludable y nutritivo

El uso de este símbolo durante las comidas, antes de comenzar a comer, ayuda a eliminar las energías negativas presentes en los alimentos, haciéndolos más saludables y nutritivos.

Aumentar la eficacia y reducir los efectos secundarios de los medicamentos.

Dibujar el símbolo de poder Reiki en sus medicamentos ayuda en gran medida a reducir los efectos secundarios de los medicamentos, al mismo tiempo que ayuda a que sean más efectivos.

Prevenir desgracias

El símbolo de poder Reiki te ayuda a conectarte con la energía universal al instante y su uso puede ayudarte a evitar desgracias o malos eventos. Las desgracias ocurren esencialmente por las energías discordantes que hay alrededor; El uso de Cho Ku Rei ayuda a purificar el sistema energético, haciendo que sea menos probable que ocurran accidentes.

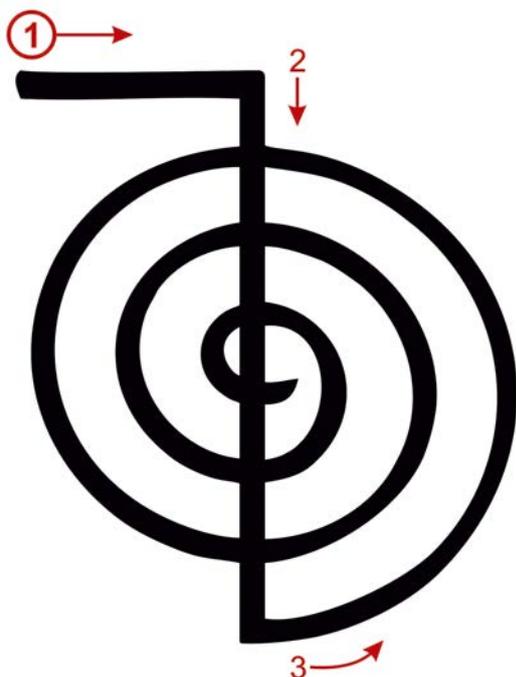
COMOPARA DISEÑAR

1 - Dibuja una "L" invertida

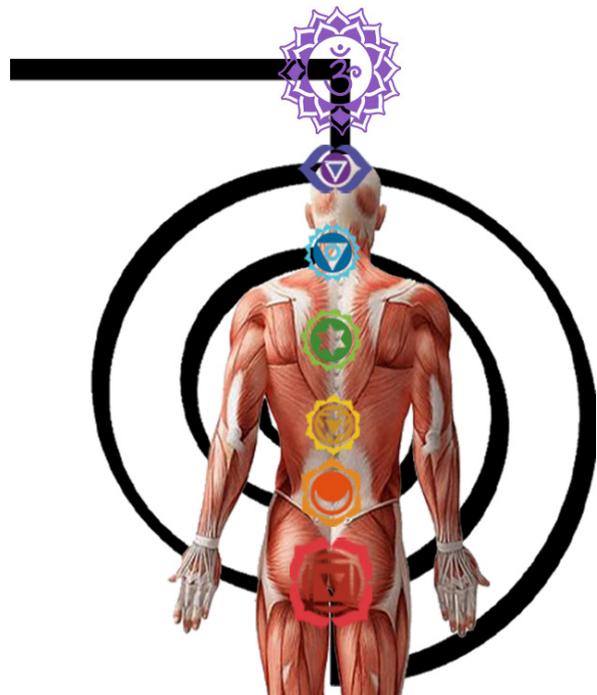
2 - Traza una espiral

1. La línea horizontal simboliza la conexión con la energía universal;
2. La línea vertical representa el flujo de luz a través del Chakra Estrella del Alma, hacia el resto del cuerpo, hasta llegar al chakra raíz.
3. Finalmente, se termina el símbolo con una espiral que cruza la vertical en 7 lugares, que indican la presencia de los 7 chakras primarios.

El SKU se puede visualizar, dibujar o recitar.



CORRELACIÓNCKR



SKR tiene una correlación directa con nuestro cuerpo y todos nuestros puntos de energía.

Cada intersección de la espiral con la línea vertical representa uno de los 7 puntos de energía que tenemos, como se muestra en la imagen de arriba.

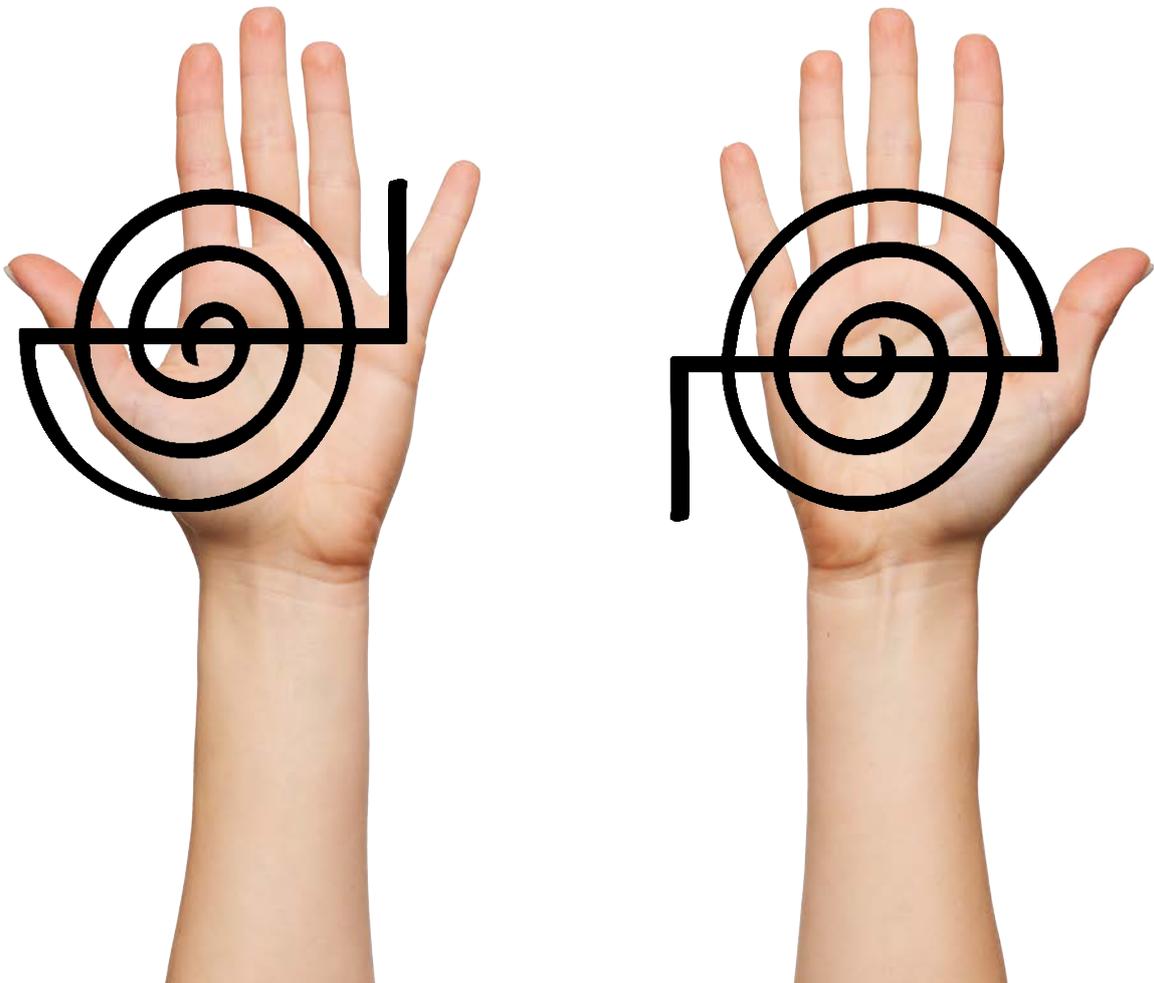
Podemos utilizar libremente este símbolo energético para activar, abrir y energizar todos nuestros puntos energéticos sin restricciones.

Por ello, durante la consulta podrás visualizar un SKR gigante que cubre a todo tu paciente, muy similar al de la ilustración de esta página.

A través de esta técnica abrirás todo el flujo de energía entre los chakras.

Características de Cho Ku Rei

- El Cho Ku Rei aparece como una espiral o bobina y se dibuja tanto en sentido horario como antihorario.
- La línea horizontal en el Cho Ku Rei representa la fuente de energía Reiki.
- La línea vertical refleja el flujo de energía.
- La espiral indica los siete chakras principales dentro del cuerpo.
- Símbolo de carga de energía
- Activación y cierres
- Liberación de bloqueos y nudos energéticos.
- Potenciador del cuidado holístico
- Fuerte conexión con energías telúricas
- Fácil de usar
- Conexión con el elemento Tierra
- Purificador



SEIHEKI

Sei Hei Ki es un símbolo de alta vibración que trabaja para liberar bloqueos mentales y emocionales que inhiben nuestro flujo de energía. Este símbolo significa “la tierra y el cielo se encuentran” o “el hombre y su creador se convierten en uno”. Puedes pensar en ello como el consciente y el subconsciente, la luz y la oscuridad, o cualquier dualidad que represente los dos extremos uniéndose para sanar.

La energía de Sei Hei Ki es suave, y debe serlo, ya que trabajar para liberar bloqueos emocionales y mentales es un proceso difícil. La vibración de este símbolo es de unidad y fuerza, permitiéndonos ver la causa de nuestros bloqueos y dándonos el coraje para soltar y comenzar de nuevo.

Puedes usarlo junto con otros símbolos en un estilo en capas o intercalados entre Cho Ku Rei, por ejemplo, para enfocar la energía Reiki donde se necesita.

Sei Hei Ki es uno de los símbolos más simples y consta de tres partes. Para ayudarte a comprenderlo, a continuación encontrarás una práctica meditativa que te guiará a dibujar el símbolo, memorizarlo y luego sintonizarlo con la frecuencia Sei Hei Ki para sentir la energía específica de ese símbolo en tu propio cuerpo.

MODO DE EMPLEO SHK

A veces se describe a Sei Hei Ki como un “abridor de portales” a ciertas energías.

Cuando un dolor intenso te molesta o hay un bloqueo energético, puedes utilizar Sei Hei Ki para eliminar la energía no deseada de esa zona. Considere agregar Cho Ku Rei y luego mantener las palmas activadas sobre esa área durante aproximadamente 10 minutos para apoyar el proceso de regeneración.

Si estás en medio de una pelea, una discusión tensa o una atmósfera estresante, dibujar o simplemente visualizar Sei Hei Ki en el centro aliviará la tensión. Esto se debe a que Sei Hei Ki también es un símbolo de orden y paz.

¿Pero qué haces si estás en un lugar público? Simplemente visualice Sei Hei Ki en el área de su corazón, su frente y cada uno de sus pulmones para combatir el estrés, la tristeza o los sentimientos de estar abrumado.

EJEMPLOS DE USO FUSIBLESHK

Cómo usar Sei He Ki para la depresión

Sei He Ki puede ayudar a sanar emociones de baja vibración como la ansiedad, el miedo o la depresión.

Junto con Cho Ku Rei y Shika Sei Ki, el efecto puede ser aún más fuerte.

1. Activar Cho Ku Rei y Sei He Ki en los principales centros energéticos. Cho Ku Rei “encenderá” la energía, mientras que Sei He Ki abrirá la dimensión y liberará cualquier presencia negativa latente.
2. Añade Shika Sei Ki al área del corazón para atraer su energía limpiadora, que ayudará a “reparar” la sustancia (el alma).

Usando Sei He Ki para ayudar a otros

El uso más común es activar el símbolo en las palmas de las manos y usarlo como lo haría para el autotratamiento de Reiki. Con su permiso y práctica constante, tendrá un efecto similar.

Otra cosa que puedes hacer es activar Sei He Ki entre tú y otra persona para facilitar una transferencia emocional inmediata. Entonces absorberás tu estado actual, lo que significa que comenzarás a experimentar tus emociones.

Cómo limpiar una habitación con Sei He Ki

Siempre es una buena práctica limpiar el espacio donde descansamos. Sin darnos cuenta, recogemos energía residual de las personas que conocemos y de los lugares que visitamos. Constantemente traemos estas influencias de vuelta a

nuestro entorno y nos exponemos a ellos.

Activar Sei He Ki:

1. En cada pared
2. En cada encuentro entre paredes (superior e inferior)
3. Sobre el techo
4. Sobre el piso
5. En el centro de la habitación

6.

Este proceso aportará serenidad a todo el espacio y hará que cualquier persona que entre en él se sienta segura.

Cómo eliminar las adicciones

Sei He Ki puede ayudarte a romper hábitos no deseados, ya que nuestras vidas están directamente influenciadas por nuestro campo de energía mental.

Utilice las posiciones de las manos de Reiki para ayudar a limpiar la información negativa que respalda estos malos hábitos.

Pasa unos 10 minutos en cada posición con la intención de liberar adicciones y protegerte de futuras influencias.

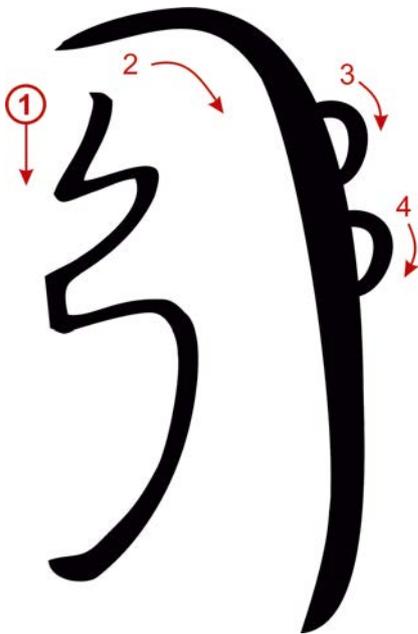
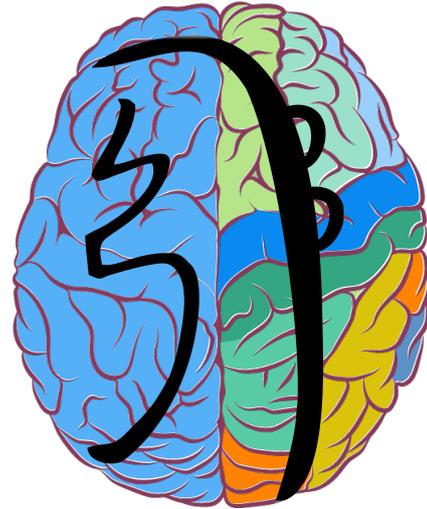
Los cambios en el uso del símbolo se pueden notar después de algunas semanas de práctica constante.

COMOPARA DISEÑAR

	- Traza un "\lessgtr"
	- Traza un "5"
	- Traza un ")"
	- Traza dos ")" más pequeños
	- O dibuja la parte superior de la cabeza de una rana (inclinada)

CORRELACIÓN SHR

Hay varias formas de describir el símbolo SHR. Algunos practicantes de Reiki caracterizan a Sei He Ki como una representación simbólica de los hemisferios cerebrales, mientras que otros lo ven como una representación del rostro humano.



ACEITAÇÃO
IDEIAS , CRENÇAS
INFORMAÇÃO

NOVA MEMÓRIA



Hon Sha Ze Sho Nen

Hon Sha Ze Sho Nen es el símbolo de Reiki para la curación a distancia y el tercer símbolo que se aprende en el sistema Usui Reiki.

Puedes usarlo para sanar tu pasado, apoyar tu presente y cualquier objetivo futuro que puedas tener.

La vibración de Hon Sha Ze Sho Nen complementa de manera única el Reiki y expande tu práctica, permitiéndote trascender el tiempo y el espacio.

Su energía aumentará tu conexión con otros símbolos de Reiki y aumentará el flujo de energía de la fuerza vital universal.

Hon Sha Ze Sho Nen puede ayudarte a manifestar todo tu potencial en el presente disolviendo los bloqueos energéticos del pasado. Esto irá más allá de los problemas cotidianos y facilitará un futuro mejor.

Los símbolos se pueden traducir como:

"No hay pasado, ni presente, ni futuro".

"Pasado, presente y futuro son uno."

"La Divinidad en mí saluda a la Divinidad en ti".

Se utiliza "Divinidad" porque Reiki no está vinculado a ninguna religión y cualquiera puede usarlo independientemente de su fe.

MODO DE EMPLEOHSZSN

Puedes utilizar Hon Sha Ze Sho Nen en tu práctica de Reiki junto con otros símbolos, pero también en meditaciones para ayudar a mejorar tu conexión con la energía de la fuerza vital universal.

Como símbolo "independiente", puede ayudarte a conectarte con una persona o un lugar que extrañas o que te gustaría ver en el futuro.

A continuación se muestran algunos pasos generales que le servirán de guía en el uso del símbolo:

1. Encuentra un lugar tranquilo y tómate un tiempo para ti;
2. Siéntese o acuéstese, cierre los ojos y respire profundamente algunas veces para relajarse;
3. Pídele a tus guías de Reiki que te ayuden con esta meditación;
4. Visualiza Hon Sha Ze Sho Nen frente al lugar que deseas visitar o recordar;
5. Sumérgete en este viaje lentamente y disfruta cada momento;
6. Cuando estés listo para regresar, visualízate entrando nuevamente a tu cuerpo y luego abre lentamente los ojos;

Utilice los pasos como referencia y adáptelos a sus necesidades.

Para canalizar la energía universal, debes utilizarlo en conjunto con otros símbolos, teniendo una intención clara.

EJEMPLOS DE USO FUSIBLEHSZSN

Cómo usar correctamente Hon Sha Ze Sho Nen para sanar tu pasado

Mucha gente se pregunta: ¿por qué es una buena idea enviar Reiki a nuestro pasado?

Sin excepción, todos hemos experimentado momentos desagradables al menos algunas veces en nuestras vidas. Obviamente algunos son más graves que otros.

Aún así, estos acontecimientos pasados a menudo tienen implicaciones para el presente.

Es posible que no seas consciente de ellos, y eso está bien. A través de la práctica constante de Reiki, puedes descubrir estos bloqueos, llegar a la raíz del problema y comenzar a sanarlos lentamente.

Ignorar su presencia puede ser perjudicial para su futuro.

A menos que hayas alcanzado un estado de paz y estés genuinamente conectado con la conciencia divina, las experiencias pasadas pueden afectar fuertemente tu desarrollo y comportamiento.

Entonces ¿qué sucede realmente?

Cada acontecimiento traumático deja una huella energética en nuestros campos energéticos.

Estas impresiones pueden manifestarse a través de nuestras emociones y acciones en el plano físico. Con el tiempo, esto conducirá a frustraciones, miedos y pensamientos negativos.

Por eso es importante considerar: purificar y deshacerse de estas energías residuales.

Enviar sanación Reiki a distancia a un evento pasado tan desagradable tiene el poder de sanar una "herida" desde su raíz. Como dijimos anteriormente, esto sucede cuando empiezas a tomar conciencia de la causa real.

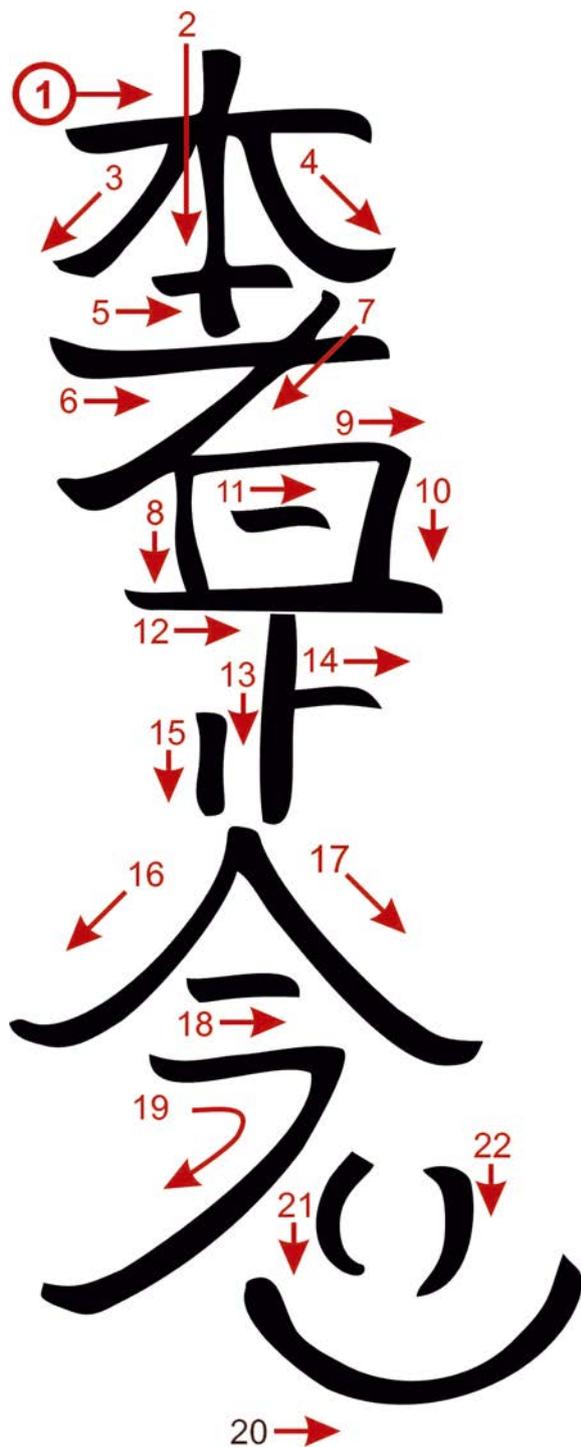
Además, el autotratamiento con Reiki también creará una capa de protección, haciéndote más resistente a futuras influencias negativas.

Pero hay otro tipo de protección que debes considerar.

Al enviar energía a tu pasado para sanar un evento desafortunado, puedes absorber parte de esa experiencia negativa. Para reducir la posibilidad de verse afectado, lo ideal es considerar la protección energética.

La forma más fácil de construir este escudo es activar los símbolos de Reiki en todos los chakras principales, así como en la parte delantera y trasera del cuerpo.

COMOPARA DISEÑAR



	- Dibuja una cruz, comenzando horizontalmente. - Dibuja una "A" - forma redondeada
	- Traza una "j" - minúscula, cerrada
	- Traza un cuadrado en forma de "A"
	- Traza un cuadrado en forma de "F" con un guion doble
	- Traza una "A" - en forma triangular
	- Traza una "j" mayúscula
	- Dibuja una "barra invertida" y un "paréntesis"

HON SHA ZE SHO NEN es el símbolo más complejo en términos de estructura visual. Por ello conlleva mucho conocimiento y orientación para su utilización.

Se puede utilizar para básicamente cualquier tipo de cuidado holístico.

No existen restricciones ni limitaciones para este símbolo.

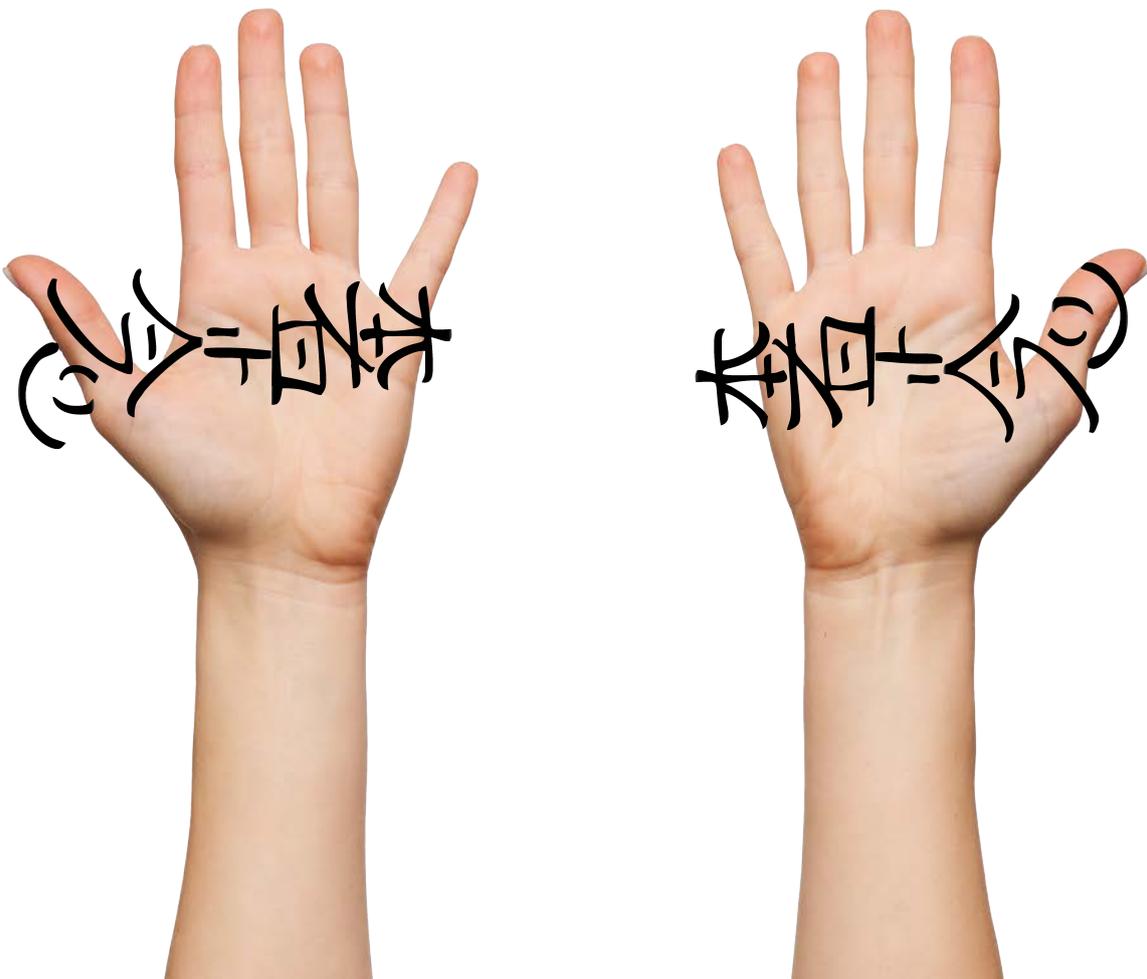
A diferencia de otros símbolos, que se memorizan fácilmente, HS-ZSN requiere que el terapeuta invierta tiempo y práctica para perfeccionarlo y memorizarlo.

Mientras que el Cho Ku Rei es energéticamente independiente, el Hon Sha Ze Sho Nen y el Sei He Ki dependen de la energía del símbolo Cho Ku Rei para activar e iniciar sus prerrogativas específicas.

Si no está seguro de qué símbolo utilizar en un tratamiento, ¡utilice los tres! De esta manera evitarás hacer juicios y diagnósticos. No estará de más utilizar los tres símbolos en todo momento.

Los símbolos de Reiki, en cualquier ocasión, deben utilizarse en orden descendente, es decir, primero el Hon Sha Ze Sho Nen, luego el Sei He Ki – especialmente cuando el receptor también tiene problemas emocionales – y, por último, el Cho Ku Rei.

Cuando percibimos claramente que el factor desencadenante del desequilibrio tiene su foco en un evento pasado y queremos resolverlo, programando la energía para el futuro, debemos colocar ambas manos en la parte superior de la cabeza (chakra corona) y visualizar el símbolo Hon Sha Ze Sho Nen.



—	El cielo
┆	descender a la tierra
┆	y crea
┆	el ser humano
—	El cielo (conciencia divina) está dentro del hombre
—	el hombre intenta construir el cielo en la tierra; vivir con Dios en la tierra)
┆	El cielo desciende a la tierra a través de los actos de los hombres.
┆	y el hombre crea la casa de Dios
—	
┆	
┆	El cielo solo está dentro de la casa de Dios
—	El cielo solo existe por la casa de Dios
┆	El cielo sólo se manifiesta en la casa de Dios
—	Sólo los hombres de Dios merecen el cielo (éxodo)
┆	Dios envía a alguien para recordarnos que estamos equivocados (el cielo baja a la tierra fuera de la casa de dios)
┆	el hombre impuro
┆	
—	los hombres impuros ganan el cielo
┆	El hombre impuro trae el cielo a la tierra
┆	la muerte o el fin de todo
┆	nacimiento
┆	salvación a los hijos de tus hijos

Día K o M yo

Dai Ko Myo representa un nivel existente de iluminación que prevalece en el mundo espiritual y necesita manifestarse en el mundo físico.

La traducción japonesa es: "Gran Luz Brillante" o "Casa del Tesoro de Luz Radiante".

Puedes utilizar Dai Ko Myo con fines terapéuticos así como también como fuente de inspiración.

A través de su energía, puedes acceder potencialmente a un nuevo nivel de conciencia y acceder a un estado superior de conocimiento.

Dai Ko Myo es la luz que brilla desde los planos vibratorios elevados de existencia y representa los niveles superiores de sabiduría y pureza a los que una persona puede aspirar.

Dai Ko Myo es "La Encarnación de la Luz".

Como símbolo de Reiki, te permite conectarte con tu yo superior y el amor divino incondicional que nos rodea y nos sostiene. Como resultado, los practicantes de Reiki ven este símbolo como el pináculo de la vibración positiva y elevada.

Dai Ko Myo es la manifestación pura de la energía vital universal que mantiene nuestras almas completas. Nos proporciona la capacidad de irradiar luz y compasión, despejando el camino para nuestra ascensión como entidades espirituales de luz.

MODO DE EMPLEO DKM

Dai Ko Myo abre el portal energético a la luz pura. Es por eso que está presente en casi todas las iniciaciones de Reiki.

Su estructura energética permite tanto al maestro como al alumno incrementar su conexión con la energía vital universal. Esto sucede cuando lo activas en el chakra corona.



EJEMPLOS DE USO FUSIBLEDKM

Algunos de los usos más comunes de Dai Ko Myo:

En el autotratamiento y en el tratamiento de otros, puedes activar Dai Ko Myo y los otros símbolos en las palmas de tus manos y chakras. También puedes incluir en esta etapa los centros de energía transpersonal y secundaria.

Activa Dai Ko Myo en la parte delantera y trasera de tu cuerpo para crear una fuerte capa de luz a tu alrededor. Esto sanará gradualmente sus cuerpos mental, emocional y espiritual. Por supuesto, también es una forma de crear un "escudo" que filtrará todas las energías residuales y las intenciones malévolas con las que entres en contacto. Actívalo en los chakras de la estrella del alma y de la corona para aumentar la conexión con tu yo superior y las energías divinas. Utilice la secuencia: Cho Ku Rei + Sei He Ki + Hon Sha Ze Sho Nen + Dai Ko Myo.

Aplica el símbolo en tu chakra del corazón para estimularlo y mejorar la limpieza de tu alma. Usa la secuencia: Cho Ku Rei + Sei He Ki + Shika Sei Ki + Dai Ko Myo.

Durante la meditación, visualice un gran Dai Ko Myo en el centro y encima de su cabeza para proporcionar una poderosa protección psíquica. Además, esto también elevará tu vibración para ayudarte a manifestar la sabiduría divina.

Dibuja un Dai Ko Kyo grande frente a ti y escribe el símbolo como si fueras a atravesar una puerta. Esto limpiará sus campos de energía y restaurará sus estructuras energéticas internas.

Si tienes una herida, puedes

Crear un punto de luz usando Dai Ko Myo. Pero vale la pena recordar que si es algo grave, como una herida profunda, simplemente hay que limpiar la zona y acudir al médico.

Puedes favorecer la curación con el método del peinado mientras aplicas Sei He Ki en la zona afectada. Esto eliminará la energía negativa. Luego, tal como lo harías con un parche, crea una capa de energía a su alrededor con la secuencia: Cho Ku Rei + Sei He Ki + Dai Ko Myo. Mantenga sus manos durante unos 5 a 10 minutos para sellar el proceso.



大光明

COMOPARA DISEÑAR

	Empieza con un guion - horizontal
	Traza una "y" invertida
	Otro "guión" - horizontal
	¿Te acuerdas cuando eras niño? Dibuja un muñeca sin cabeza - con la pierna torcida - comenzar con el tronco, brazo izquierdo, brazo bien, pierna izquierda y pierna derecha
	Dibuja un cuadrado "A". Preste atención al orden de los trazos, el trazo 10 es De arriba a abajo.
	Cierra la "A"
	Rastro uno "U" - cuadrado/invertido
	Traza una "Z" con un "pequeña cola"

Recuerde que, al igual que los demás símbolos, el Day Ko Myo se puede visualizar, dibujar y recitar para su activación.

Siempre comience a dibujar de arriba hacia abajo y de derecha a izquierda. Intenta practicar esta caligrafía/dibujo todos los días hasta que desarrolles la habilidad.

大
光
明



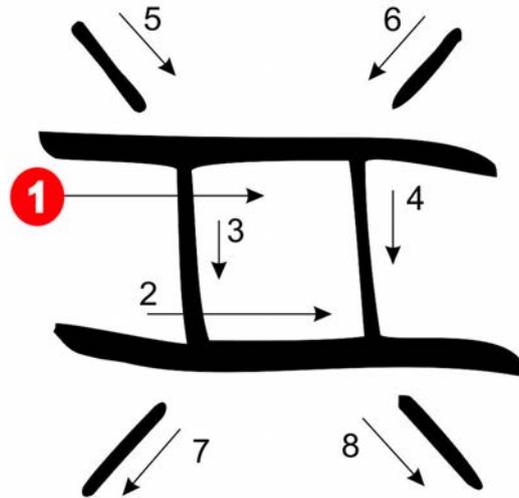
TRADICIONAL

大
光
明

TIBETANO



LAHANNANAI



La Hanna Nai significa *"Ingresar o acceder a los Registros Akáshicos"* Es un poderoso símbolo tibetano, pero no se considera un símbolo de Reiki. Permite acceder a los registros energéticos ancestrales de sentimientos, pensamientos, acciones, experiencias, conocimientos o cualquier otra información. Se cree que este es el símbolo utilizado por Mikao Usui en su meditación en el Monte Kurama para acceder al conocimiento del Reiki. No es necesario que alguien más se sintonice con él; debes hacerlo mediante tu propio esfuerzo. En el momento en que alcances esta sintonía con su frecuencia, mediante la meditación, podrás acceder a los registros akáshicos.

RAKU



La Serpiente de Fuego es un símbolo que se origina en las prácticas del Reiki tibetano. Raku significa *“Restableciendo el Canal de Energía Vital Cósmica”*. Representa la “serpiente dormida” enrollada en la base de la columna vertebral, la Energía Kundalini. Cada una de las seis curvas del cuerpo de la serpiente corresponde a los seis chakras principales superiores, mientras que el primer chakra (Chakra Raíz) se relaciona con - si con la parte curvada del símbolo, totalizando los siete vórtices energéticos principales. Raku rompe las conexiones energéticas inferiores, desbloquea y equilibra el Chakra Corona, limpia el canal Sushumna (a lo largo de la columna vertebral) y vitaliza los chakras. Promueve un efecto de “barrido” sobre los canales eléctricos del cuerpo.

Este símbolo abre el sistema de chakras, permitiendo así que la energía Reiki fluya hacia la persona que recibe la sintonización. Kathleen Milner lo llama el Dragón de Fuego. La Serpiente de Fuego también es conocida como Nin-tiza-Zida. Para sentir algo de la energía de la Serpiente de Fuego, sigue lentamente el “cuerpo de la serpiente” con tu mirada hasta el final de la espiral y concéntrate en el centro de la espiral durante unos segundos. Luego cierra los ojos, respira profundamente y mantén los ojos cerrados durante unos segundos. La Serpiente de Fuego tiene muchas aplicaciones. Además de trabajar para eliminar bloqueos y alinear los chakras, también ayuda a eliminar el dolor de espalda, además de ser una herramienta de curación y meditación centrada en el equilibrio.

Dibuja o visualiza la Serpiente de Fuego con la línea horizontal sobre la cabeza, la línea ondulada descendiendo y alineando los seis chakras superiores y la espiral enrollándose alrededor del chakra raíz. Utilizado en ambientes, ayuda a quemar energías nocivas, proporcionando un efecto depurativo.

Solicitud

Ahora que has aprendido sobre los símbolos, procedimientos, procesos y técnicas de Reiki, estás listo para aprender las posiciones para aplicar y autoaplicar Reiki.

Sin embargo, antes de comenzar con los estudios de aplicación, es esencial que comprendas estos puntos:

1. Tenga responsabilidad energética, profesional y emocional con sus pacientes. No recomendamos que realice estos procedimientos si no se encuentra bien o no es seguro para brindar atención.
2. Te recomendamos que completes la formación completa de IBRATH. En esta formación enseñamos detalladamente cómo realizar las aplicaciones.
3. Antes de aplicarlo a otra persona, ¡pruébalo usted mismo! Reiki es una terapia que nos permite realizar autoaplicaciones. Son excelentes para el aprendizaje y desarrollo del practicante de Reiki.
4. Es importante que el practicante de Reiki sepa que las energías se pueden propagar a distancia, no existen limitaciones para el Reiki.
5. No hay ninguna secuencia o patrón a seguir. Lo importante es que el terapeuta/practicante de reiki sepa y sienta la razón por la cual está aplicando reiki en una determinada región.
6. Tampoco existe una receta para el pastel. La solicitud deberá realizarse de forma libre, sin guión.

Recuerda, la aplicación es el momento en el que rebosarás todo lo bueno que hay en ti hacia tu paciente. Es un momento de profunda conexión, concentración y empatía hacia la persona a la que estás sirviendo.

Este es el momento en el que propagarás una intención/emoción que falta en el paciente. A través de esta energía restablecerás la armonía y el bienestar general, emocional, energético y espiritual.

Por eso es fundamental que estés armonizado, equilibrado y lleno de buenas intenciones, porque si hay alguna incertidumbre o impureza, ésta será propagada y recibida por tu paciente.

El profesional holístico debe ser muy responsable y respetuoso al momento de brindar atención.

También debes estar siempre buscando desarrollarte y resolver tus problemas, traumas, bloqueos y estados mentales negativos, pues sólo así podrás generar un estado capaz de sanar y armonizar a otras personas.



Esta posición se puede utilizar al inicio de las sesiones para abrir el chakra básico y los canales energéticos de “conexión a tierra” ubicados en nuestros pies. También se puede utilizar para liberar el exceso de energía.



Esta posición sirve para desbloquear los canales de liberación energética y emocional, abriendo el flujo de los pies y liberando toda la tensión acumulada en esta región.



Esta posición es encargada de activar todas las terminaciones nerviosas de los pies. Al aplicar reiki en esta región, activamos los puntos reflexológicos de todo el cuerpo, especialmente la región superior del cuerpo.



Las rodillas son una zona que estimula directamente los chakras base y del plexo solar. Esta posición ayuda a las personas que puedan tener problemas de movilidad o problemas en las articulaciones, incluidos problemas de columna.



Esta región activa la circulación a través de las distintas terminales sanguíneas que tenemos en la pierna. Es ampliamente utilizado para liberar toxinas y drenaje linfático. También ayuda a relajar toda la región de la pierna y la pantorrilla.



Esta posición activa todos los órganos reproductores, reduce el dolor lumbar y lumbar y estimula principalmente la fertilidad y la libido tanto en hombres como en mujeres.



Como se trata de una región donde se encuentran arterias importantes, aplicar Reiki en este punto aumenta el flujo sanguíneo y permite una mayor irrigación de nutrientes a toda la pierna.



Esta posición es excelente para armonizar todos los chakras y liberar el exceso de energías "físicas" a otros puntos energéticos. También desbloquea y reduce la probabilidad de adicciones y compulsiones (de los más diversos tipos).



Esta posición sirve para equilibrar las energías en la región inferior de nuestro cuerpo, mejorando todo el flujo energético.

Es una excelente aplicación para personas que se quejan de dolores crónicos o tienen problemas de circulación. Las personas que padecen ansiedad o son hiperactivas también pueden beneficiarse de esta aplicación.

Es una posición que abre los canales de energía que llegan al pie, permitiendo que todo el exceso de energía se libere a través de ellos.



Esta posición libera toda la tensión en la espalda. Se recomienda para pacientes que tienen dolor crónico, pasan el día sentados y también tienen problemas de ciática. También libera todas las energías sexuales reprimidas.



Ayuda en el equilibrio energético de las energías materiales y cósmicas. Aplicar reiki en esta posición abre los canales para el diálogo interno y facilita la autoaceptación.

También es capaz de liberar cualquier bloqueo o nudo energético que exista en esta región.



Éste es un punto clave de tensión y equilibrio. La aplicación de Reiki en esta posición ayuda a la coordinación motora, la reducción del estrés y la activación de los riñones.

También ayuda en la liberación de toxinas a través de la excreción. Es muy bueno para casos de retención de líquidos o problemas con bebidas alcohólicas.



Esta posición se utiliza principalmente para activar y revitalizar el hígado y el sistema digestivo del individuo.



Esta posición se utiliza principalmente para activar la fertilidad en mujeres y hombres, e incluso es capaz de estimular el deseo de maternidad/paternidad y el cuidado de la familia. También ayuda a liberar cualquier bloqueo o nudo energético.

en la región.



Armoniza. Esta posición armoniza y equilibra toda la sexualidad del individuo, permitiéndole ser amable y vigoroso. Te ayuda a conectarte con tu verdadera esencia.



Esta posición activa toda la sexualidad y el equilibrio hormonal tanto en el hombre como en la mujer. Es una posición autoaplicada que te permite expandir tu conexión interna con los deseos, anhelos e inclinaciones materiales.



Esta posición de autoaplicación te permite abrir canales de diálogo interno con tu verdadera esencia, tu misión y propósito en la tierra.



Técnica cruzada utilizada principalmente para eliminar cualquier tipo de tensión física y energética y estrés presente en el cuerpo, además de aliviar cualquier presión emocional por la que esté pasando el paciente.



Esta técnica de apertura cruzada tiene como objetivo canalizar y energizar el chakra del corazón, con el objetivo de ayudar al paciente a escapar de estados de depresión profunda, tristeza o traumas pasados.



En esta posición, con 100% de relajación, envías una onda energética que se extiende desde el chakra del corazón hasta el chakra base, relajando y liberando todo el exceso de energías en el cuerpo.



Posición de autoaceptación y perdón. Se puede utilizar para liberar resentimiento, dolor del pasado y bloqueos emocionales. Recomendado para personas con heridas o resentimientos dejados por las relaciones.



Aplicación para liberar emociones bloqueadas. Excelente para personas que tienen dificultad para procesar emociones y relacionarse bien con los demás.



Punto para activar el poder de expresión. Ayuda a conectar los puntos de energía superiores e inferiores.



Autoaplicación para la clarificación emocional de relaciones y deseos. Crea estados de claridad emocional, facilitando la evaluación de situaciones o conflictos de la vida.



Autoaplicación para activar el poder de la expresión verbal y energética. Facilita el diálogo interno y externo del individuo.



Posición frecuentemente utilizada por personas que sienten ansiedad al tener que hablar en público o expresarse.



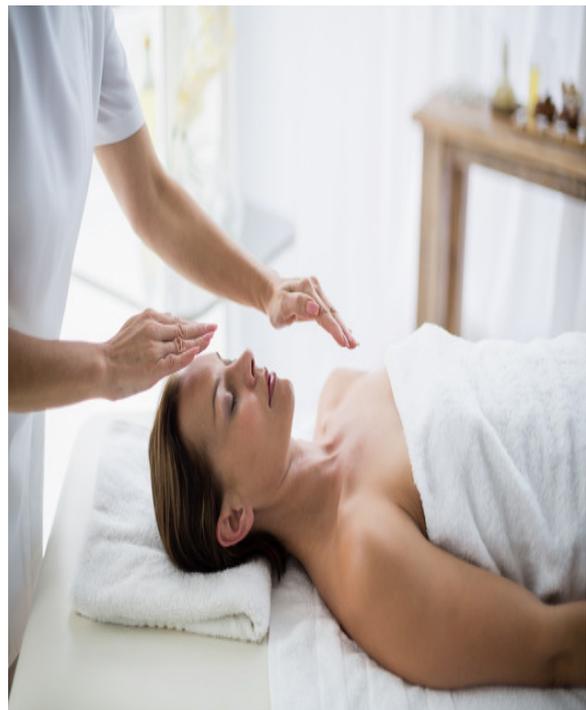
Posición de las manos juntas. Se utiliza para cortar conexiones energéticas y espirituales negativas.

Esta posición funciona como una espada que corta todas las fuentes de energía negativa en la región de aplicación.



Posición de la corona. Permite un alivio físico en la zona de la frente/cabeza. Excelente para personas con sinusitis, migrañas o dolores crónicos.

También ayuda a expandir la conciencia y la claridad mental/emocional.





Posición utilizada para ayudar en la conexión entre la mente/emociones y el poder de expresión.

Es ampliamente utilizado para equilibrar las tensiones generadas por las emociones con el resto de puntos energéticos del cuerpo.

Facilita la comprensión interna del ser con su verdadera esencia.



Esta posición se puede utilizar para varios propósitos:

- 1.Revitalizar al paciente
- 2.Reenergización
- 3.Conexión
- 4.Liberación de energía
- 5.Curación general
- 6.Alineación energética
- 7.Liberación espiritual
- 8.Reducción del dolor crónico
- 9.Claridad mental
- 10.Reducción de la ansiedad
- 11.Activación de la sensibilidad

Esta es una posición genérica, que puede ser utilizada en cualquier servicio.



Esta posición es la más utilizada por los Reikianos, es sencilla y tiene excelentes resultados.

Aunque la aplicación se dirige a la región de la cabeza, los beneficios se extienden a todo el cuerpo.

Esta técnica se puede utilizar para tratar, armonizar y activar cualquier problema o punto energético.

Es una excelente posición para principiantes, ya que activa todos los chakras y energías que puedan estar bloqueados.

También es muy poderoso para generar claridad y bienestar en el paciente. Facilita la identificación de patrones, procesos y hábitos negativos.



Esta es una posición de descanso, utilizada como pausa para evaluar al paciente.

También es posible intercalar descansos entre aplicaciones.



Esta posición facilita la aplicación de Reiki en toda la región cervical. Activa los chakras del corazón, sacro y base.



Recuerda: las activaciones en la región de la cabeza nunca son demasiadas. Es una región cargada de procesos mentales y experiencias que se propagan en forma de energía.

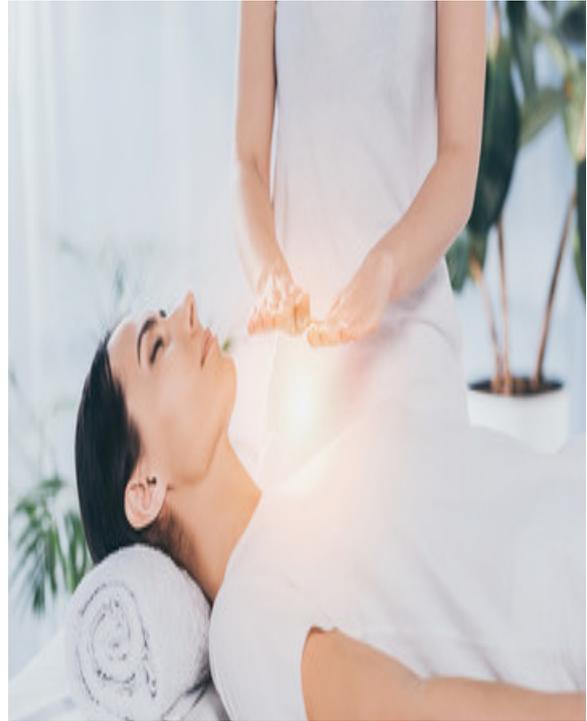


Consejo: Muchas veces podemos tocar directamente al paciente. La gente busca atención, afecto, cuidados e incluso caricias fraternales. Tocar con amor es capaz de liberar energías de resentimiento y sufrimiento del pasado.





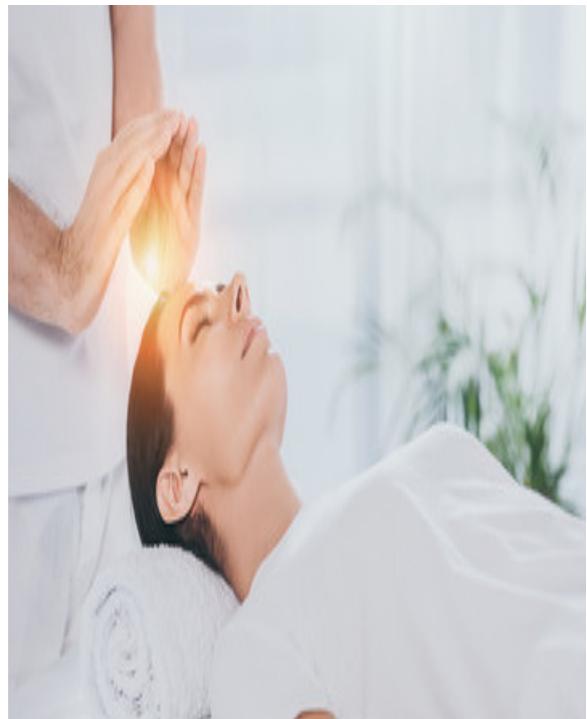
Espada energizada. Corta lazos con el pasado, traumas y recuerdos negativos.



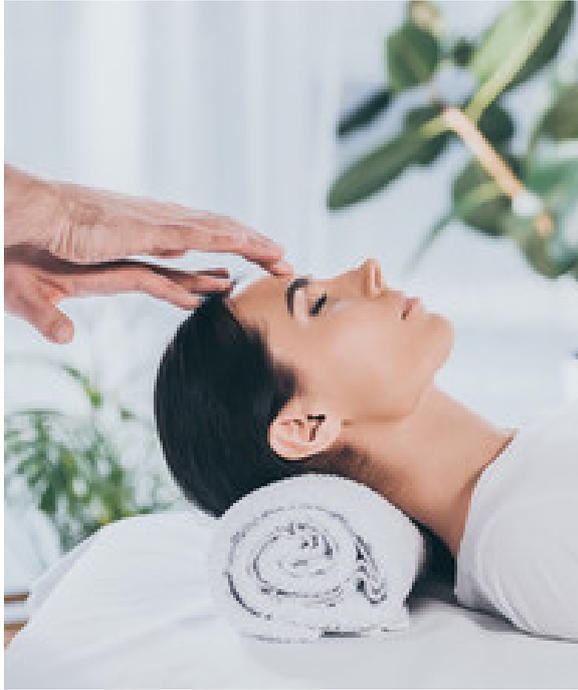
Aplicación para liberar el chakra laríngeo y activar el poder de expresión y escucha.



Posición para liberar la ansiedad y restaurar la confianza personal.



Coloque las manos en forma de tríada de la salud. Tiene como objetivo armonizar los elementos energéticos físicos y espirituales del individuo.



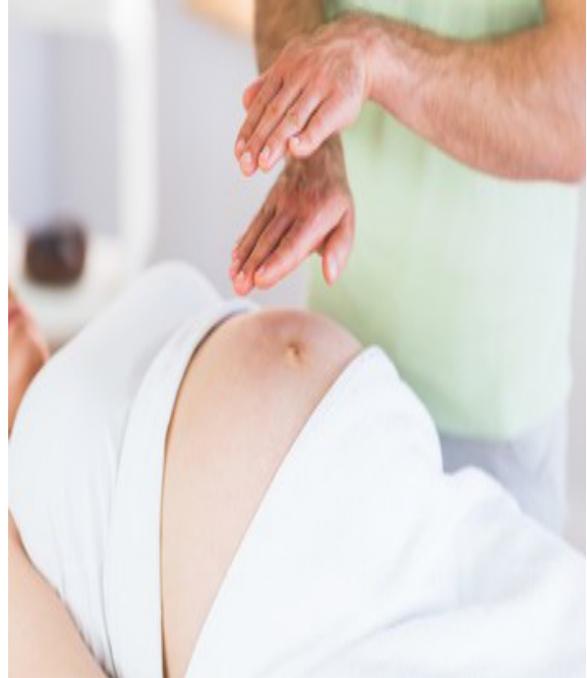
El doble golpe es una técnica para activar el tercer ojo y la sensibilidad.



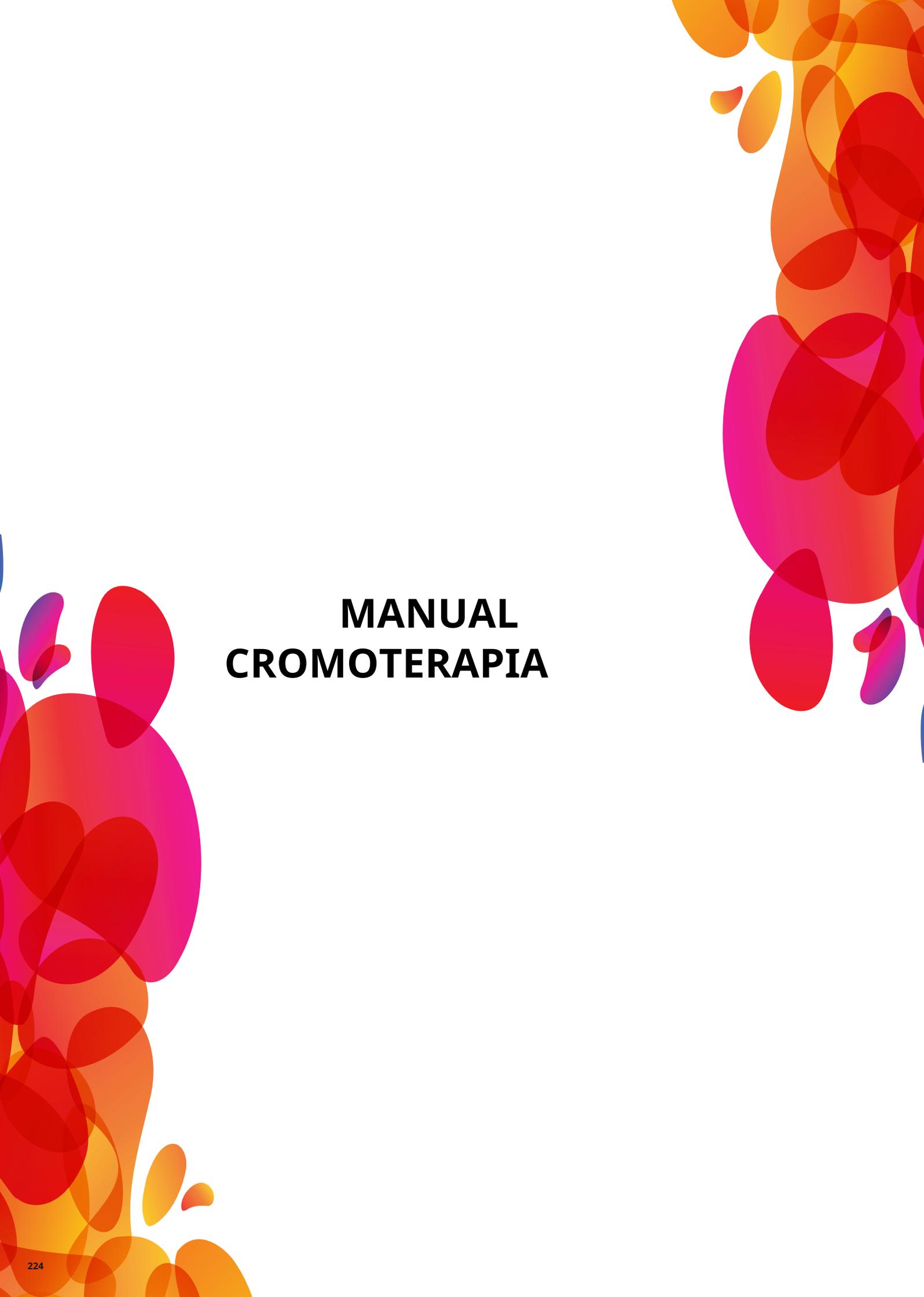
Esta posición restaura el amor al chakra del corazón.



Esta posición es también otra forma de restaurar el amor en el chakra del corazón.



En mujeres embarazadas se utilizan posiciones de manos superpuestas.



MANUAL CROMOTERAPIA

EL PODER CROMOTERAPIA

La cromoterapia es una forma de terapia que utiliza el color y la luz para tratar ciertas afecciones de salud mental y física. Podemos rastrear esta forma de terapia hasta los antiguos egipcios. Utilizaban habitaciones soleadas con vidrios de colores con fines terapéuticos.

Aunque la cromoterapia ha ganado cierta popularidad a lo largo de los años, todavía no es una forma de terapia ampliamente aceptada en la medicina occidental. Muchos expertos médicos consideran que esto es pseudociencia o curanderismo.

En algún momento, todos hemos experimentado las formas en que los colores pueden afectarnos. Para algunas personas, ver vegetación en la naturaleza mientras corren a diario supone un aumento instantáneo del estado de ánimo o se sienten instantáneamente un poco mejor al llevar su vestido amarillo favorito. La práctica de la cromoterapia se remonta a la medicina ayurvédica india, que afirma que la aplicación de ciertos colores puede corregir los desequilibrios en los chakras de nuestro cuerpo.

En la cromoterapia, se cree que los diferentes colores pueden tener un impacto diferente en el cuerpo.

Rojo :El rojo se utiliza para energizar o tonificar a una persona que puede sentirse cansada o deprimida. Sin embargo, el rojo también puede afectar a personas que ya están tensas.

Azul:Los cromaterapeutas utilizan el azul para intentar influir en la depresión y el dolor. Los tonos más oscuros de azul también parecen tener propiedades sedantes y pueden ser probados por personas que sufren de insomnio u otros trastornos del sueño.

Verde:El verde es el color de la naturaleza y, según los terapeutas del color, puede ayudar a aliviar el estrés y relajar a una persona.

Amarillo: El amarillo se puede utilizar para mejorar tu estado de ánimo y hacerte más feliz y optimista.

Naranja :El naranja, al igual que el amarillo, se puede utilizar para provocar emociones felices en las personas. También se cree que el color cálido y brillante estimula el apetito y la actividad mental.

Técnicas

Existen dos técnicas principales de cromoterapia. Esto se puede hacer a través de la visión, es decir, mirando un determinado color con la esperanza de que provoque la respuesta deseada en el cuerpo, o reflejando directamente ciertos colores en partes del cuerpo.

Los terapeutas del color creen que el color puede entrar en nuestro cuerpo a través de los ojos o la piel. Cada color que podemos ver tiene su propia longitud de onda y frecuencia únicas. Cada frecuencia única tiene un efecto diferente en las personas y se utiliza para diferentes propósitos. Los colores cálidos se utilizan normalmente para lograr efectos estimulantes, mientras que los colores fríos se utilizan para lograr efectos calmantes.

Cómo puede ayudar la cromoterapia

La cromoterapia se considera un tipo de tratamiento de medicina alternativa. Se ha propuesto que ayude con una variedad de condiciones, entre ellas:

1. Estrés
2. Depresión
3. Agresión
4. Hipertensión
5. Trastornos del sueño
6. Ansiedad
7. Ciertos tipos de cáncer
8. Infecciones de la piel

Es importante señalar que no existe evidencia significativa de que la terapia del color sea efectiva para alguna condición médica. Según la Sociedad Americana del Cáncer, la evidencia científica disponible no respalda ninguna afirmación de que el uso de la terapia de luz o color sea eficaz en el tratamiento del cáncer o cualquier otra enfermedad.

Beneficios de la cromoterapia

A lo largo de las décadas, se ha propuesto que la cromoterapia proporciona varios beneficios que van desde lo físico hasta lo mental, entre ellos:

Alivio del estrés: Se cree que ciertos colores, como el azul y el verde, tienen efectos calmantes en las personas estresadas o ansiosas.

Aumenta tu apetito: Se cree que los colores cálidos y estimulantes aumentan el apetito cuando estás luchando contra los antojos de comida.

Trastorno afectivo estacional: La gente suele sufrir trastorno afectivo estacional durante el clima más frío debido a la falta de luz solar. Se ha demostrado que ciertos tipos de terapia de luz brillante son beneficiosos para este trastorno del estado de ánimo. La cromoterapia también sugiere la idea no probada de que los colores cálidos como el amarillo y el naranja también pueden ayudar con esto.

Para aumentar tu energía: Se cree que colores como el rojo y el amarillo aumentan tu energía y te hacen estar más motivado.

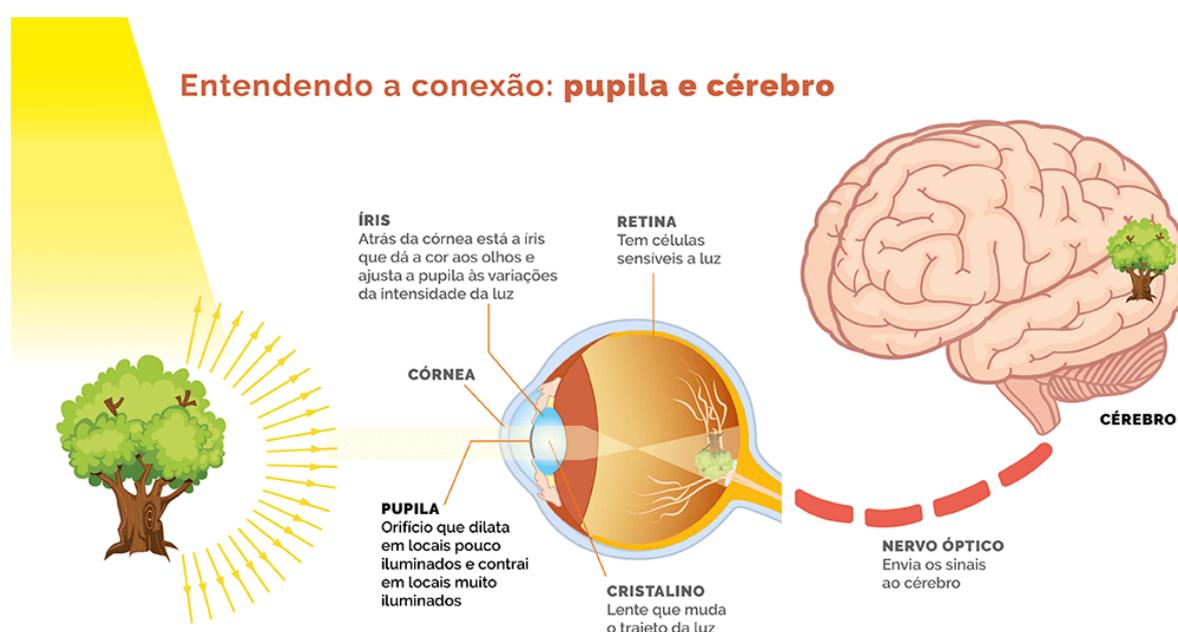
COMO ¿VEMOS?

Para poder ver cualquier cosa son esenciales dos hechos: primero, que nuestros ojos estén abiertos y segundo, ¡que haya luz! A partir de ahí, todo un sistema compuesto por los ojos, los nervios ópticos, las vías ópticas y la corteza visual entra en acción instantáneamente para darnos la percepción visual de todo lo que está delante de nosotros y lo que nos rodea.

El mecanismo de la percepción visual comienza con los ojos. La luz pasa a través de la córnea, que es la primera lente del ojo y tiene un grado fijo (varía para cada persona entre 39 y 48 grados o dioptrías), que converge esta luz hacia la pupila. La pupila es el orificio situado en el medio del iris, que a su vez es la “parte coloreada” de los ojos. La función de la pupila es regular la entrada de luz en el ojo: cuanto menos luz haya en el ambiente, más dilatada se vuelve la pupila.

Justo detrás de la pupila se encuentra el cristalino, la segunda lente del ojo, cuyo grado (dioptría) es variable: cambia según la distancia entre el ojo y el objeto. Su función es enfocar el objeto que estamos mirando en la retina.

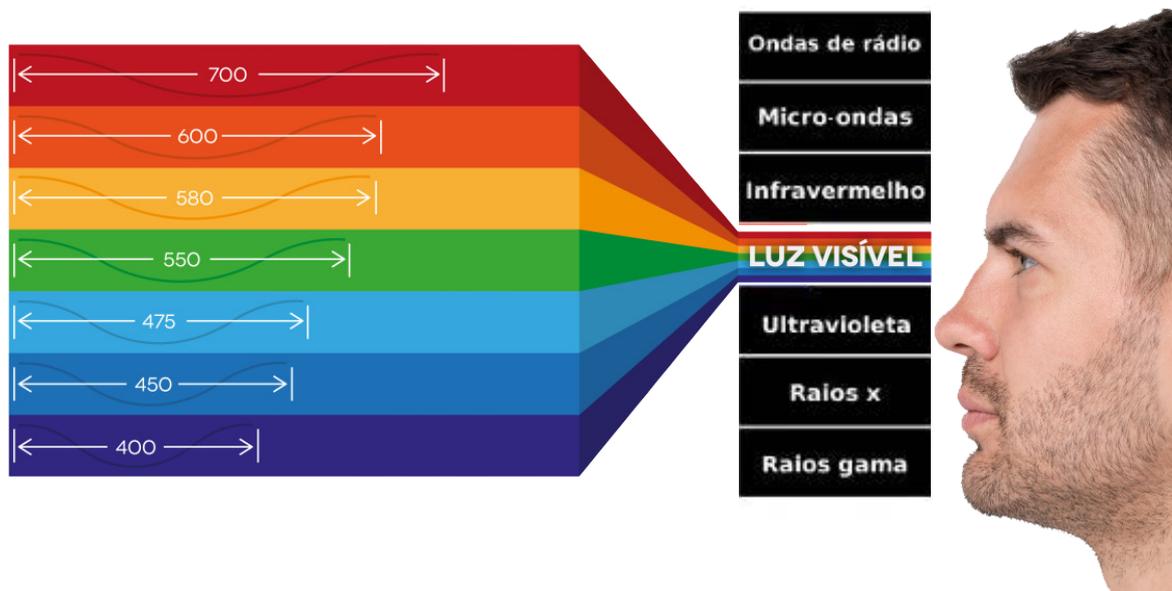
La retina es un tejido muy complejo en su estructura, cuya función es procesar la luz y transformar toda su gama de colores, contrastes y otras características en estímulos eléctricos, los cuales a su vez son conducidos por los nervios ópticos y vías ópticas hasta la corteza occipital (visual), que es la parte del cerebro que procesa y “traduce” estos estímulos para poder llevar a la conciencia la percepción visual. Podemos decir entonces que vemos a través de nuestro cerebro y no a través de nuestros ojos.



Cuando miramos un objeto, la imagen pasa a través de la córnea y llega al iris, que regula la cantidad de luz que recibe a través de la pupila. Cuanto más grande sea la pupila, más luz entrará en el ojo. Una vez que pasa la pupila, la imagen llega al cristalino y se "forma" debajo de la retina.

El cristalino del ojo produce una imagen invertida y el cerebro la convierte a la posición correcta. En la retina, más de cien millones de células fotorreceptoras transforman las ondas de luz en impulsos electroquímicos, que son decodificados por el cerebro.

Inspirado por el funcionamiento del ojo, el hombre creó la cámara. Por lo tanto, en nuestros ojos, la córnea funciona como la lente de una cámara, permitiendo que la luz entre en el ojo y forme una imagen en la retina. Situada en la parte interior del ojo, la retina sería la película fotográfica, donde se reproduce la imagen.



Todas las diferentes partes de los ojos trabajan juntas para cumplir su función.

Primero, la luz pasa a través de la córnea (la capa frontal transparente del ojo). La córnea tiene forma de cúpula y curva la luz para ayudar al ojo a enfocar.

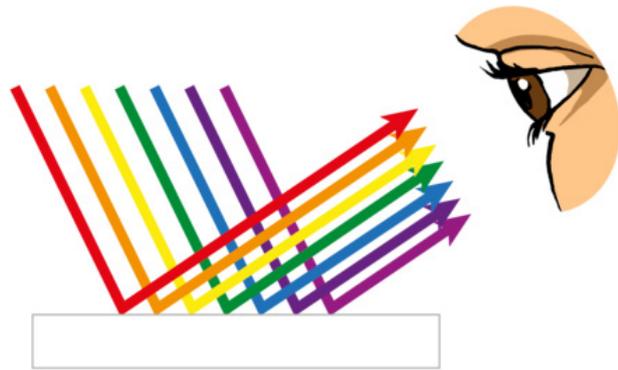
Parte de esta luz entra al ojo a través de una abertura llamada pupila. El iris (la parte coloreada del ojo) controla la cantidad de luz que deja entrar la pupila.

Luego la luz pasa a través del cristalino (una parte interior transparente del ojo). El cristalino trabaja junto con la córnea para enfocar la luz correctamente en la retina. Cuando la luz llega a la retina, que se encuentra en la parte posterior del ojo y es una capa de tejido sensible a la luz, unas células especiales llamadas fotorreceptores transforman la luz en señales eléctricas.

Estas señales eléctricas viajan desde la retina a través del nervio óptico hasta el cerebro. Luego, el cerebro transforma las señales en las imágenes que vemos.

REFLEXIÓN PARA ODACOR BLANCO

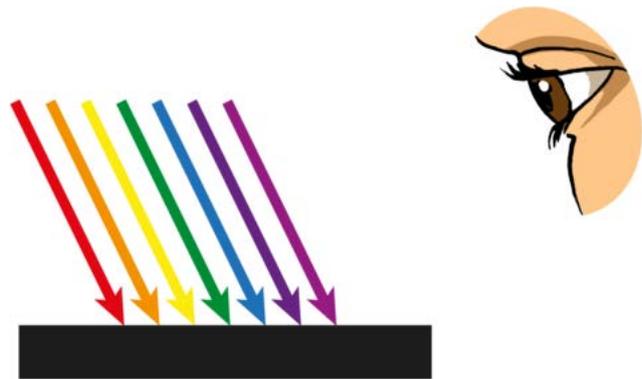
El blanco es el único color que refleja todos los colores. El uso del color blanco aporta una sensación de frescura, precisamente porque toda la luz/energía se refleja.



Lo que vemos sobre una superficie blanca es la mezcla de todos los colores.

REFRACCIÓN NEGRO

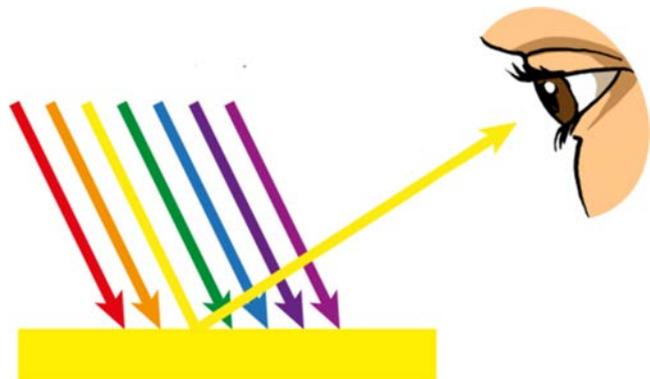
El negro es el único color que absorbe todos los colores. Por lo tanto, si vistes de negro en un día soleado, probablemente pasarás calor, ya que el negro absorberá toda la luz que recibe el sol.



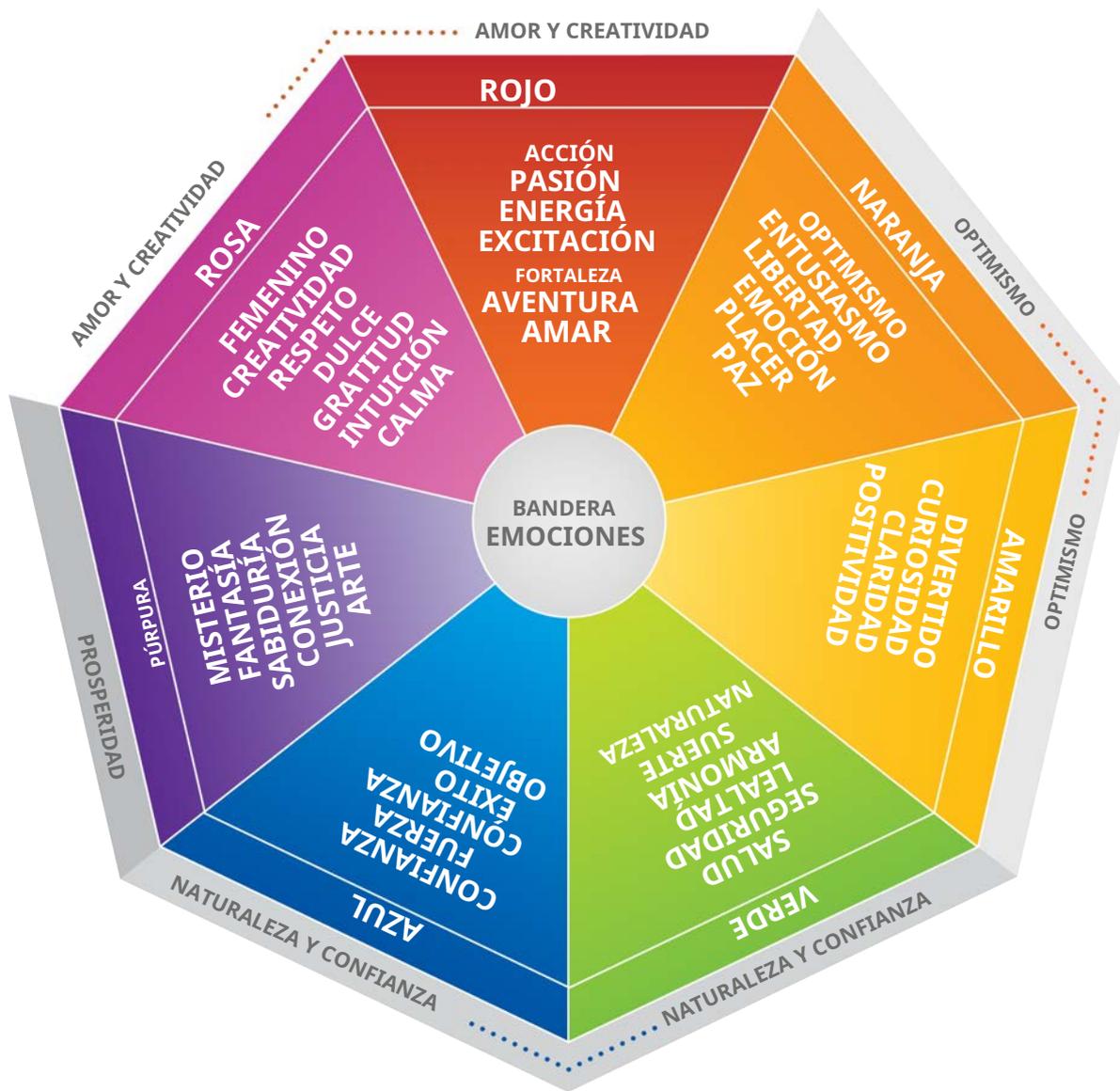
El negro es el único color que no refleja la luz policromática emitida por el sol. Lo que vemos es la ausencia de color.

REFRACCIÓN AMARILLO

A diferencia del blanco y el negro, los demás colores reflejan su propia composición. En otras palabras, el amarillo que vemos sólo se refleja en superficies y objetos que son amarillos.



De esta forma, el resto de colores son absorbidos por el objeto amarillo, que refleja únicamente su propio color.





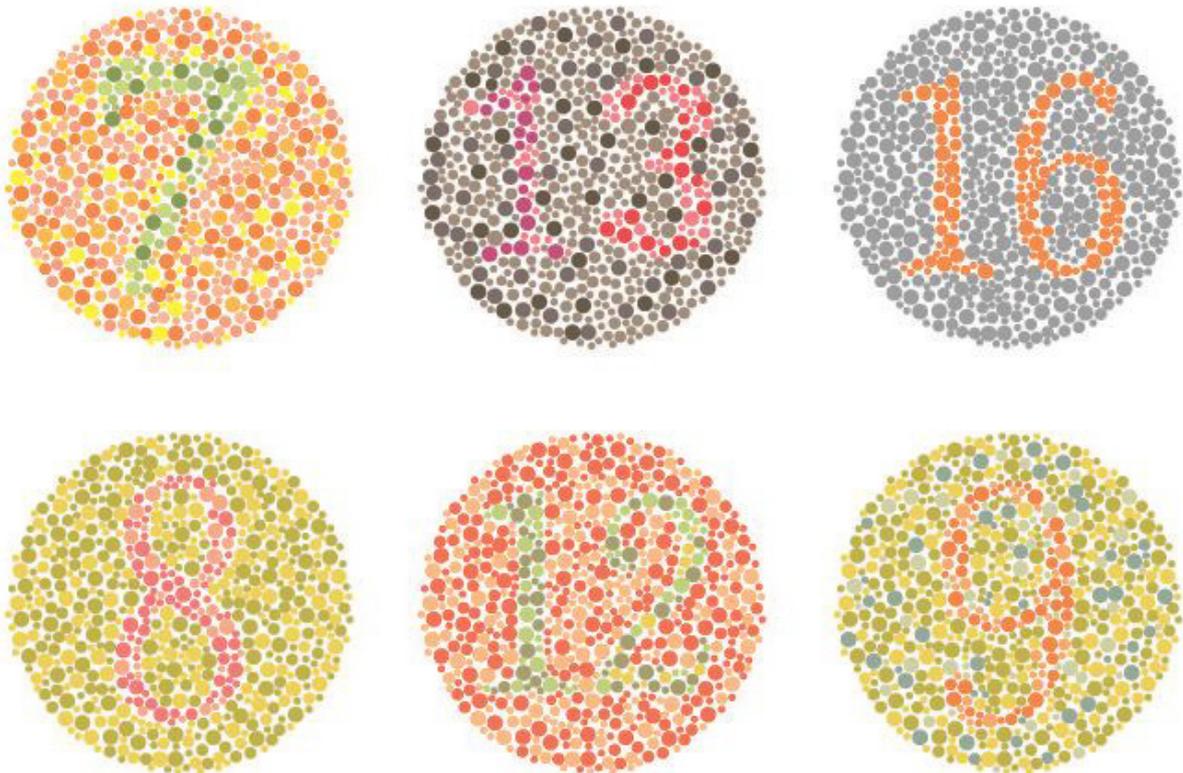
DIFERENTE PERCEPCIONES

Una pregunta que surge mucho cuando estamos aprendiendo cromoterapia es cómo tratar con personas que tienen algún tipo de discapacidad visual. ¿Las personas daltónicas o ciegas, por ejemplo, pueden beneficiarse de la cromoterapia?

La cromoterapia funciona independientemente de la visión, ya que es una frecuencia que se propaga a través del entorno.

Aunque la visión es el principal canal para recibir esta frecuencia, nuestro cuerpo es capaz de captar la luz a través de otros canales sensoriales.

Es importante que el terapeuta tenga conocimiento sobre las particularidades de cada paciente, para poder brindar una atención adecuada durante el tratamiento de cromoterapia. Por ejemplo, es importante saber que una persona daltónica tiene sus propias percepciones de los tonos dependiendo del tipo de daltonismo.



LOS PODERES BANDERA

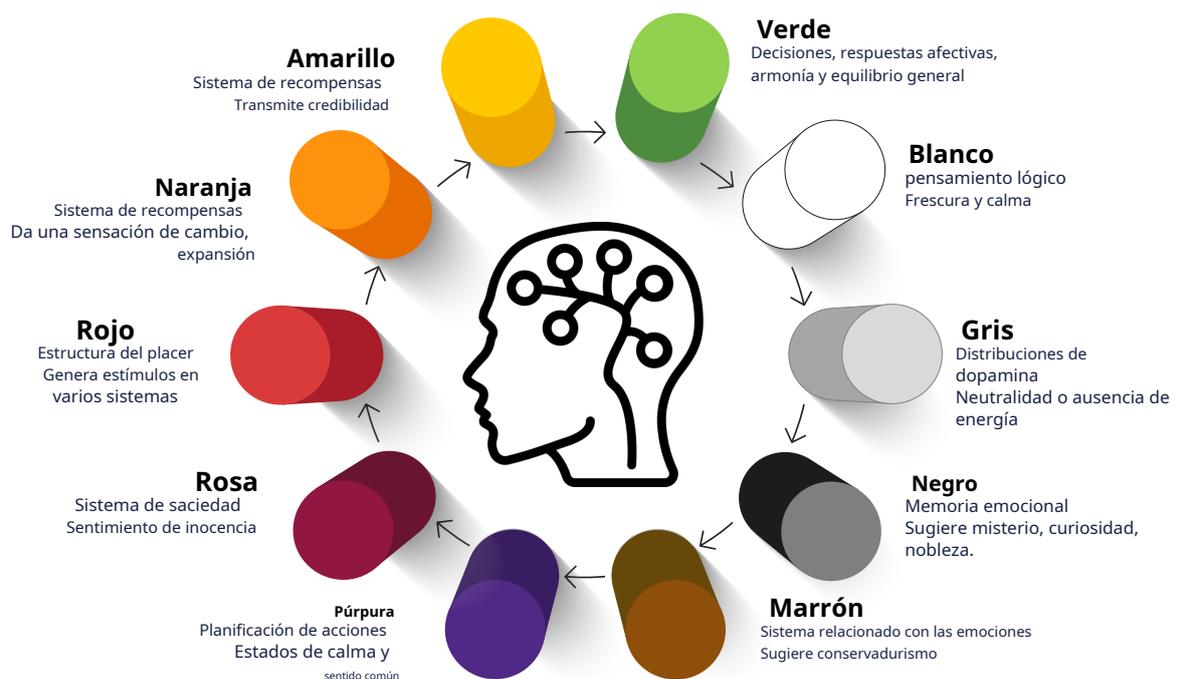
Desde el punto de vista de la terapia holística, los colores tienen el poder de influir en el estado de ánimo humano y crear un aura o energía específica en el entorno circundante.

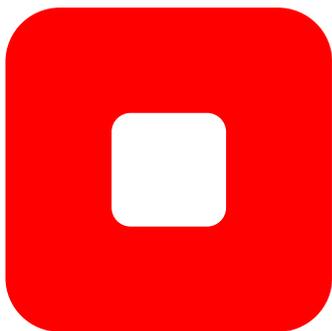
Cada variación de tono puede afectar nuestro estado de ánimo, emociones y comportamientos. También puede ser una fuente de información. Si bien la respuesta de un individuo al color puede derivar de su experiencia personal, la ciencia del color, junto con la psicología del color, sostiene que hay más por descubrir.

Se han realizado numerosos estudios sobre la relación entre el color, incluso en el ámbito publicitario, para determinar cómo estas variaciones pueden influir en el deseo de consumir de las personas.

A continuación se presentan algunos de los hallazgos:

- El color influye en el 85% de las decisiones de compra.
- Entre el 62 y el 90 % de la evaluación de un producto se basa únicamente en el color.
- Los colores aumentan el reconocimiento de marca en un 80%.





Es el color más cercano al infrarrojo y el más caliente del espectro solar. Aporta fuerza y vigor. Este es el color del corazón, la sangre, los músculos y la médula ósea. El rojo es agresivo y cansa rápidamente, ya que satura mucho. Está relacionado con el chakra base, en la base de la columna vertebral. Las principales características del rojo son la acción, la motivación, la estimulación, la vitalidad, la profundidad, la intensidad, la pasión, la ira, el odio, la lujuria, la agresión y la agitación.

FÍSICO

Acelerar el ^{optimista-}circulación y el ritmo cardíaco, aumentando el calor corporal. También promueve la liberación de adrenalina. El rojo es favorable para la reconstrucción de tejidos, mejorando el suministro de sangre a la región afectada.

MENTAL

Él se va tú pensamientos agitar-del. Es estupendo para poner a tierra a las personas que son muy etéreas, soñadoras y que viven con la cabeza en las nubes, devolviéndolas a la realidad. Transmite sensación de poder en todos los ámbitos, aumentando la libido y los deseos materiales (sexo, adquisición de bienes, etc.); También nos aporta practicidad y nos hace objetivos.

TIC ENERGÉTICO

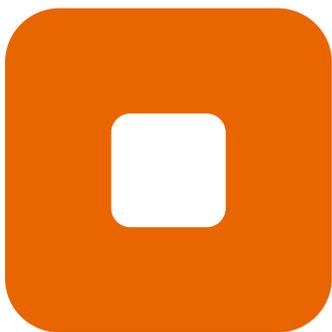
Por ser un color muy intenso, estimula y fortalece rápidamente, dándonos la sensación de que estamos verdaderamente enraizados. Otra característica del rayo rojo es la vitalización del aura.

EMOCIONAL

En algunas personas, puede provocar agresividad e ira. En determinadas situaciones, el exceso puede provocar irritabilidad y malestar. Sin embargo, también aporta una buena dosis de motivación y ganas de “querer triunfar en la vida”. Nos ayuda a tomar decisiones rápidas y nos brinda confianza en todos los aspectos.

ESPIRITUAL

Por estar asociado con el deseo sexual y la materialidad, el uso del color rojo aparece vinculado a fuerzas densas o negativas en algunas religiones. Sin embargo, la terapia holística no funciona con estas restricciones religiosas. El rojo tiene una radiación positiva, si se utiliza de forma correcta y consciente. Es también el color de la acción, del cumplimiento de nuestra misión del alma y de la comunicación.



Es el segundo color del espectro solar, considerándose un rayo caliente y fuerte, pero sin la intensidad del rojo. La naranja es estimulante y nos da sensación de vitalidad. Este rayo tiene la característica de “deshacer”, “desintegrar”, “destruir” etc. Este es el color del chakra sexual, equilibra y armoniza las gónadas, estimulando la sexualidad, pero sin agresividad e intensidad. Sus principales características son la alegría, la energía, la creatividad, la vitalidad, el deseo sexual, la empatía con los demás, el coraje, la audacia, la revolución.

FÍSICO

Y uno color que energía-za el bazo, las gónadas, el sistema linfático, los riñones y las glándulas suprarrenales. Ayuda a la digestión en general, facilitando el proceso sináptico entre las células nerviosas. Está indicado en tratamientos reumáticos y respiratorios, aunque con cierta precaución. También estimula las glándulas mamarias.

MENTAL

El naranja nos hace más creativos, inspirados y entusiastas, además de armonizar nuestros pensamientos, aportarnos esperanza y mejorar nuestra perspectiva de futuro. Es el color de la autoestima, las ideas positivas y los negocios, que ayuda en la toma de decisiones.

EMOCIONAL

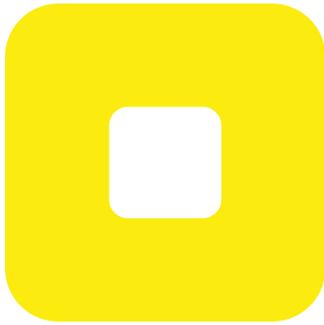
Aporta sensación de fuerza y creación. Es un color excelente para combatir estados depresivos, tristezas, frustraciones y miedos, haciendo al individuo más feliz y fuerte para afrontar las adversidades. El naranja está vinculado no sólo al placer físico, sino también a vivir la vida intensamente.

TIC ENERGÉTICO

El rayo naranja es estimulante y vitaliza los cuerpos sutiles, especialmente el cuerpo etérico, desbloquea los meridianos, nadis (canales energéticos), chakras, marmas, entre otras estructuras del ser, mejorando y armonizando la circulación energética.

ESPIRITUAL

Es el color que aniquila las formas y pensamientos negativos, así como miasmas, parásitos astrales, elementales dañinos, entre otras formas de energías densas y malévolas.



Es un color cálido y vibrante, pero no tanto como el rojo y el naranja. El amarillo estimula la alegría y la concentración, siendo favorable para los estudios. Es un color favorable para el intelecto, el sistema digestivo, la inteligencia, la sabiduría y el buen humor. Fortalece los nervios, activa el sistema linfático y beneficia la piel. Sus principales características son la alegría, la memoria, el pensamiento, el estudio, la racionalidad, la inteligencia y la espiritualidad.

FÍSICO

Este rayo es bueno para energizar la piel, el páncreas, el sistema digestivo, incluido el hígado y el intestino, actuando como una acción depurativa. Este color ayuda a la circulación sanguínea, aumentando ligeramente la presión arterial y el sistema linfático. Es excelente para favorecer la limpieza de la piel, en casos de puntos negros y granitos, por ejemplo. También actúa sobre el sistema nervioso, y actúa contra parásitos y gusanos alojados en el organismo. Por otro lado, el exceso puede provocar gastritis.

MENTAL

Es un color excelente para estimular el razonamiento lógico, siendo un aliado en los estudios y el trabajo. Cuando se usa en exceso, puede hacer que la persona se concentre sólo en hacer planes, de forma extremadamente cerebral, restringiendo sus acciones. Tampoco es recomendable para personas muy despistadas (o muy mentales), ya que puede producir confusión y fatiga mental.

EMOCIONAL

Aporta alegría y felicidad, genera buen humor, enseña a afrontar los retos de la vida cotidiana, el miedo, la depresión y la melancolía. Proporciona aliento, paciencia y optimismo.

TIC ENERGÉTICO

Energiza el cuerpo mental, ^{polvo-}El rem debe usarse con moderación. Este rayo está vinculado al chakra umbilical (plexo solar) y, junto con el color naranja, también ayuda a eliminar pensamientos dañinos.

ESPIRITUAL

Él tiene **UNO** conexión ^{directo-}Tiene el color oro, considerado el color de la espiritualidad. Su asociación con el sol se remonta a milenios, principalmente en la cultura egipcia. Es un color que aporta iluminación, fortalecimiento psíquico y energético.



Este rayo está en el medio del espectro solar, es decir, no es ni caliente ni frío. Este color nos proporciona una sensación de frescura y alivio. Se considera el color de la curación y se puede utilizar en diversos tratamientos. Ayuda a la digestión de los alimentos y estimula el equilibrio, ayuda a la relajación muscular y refresca la sangre; estabiliza nuestra energía, nuestros pensamientos y sentimientos, además de equilibrar el sistema endocrino, el sistema nervioso y el sistema circulatorio. El verdor alivia el estrés diario, por lo que nos sentimos más tranquilos cuando estamos rodeados de árboles y plantas. Entre sus beneficios, los principales son el equilibrio, la curación, la homeostasis y el antiestrés.

FÍSICO

Este rayo siempre ha sido considerado un agente en la lucha contra numerosas dolencias del organismo. Proporciona equilibrio y da la sensación de que el cuerpo está en perfecto estado de funcionamiento. Es un color que beneficia al corazón, arterias, músculos, nervios, etc. Es el rayo que ayuda a restablecer la homeostasis de nuestro organismo.

MENTAL

Calma nuestra mente de forma sutil, equilibrando nuestros pensamientos. Ayuda a sanar los malos pensamientos y darnos cuenta de lo equivocados que podemos estar en nuestras formas de pensar y actuar. Sin embargo, en exceso, este color puede provocar indecisión.

EMOCIONAL

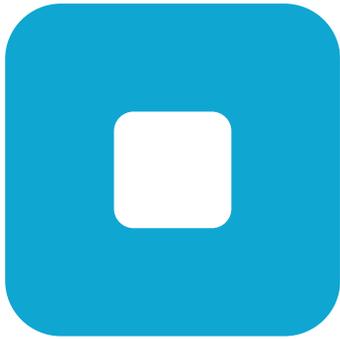
Estabiliza y armoniza todos los problemas emocionales, permitiéndonos comprender mejor la diversidad de la vida. Es un color que, con el tiempo, nos ayuda a tomar decisiones más sabias, de forma equilibrada y tranquila, equilibrando lo racional con lo emocional.

TIC ENERGÉTICO

Este es el color del chakra del corazón y se utiliza ampliamente en trabajos de curación energética, en los cuerpos sutiles y en otros chakras, meridianos o nadis, marmas, etc.

ESPIRITUAL

Este rayo es muy usado en procesos de sanación espiritual, especialmente en templos, centros espiritualistas y de Umbanda, también en rituales nativos, regresión de memoria, entre otros centros espirituales y ceremonias. Es común observar, en el recuerdo de acontecimientos pasados, el uso del rayo verde para traer sanación al cuerpo extrafísico, generalmente tú, en un hospital espiritual.



Es el primer color frío del espectro solar. En cierto modo, nos recuerda al azul del cielo, vinculado al misticismo y la espiritualidad. Es un color que posee las más diversas propiedades terapéuticas. Este rayo trabaja sobre la armonía interior, aporta calma y favorece la relajación. Beneficia las articulaciones, relaja los músculos, calma el sistema nervioso y es estupendo para controlar problemas de taquicardia e hipertensión. El azul transmite una sensación de protección y esperanza de tiempos mejores, ya que aumenta la fe. Sus principales características son la tranquilidad, la armonía, la comunicación, la sociabilidad, la relajación, la protección, la fe y la espiritualidad.

FÍSICO

Tiene propiedades que suavizan y estabilizan la circulación sanguínea, relaja los músculos tensos, mejora la lubricación de diversas articulaciones que poseen líquido sinovial, lubrica las cuerdas vocales, suaviza la acción sináptica de las células nerviosas y armoniza los tejidos del cuerpo. Está indicado para tratar enfermedades inflamatorias e infecciosas, así como problemas auditivos. También energiza la glándula tiroides y ayuda en el tratamiento del cáncer.

MENTAL

Calma la mente, fomenta la inspiración y la comprensión, rompe patrones de pensamiento negativos, haciéndonos percibir las cosas que nos rodean con una perspectiva más tranquila. Este color sólo debe ser evitado por personas que sufren depresión, ya que puede empeorar la melancolía.

EMOCIONAL

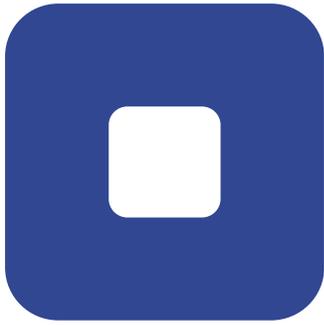
EL azul ayuda en el purificación de las emociones, ayudándonos a darnos cuenta de que necesitamos conectarnos con una esfera más sutil para poder comprender ciertas manifestaciones que ocurren dentro de nosotros.

TIC ENERGÉTICO

Este rayo está conectado a nuestro chakra de la garganta, que es el centro energético de expresión. El color calma cualquier perturbación vibratoria, creando una atmósfera de protección y confort a nuestro alrededor y transmitiendo una sensación de confianza.

ESPIRITUAL

El color azul activa nuestro lado más espiritual, buscando el porqué de muchas cosas, aportando sentimiento de compasión y comprensión. Este rayo nos recuerda el manto azul de la Virgen María, San Miguel Arcángel, Iemanjá, entre otros personajes religiosos. Esta vibración nos acerca a nuestro yo superior, conectándonos con seres de luz y protectores, mostrándonos el camino para fortalecer nuestra fe.



Este es un rayo frío situado entre los rayos azul y violeta. Tiene un tono más fuerte, con propiedades más intensas que el azul, pero con algunas características peculiares. Este color es considerado el color de la sabiduría por revelación, además de ser calmante y sedante, frío y astringente, ya que relaja la mente para un mayor contacto con esferas superiores, a través de la meditación, por ejemplo. Tiene un fuerte efecto coagulante, es depurativo de la sangre, proporciona limpieza psíquica y alivia las tensiones cotidianas. Sus principales características son la conciencia, la sedación, el conocimiento, la purificación y la visión ampliada.

FÍSICO

Este rayo está indicado para situaciones en las que es necesario detener la sangre, acelerando el proceso de coagulación en la región afectada. Tiene un potente efecto anestésico y sedante. Ayuda a purificar el organismo, especialmente la sangre y la linfa. Es un color frío, que aporta calma a cualquier situación. El índigo y el azul son colores fantásticos para conseguir un sueño tranquilo y reparador. Ayuda a calmar el corazón y bajar la presión arterial, además de mejorar la audición, la visión y el olfato. El rayo también se puede utilizar para problemas estomacales (como gastritis), enfermedades pulmonares y trastornos de las glándulas paratiroides y pituitaria.

MENTAL

Este color nos hace desinhibidos y valientes para enfrentar nuestros miedos, limpia nuestras energías psíquicas, trae expansión mental, abriendo nuestra conciencia para mirar las situaciones de nuestra vida de manera holística.

EMOCIONAL

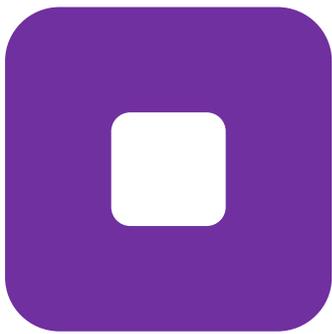
Es el color que incita a la practicidad, pero con sabiduría. Espectáculo - nos da el camino para comprender qué puntos necesitamos mejorar internamente, aportando discernimiento y sabiduría para promover transformaciones en nuestra vida. Nos ayuda a relajarnos y utilizar todos nuestros conocimientos para superar los retos cotidianos.

TIC ENERGÉTICO

Este rayo está conectado al chakra frontal (tercer ojo), activando la visión de aquello que es más sutil. Con esto podemos percibir y visualizar situaciones que están bloqueadas.

ESPIRITUAL

Es un color que ilumina la conciencia de nuestra experiencia terrenal y proyecciones astrales. Activa la clarividencia, ya que abre el tercer ojo, considerado los "ojos del espíritu". Gracias a esto se facilitan las visiones del pasado y del futuro.



Este rayo es el más fuerte y frío de todos. Es un color puramente enfocado a la alta espiritualidad. Violeta es transformación plena, siendo ampliamente utilizado para transmutar cualquier proceso, de negativo a positivo, debido a su fuerza y vibración, promoviendo una limpieza profunda. Se relaciona con la glándula pineal, creando mayor contacto con el mundo espiritual. Se considera el color del propio poder, de la propia esencia, teniendo una conexión con los aspectos espirituales del propio ser. Sus principales características son la espiritualidad, la divinidad, el lujo, el poder, el altruismo, la transformación y la curación.

FÍSICO

Este rayo tiene propiedades anticancerígenas, ya que es capaz de detener el crecimiento y desarrollo de células tumorales. Purifica la sangre y estimula la producción de glóbulos blancos. Tiene un efecto calmante sobre los sistemas nervioso, cardíaco y linfático. Es ideal para el cerebro y la médula espinal, nutriendo la glándula pineal. Se utiliza para tratar la irritación nerviosa, inflamación, neurosis y otras enfermedades del sistema nervioso.

MENTAL

Equilibra la mente, elimina la suciedad mental y es ampliamente utilizado para tratar enfermedades mentales de cualquier naturaleza. Ayuda a romper vínculos psíquicos dañinos, facilitando el desarrollo de pensamientos superiores.

EMOCIONAL

Para los artistas, o aquellos que buscan inspiración desde lo alto, es el color ideal, ya que purifica cualquier desequilibrio emocional, aportando calma y paz. Abre nuestra intuición, facilitando la meditación o ayudando cuando necesitamos escuchar nuestro yo interior. También ayuda a quienes necesitan desarrollar el amor propio.

TIC ENERGÉTICO

Este color transmuta toda energía densa en energías más tranquilas y armoniosas. El color del rayo está vinculado al chakra de la corona, en la parte superior de la cabeza. Refina nuestras energías en los cuerpos sutiles, aumentando el nivel de espiritualidad.

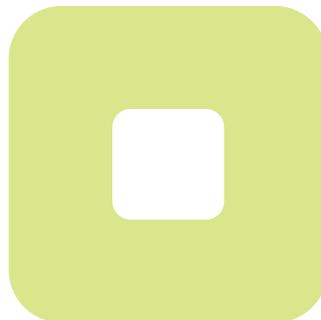
ESPIRITUAL

Por ser un rayo purificador y transformador del ser, es el color que nos conecta con el mundo espiritual, con seres de luz y extrema sutileza y amor. También se relaciona con la limpieza espiritual a cualquier nivel, siendo el color del "yo superior". La comprensión y el entendimiento espiritual mejoran cuando este color está en armonía con nosotros.

VERDELIM

Es una mezcla de verde claro y amarillo. Ayuda a eliminar desechos o impurezas del cuerpo.

Es el color que nos anima a decir nuestra verdad interior y energiza la glándula "timo". Renueva el cuerpo, ayuda al crecimiento de los huesos y limpia los riñones, el hígado, el cuerpo etérico y la sangre. También ayuda a eliminar la flema en la cavidad sinusal.



TURQUESA

Es la mezcla del color verde y azul. Ayuda a aliviar la inflamación activando el sistema inmunológico.

Los antiguos entendían que la vibración de este color aleja las energías negativas o el popular "mal de ojo". También es útil para tratamientos de la piel. Otra función importante es proporcionar una sensación de protección contra cualquier fuerza extraña, además de atraer buenos fluidos.



NARANJA

Es la mezcla del rojo y el naranja, siendo la vibración de estos dos colores.

Aquí vemos la fusión de las energías masculinas y femeninas en acción. Este es un tono menos fuerte y agresivo, que puede utilizarse en lugar del rojo sólo cuando la persona no puede utilizar ese color.



DORADO



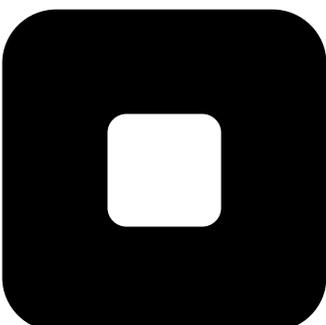
El color dorado se asocia al espíritu universal, al dios Ra (antiguo Egipto), y está vinculado al Sol. Esta vibración está vinculada a aspectos divinos o superiores, activando la sabiduría del alma que existe dentro de nosotros. Entre sus propiedades terapéuticas se encuentran la mejora de la circulación sanguínea para energizar la piel, el tratamiento del lupus y el cáncer de piel. Es el rayo que combate la depresión, la artritis, el reumatismo, la tuberculosis y los problemas de columna.

PLATA



El plata o el color plata es un color asociado a la modernidad, a las nuevas tecnologías, a la novedad, a la innovación. La plata atribuye valores relacionados con el metal, como el brillo, la solidez y el valor. Transmite estabilidad, éxito, calidad y distinción, especialmente cuando se asocia al negro.

NEGRO



Este color es el de la “no percepción humana”, es decir, no es detectado por los bastones ni los conos, que son las células que captan las ondas de color, transmitiéndolas a nuestro cerebro para su decodificación. Es el color del luto, del ocultamiento, del aislamiento y de la protección cuando uno no quiere ser notado ni visto. El negro también representa nuestras sombras, que debemos mirar con atención.

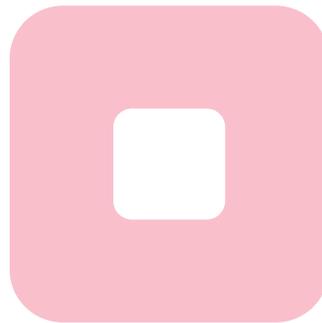
BLANCO

El blanco proporciona paz, tranquilidad y se puede utilizar en una amplia gama de aplicaciones. Es la esencia de todos los demás colores, representa la pureza, la paz, lo sagrado y la luz. Este color se utiliza en trabajos o actividades de donación, sanación o caridad, o incluso cuando se busca claridad de ideas, pensamientos, conexión con lo espiritual y sentimientos que estén en comunión con el grupo.

ROSA

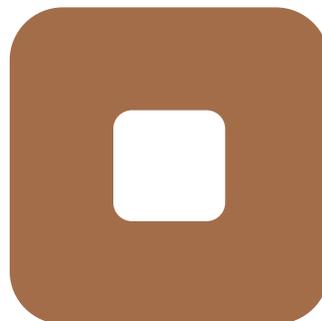
Es la mezcla de rojo y blanco.

Es un ambiente más femenino. Estimula el amor, de forma expansiva. Aporta comprensión y compasión, ayudando en el trabajo del perdón y el autoperdón. A nivel físico, es un excelente depurativo de la sangre y también ayuda a los riñones en este proceso. Este color se recomienda en la búsqueda de la paz interior y para desarrollar el altruismo.



MARRÓN

El color marrón es muy recomendable para personas que necesitan estar a tierra, que son muy dispersos, viven en un "mundo de sueños" o piensan demasiado y no logran nada. Promueve la solidez de la personalidad y fomenta el conservadurismo. La variación de este color es el beige, que es más suave para su uso en prendas y ambientes. El beige es una variación del marrón en su propósito de transmitir serenidad y pasividad. Se considera clásico, más cálido que frío, y da sensación de antigüedad, poco movimiento, calidez y confort.





MANUAL TERAPIA DE CRISTALES



MANUAL

TERAPIA DE CRISTALES

La cristaloterapia es una técnica que utiliza cristales y otras piedras para curar o prevenir enfermedades. Los practicantes holísticos y los que practican esta técnica creen que los cristales actúan como conductos para la curación, permitiendo que la energía positiva y curativa fluya hacia el cuerpo mientras que la energía negativa, que causa enfermedades, fluye hacia afuera.

No existe evidencia científica de que la curación con cristales sea eficiente, precisamente porque el diagnóstico de enfermedades no se realiza a partir de la observación de los flujos de energía en el cuerpo, aspecto tan importante para la comprensión holística. Además, ningún estudio científico ha demostrado que los cristales y las piedras preciosas puedan diferenciarse por su composición química o color para tratar una enfermedad específica.

Sin embargo, en nuestra metodología, dirigimos estudios basados en experiencias de consultorios holísticos y en la percepción de cada paciente y profesional.

Creemos que, así como los objetos y lugares son capaces de absorber las cargas energéticas emitidas por las personas y sus emociones, los cristales también tienen este poder.

Además de absorber cargas energéticas, tienen sus propias cargas y frecuencias, y pueden energizar lugares, transmutar energías y restablecer la armonía entre lugares y personas.

El conocimiento está siempre cambiando, estamos evolucionando científicamente. Por lo tanto, creemos que todavía queda mucho por descubrir sobre los beneficios de la terapia con cristales y otras terapias holísticas. Recuerda que eres parte fundamental de este futuro.

Al gato

Formado a partir de cristales de cuarzo microscópicos con patrones de bandas, este es un cristal muy estable. Las ágatas son piedras que favorecen el anclaje de energías y proporcionan equilibrio emocional, físico e intelectual. Ayudan a centrar y estabilizar la energía física.

El ágata tiene el poder de armonizar el yin y el yang, las polaridades que mantienen el equilibrio del universo, según la filosofía china. Al ser una piedra calmante y relajante, tiene una acción gradual pero muy potente. Sus múltiples capas pueden sacar a la luz información oculta. Desde un punto de vista psicológico, el ágata promueve la aceptación suave de uno mismo, estimulando la confianza en uno mismo. Ayuda a la inteligencia intrapersonal y a la percepción de circunstancias ocultas, llevándonos a prestar atención a cualquier malestar que esté interfiriendo en nuestro bienestar.

El ágata estabiliza el aura, eliminando y transformando las energías negativas. Su efecto purificador es potente tanto a nivel físico como emocional. Colocada sobre el corazón, cura los trastornos emocionales que impiden la aceptación del amor. Colocada bajo el abdomen o ingerida en forma de elixir, el ágata estimula el proceso digestivo y alivia la gastritis. Esta piedra también cura los ojos, el estómago y el útero, limpia el sistema linfático y el páncreas, fortalece los vasos sanguíneos y cura los problemas de la piel.

El ágata de encaje azul es un poderoso sanador de garganta. Su poder para combatir los bloqueos a la autoexpresión alivia indirectamente problemas de hombros y cuello, deficiencias de tiroides e infecciones de garganta o linfáticas. Baja la fiebre y elimina bloqueos en el sistema nervioso, además de tratar la artritis y las deformidades óseas, fortalecer los huesos y ayudar a solidificar los huesos débiles.



Ágata dendrítica

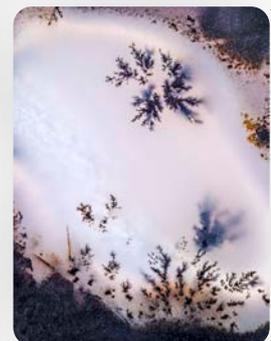
El ágata dendrítica es conocida como la piedra de la plenitud. Aporta abundancia y plenitud a todas las áreas de la vida, incluidos los negocios y la agricultura. Se puede utilizar para asegurar cosechas abundantes o para mantener la salud de las plantas de invernadero.

El ágata dendrítica crea un ambiente pacífico, tanto en interiores como en exteriores, y nos anima a disfrutar de cada momento de la vida. Este cristal tiene una conexión particularmente fuerte con el reino vegetal y puede mejorar la comunicación con ese reino. Todo depende de nuestra propia conexión con la tierra. Esta ágata, sin embargo, tiene efectos lentos y lleva tiempo mostrar su máxima eficacia.

Desde un punto de vista psicológico, el ágata dendrítica nos ayuda a mantener el centrado en momentos de discordia, aportando estabilidad. Nos lleva a perseverar y ver las dificultades como desafíos. Desde un punto de vista espiritual, el ágata dendrítica nos anima a preservar nuestra conexión con nuestras raíces. Abre y alinea los chakras, ayudándolos a integrarse en una conciencia superior.

En un nivel sutil, el ágata dendrítica cura dolencias causadas por desequilibrios de los chakras. Dentro del cuerpo, está en sintonía con todo lo que tiene ramificaciones, como vasos sanguíneos y nervios. Cura el sistema nervioso y enfermedades como la neuralgia. Esta piedra trata los problemas óseos y realinea el esqueleto con nuestra realidad física. El ágata dendrítica revierte la

Generación de capilares y estimula el sistema circulatorio. Colocado en el lugar del dolor o lesión, tiene un efecto analgésico. Es una piedra útil para curar las plantas y la Tierra misma. Estabiliza los vórtices dentro del campo energético del planeta.



Al gato de fuego

Él tiene **UNO** conexión profundo- con la tierra y su energía calmante provoca una sensación de seguridad y protección. Con un gran poder de conexión a tierra, proporciona apoyo durante los momentos difíciles. El ágata de fuego tiene una fuerte función protectora, especialmente contra el mal de ojo. Construye un escudo protector alrededor del cuerpo, enviando las energías negativas de regreso a la fuente, para que la persona comprenda el daño que está causando. Desde un punto de vista físico, el ágata de fuego, como su nombre lo indica, tiene una conexión con el elemento Fuego y aumenta la libido, "enciende" el chakra base y estimula la vitalidad en todos los niveles. Desde un punto de vista psicológico, el ágata de fuego disipa el miedo e infunde confianza.

Cuando sostenemos esta piedra en nuestras manos, estimula la introspección, inspirando soluciones espontáneas a los problemas internos. Ayuda a eliminar obsesiones y deseos destructivos y puede ser útil en el tratamiento de adicciones. Desde un punto de vista espiritual, esta piedra protectora promueve la relajación, dando al cuerpo la sensación de "suavización" y facilitando la meditación. Considerada la representación de la perfección absoluta, energiza la fuerza espiritual y ayuda en la evolución de la conciencia.

Esta piedra ayuda a curar el estómago, el sistema nervioso y el sistema endocrino, así como enfermedades circulatorias. Beneficia los ojos, mejora la visión nocturna y aclara la visión interior, a nivel intuitivo, y la visión exterior, a nivel físico. ¿Podría ser?

Se aplica en esta zona para restablecer el equilibrio, reducir los sofocos de la menopausia y refrescar el cuerpo. El ágata de fuego aporta vitalidad al cuerpo, evitando el agotamiento. Colocado sobre el chakra del tercer ojo, restablece sus funciones normales. En un nivel sutil, el ágata de fuego limpia los bloqueos etéricos y energiza el aura.



AL GATO MUSGO

Una piedra estabilizadora con una fuerte conexión con la naturaleza, el ágata musgosa vigoriza el alma e inspira a las personas a ver la belleza a su alrededor. Ayuda a reducir la sensibilidad a los contaminantes climáticos y ambientales. Es extremadamente beneficioso para cualquier persona que trabaje en agricultura o botánica. El ágata musgosa, piedra de nacimiento, ayuda a las parteras en su trabajo, aliviando los dolores del parto y garantizando un nacimiento tranquilo. Es la piedra de los nuevos comienzos y elimina bloqueos o ataduras espirituales. Piedra asociada a la riqueza, atrae la abundancia. El ágata musgosa puede tener un doble propósito. Ayuda a los más intelectuales a entrar en contacto con sus sentimientos intuitivos y, a la inversa, ayuda a las personas intuitivas a canalizar su energía de forma práctica.

Desde un punto de vista psicológico, el ágata musgosa aumenta la autoestima y fortalece los rasgos positivos de la personalidad. Reduce el miedo y el estrés profundamente arraigados. También ayuda a desarrollar la fuerza personal y mejores relaciones con los demás, además de fomentar la ampliación del espacio personal y el crecimiento. Fortalece la capacidad de volver a intentarlo, inspirando nuevas ideas después de un período de estancamiento. Desde un punto de vista mental, el ágata musgosa promueve la autoexpresión y la comunicación. Equilibra las emociones, reduce el estrés y disminuye el miedo. Fomenta la confianza y la esperanza, ya que es una piedra que atrae la positividad y el optimismo. Es útil para cualquier persona que sufra de depresión o

desequilibrios cerebrales. Por muy difíciles que sean las circunstancias, Moss Agate arroja luz sobre las razones detrás de estos sufrimientos.



AMAZONITA

La amazonita tiene una poderosa acción filtrante. A nivel físico, bloquea el estrés geopático*, absorbe las microondas y las emanaciones electromagnéticas de los teléfonos móviles y protege contra la contaminación electromagnética. Debe colocarse entre la persona y la fuente de contaminación o fijarse al celular con cinta adhesiva. A nivel mental, filtra

la información que pasa por el cerebro y la combina con la intuición. Esta es una piedra extremadamente calmante. Calma el cerebro y el sistema nervioso, además de alinear el cuerpo físico con el cuerpo etérico, manteniendo una salud perfecta. Equilibra las energías masculinas y femeninas y muchos aspectos de la personalidad. Es una piedra que nos ayuda a ver ambos lados de un problema o diferentes puntos de vista.

A nivel emocional, la amazonita calma el trauma emocional, aliviando la preocupación y el miedo. También alivia las energías negativas y las irritaciones. Desde un punto de vista espiritual, el elixir de amazonita es extremadamente beneficioso para todos los niveles de conciencia. La piedra en sí ayuda en la manifestación del amor universal.

La amazonita cura y abre los chakras de la garganta y el corazón, mejorando la comunicación amorosa. También abre el tercer ojo y estimula la intuición. Esta piedra disipa la energía negativa y los bloqueos en el sistema nervioso. Combate la osteoporosis, la pérdida de dientes y la deficiencia de calcio,

depósitos de calcio y las deficiencias metabólicas que causan estos problemas. El elixir corrige los problemas relacionados con el calcio. La amazonita también alivia los espasmos musculares.



MBAR

El ámbar no es en realidad un cristal. Es una resina de árbol que se ha solidificado y se ha convertido en un fósil. El ámbar tiene una fuerte conexión con la tierra y es una piedra que ancla las energías superiores. Es un poderoso agente cicatrizante y purificador que "absorbe" las molestias del cuerpo y promueve la revitalización de los tejidos. También purifica el ambiente y los chakras, absorbe la energía negativa y la transmuta en fuerzas positivas que estimulan al cuerpo a curarse a sí mismo. El ámbar, un poderoso protector, conecta el yo cotidiano con una realidad espiritual superior. Desde un punto de vista psicológico, el ámbar aporta estabilidad a la vida, pero también motivación, creando un vínculo entre un deseo y el impulso de cumplirlo. Sus energías cálidas y brillantes se traducen en una disposición espontánea y radiante.

Desde un punto de vista mental, el ámbar estimula el intelecto, alivia la depresión y promueve un estado mental positivo y la autoexpresión creativa. Aporta equilibrio y paciencia, además de estimular la toma de decisiones y la memoria. Su flexibilidad disipa la oposición. Emocionalmente, el ámbar inspira tranquilidad y aumenta la confianza. Desde un punto de vista espiritual, promueve el altruismo.

El ámbar es un poderoso purificador de chakras y agente curativo. A nivel físico, impregna el cuerpo de vitalidad y tiene el poder de "absorber" las enfermedades del cuerpo. Al absorber el dolor y la energía negativa, le da al cuerpo la oportunidad de recuperarse.

Equilibrarse y sanarse. El ámbar también alivia el estrés. Por estar en sintonía con la garganta, combate el bocio y otros problemas de garganta. Trata el estómago, el bazo, los riñones, la vejiga, el hígado y la vesícula biliar.



AMATISTA

La amatista es una piedra extremadamente poderosa y protectora, con una vibración altamente espiritual. Nos protege contra los ataques psíquicos transmutando la energía en amor. Un agente calmante natural, la amatista bloquea el estrés geopático y las energías ambientales negativas. Su serenidad favorece la meditación y estados superiores de conciencia. Esta piedra tiene fuertes poderes curativos y purificadores, además de agudizar la percepción espiritual. Tradicionalmente se utilizaba para prevenir la embriaguez y devolver la cordura a personas indulgentes y entregadas a las pasiones físicas, promoviendo la sobriedad. Combate adicciones y bloqueos de todo tipo. Utilizada en un nivel superior, la amatista abre la percepción a otra realidad.

La amatista es extremadamente beneficiosa para la mente, calmándola o estimulándola, según la necesidad. Durante la meditación, desvía los pensamientos de los asuntos mundanos e inspira tranquilidad y una comprensión más profunda. Desde un punto de vista mental, nos ayuda a sentirnos menos dispersos, más centrados y en control de nuestras facultades mentales. Esta piedra facilita el proceso de toma de decisiones, aportando sentido común y conocimiento. Desde el punto de vista mental, calma y sintetiza, y ayuda en la transmisión de señales neuronales a través del cerebro.

La amatista estimula la producción de hormonas y regula el sistema endocrino y el metabolismo. Fortalece los órganos de

excreción y el sistema inmunológico.



ANGELITA

La angelita es una de las “piedras de percepción” de la Nueva Era. Representa la paz y la hermandad. Como sugiere su nombre, la angelita facilita el contacto consciente con el reino angelical. Fomenta la comunicación telepática y los viajes fuera del cuerpo, manteniendo la conciencia de la realidad. cada día. La angelita es una piedra poderosa para los curanderos, ya que profundiza la sintonía y agudiza la percepción. También protege el medio ambiente y el cuerpo, especialmente cuando se toma en forma de elixir. La angelita se forma al ser comprimida durante millones de años y tiene las mismas propiedades que esta piedra. Desde un punto de vista psicológico, angelit nos ayuda a expresar nuestra verdad. También nos ayuda a ser más compasivos y tolerantes, especialmente hacia las cosas que no se pueden cambiar. Alivia el dolor psicológico y combate la crueldad.

Desde un punto de vista mental, el ángel se utiliza a menudo para estimular la comprensión astrológica y profundizar la comprensión de las matemáticas. Desde un punto de vista espiritual, Angelita está llena de compasión. Él transforma el dolor y el desorden en plenitud y curación, allanando el camino para la evolución espiritual. Evoca un profundo sentimiento de paz y tranquilidad. Hace que sea más fácil

Conexión con el conocimiento universal y aumenta la percepción. La angelita también facilita el proceso de renacimiento y abre las puertas a la canalización psíquica.

Aplicada en los pies, la angelita desbloquea los meridianos y los flujos de energía. En sintonía con la garganta, alivia la inflamación y los desequilibrios de las glándulas tiroides y paratiroides. Esta piedra calmante repara los tejidos y los vasos sanguíneos, regulando los fluidos dentro del cuerpo físico, además de servir como diurético.



APATITO

La apatita tiene propiedades inspiradoras. Al servir de interfaz entre la conciencia y la materia, es una piedra que promueve una actitud humanitaria, con inclinación al servicio. La apatita está en sintonía con el futuro; Sin embargo, te conecta con vidas pasadas. Desarrolla los dones psíquicos y la sintonía espiritual, profundiza la meditación, eleva la energía kundalini* y facilita la comunicación y la autoexpresión en todos los niveles. Desde un punto de vista psicológico, la apatita aumenta la motivación y las reservas de energía. Fomenta la apertura y el ingenio en la sociedad, fomentando la extroversión y reduciendo la indiferencia y el aislamiento. Desvía la negatividad hacia uno mismo y hacia los demás y ayuda a los niños hiperactivos y autistas.

Al estimular la creatividad y el intelecto, la apatita aclara la confusión y facilita el acceso a la información que puede utilizarse para el bien de un individuo o de la comunidad. Amplía el conocimiento y la verdad, aliviando el sufrimiento, la apatía y la ira. Reduce la irritabilidad y el agotamiento emocional. Al liberar energía del chakra base, alivia la frustración y fomenta una pasión libre de culpa.



APOPILITA

Esta piedra tiene un alto contenido de agua, lo que la convierte en un eficiente conductor de energía y un depósito de los Registros Akáshicos (los registros esotéricos de todo lo que alguna vez sucedió y sucederá, incluida la información sobre vidas pasadas). Debido a que esta piedra es un poderoso transmisor de energía, su presencia en una habitación aumenta la energía del ambiente. La apofilita crea una conexión consciente entre los reinos físico y espiritual. Durante el viaje fuera del cuerpo, mantiene una fuerte conexión con el cuerpo físico, permitiendo que la información se transmita del reino espiritual al físico. Esta piedra espiritual estimula la clarividencia, la intuición y la capacidad de ver el futuro. Es una piedra excelente para la práctica de la escritura*. Desde un punto de vista psicológico, la apofilita promueve la reflexión sobre el propio comportamiento y la corrección de desequilibrios o errores cometidos. Disminuye la pretensión y la actitud reservada.

Es una piedra de verdad, que aporta reconocimiento del verdadero yo y le permite mostrarse al mundo. Mentalmente, la apofilita tiene un efecto calmante. Es un eficaz reductor de estrés, ya que elimina bloqueos mentales y patrones de pensamiento negativos. También reduce el deseo. A nivel espiritual, la Apofilita irradia amor universal en los procesos de toma de decisiones y análisis, sintonizando la mente con el espíritu. Emocionalmente, la apofilita reduce las emociones reprimidas. Alivia la ansiedad, las preocupaciones y los miedos.

del. Calma la aprensión y aumenta la tolerancia a la incertidumbre. Desde un punto de vista espiritual, esta piedra calma y ancla el espíritu. Tiene una fuerte conexión con el reino espiritual, al mismo tiempo que nos hace sentir cómodos dentro de nuestros cuerpos. Facilita los viajes extracorporales y la visión espiritual. Gracias a su conexión con los Registros Akáshicos, facilita la regresión a vidas pasadas.



AGUA - MARINA

Es la piedra del coraje. Sus energías calmantes

reducir el estrés y calmar la mente.

Armoniza el ambiente que te rodea y protege contra los contaminantes. En la antigüedad, se creía que

-Se cree que la aguamarina luchó contra las fuerzas de la oscuridad y obtuvo favores de los espíritus de la luz. Era el talismán de los marineros contra el ahogamiento. Desde un punto de vista psicológico, el agua-

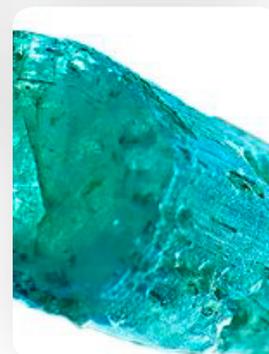
-La Marina tiene afinidad con la gente sensible. Tiene el poder de invocar la tolerancia de la gente y desalentar el juicio. Apoya a quienes se sienten abrumados por el peso de sus responsabilidades y nos anima a asumir la responsabilidad de nosotros mismos. Ella crea una personalidad vivaz, persistente y dinámica. Puede romper el sentimiento de autoderrota. El agua-

- El mar calma la mente y elimina las energías negativas captadas de otras personas.

Filtra la información que llega al cerebro y aclara la percepción, agudiza el razonamiento. Por su poder para llevar asuntos pendientes a su conclusión, la aguamarina es útil para el cierre en todos los niveles. Facilita la comunicación bloqueada y promueve la autoexpresión. Esta piedra ayuda a comprender los estados emocionales subyacentes e interpretar los sentimientos. También alivia los miedos y aumenta la sensibilidad. Desde un punto de vista espiritual, la aguamarina agudiza la intuición y activa la clarividencia. Maravillosa piedra para la meditación, evoca estados elevados de conciencia y percepción.

espiritual y fomenta el servicio a la humanidad.

La aguamarina es útil para dolores de garganta, glándulas inflamadas y problemas de tiroides. Armoniza la pituitaria y la tiroides, regula las hormonas y el crecimiento.



ARAGONITO

La aragonita es un agente curativo telúrico confiable.

que ancla las energías. En sintonía con la diosa de la Tierra, fomenta la conservación y el reciclaje. Esta piedra transforma el estrés geopático y limpia las líneas ley bloqueadas*, incluso a distancia. Con su capacidad de centrar y anclar la energía física,

Es útil en momentos de tensión. La aragonita estabiliza los chakras base y terrestre, profundizando la conexión con el planeta. Nos transporta suavemente a la infancia o a un período anterior, permitiéndonos explorar el pasado. Desde un punto de vista psicológico, el aragonito enseña paciencia y aceptación, y combate la hipersensibilidad. Es genial para personas que se exigen mucho a sí mismas, ya que ayuda a delegar tareas. La energía práctica de esta piedra fomenta la disciplina y la confiabilidad, y ayuda a desarrollar un enfoque pragmático hacia la vida.

Desde un punto de vista mental, esta piedra nos ayuda a centrar nuestra atención en lo que estamos haciendo y promueve la flexibilidad mental y la tolerancia. También nos proporciona una visión intuitiva de la causa de los problemas y las situaciones. Emocionalmente, el aragonito combate la ira y el estrés emocional, proporciona fuerza y apoyo. Desde un punto de vista físico, el aragonito es la piedra que nos ayuda a sentirnos cómodos y a gusto dentro de nuestro propio cuerpo. Combate el malestar, especialmente los temblores y espasmos derivados de la inquietud interior. Desde el punto de vista de

Desde un punto de vista espiritual, la aragonita estabiliza el desarrollo espiritual que está fuera de control. Al calmar y centrar, restablece la armonía y prepara a la persona para la meditación, elevando las energías a un nivel espiritual superior y revitalizando el cuerpo.



ATACAMITA

La atacamita es un cristal descubierto recientemente y sus propiedades aún no han sido completamente exploradas. Si meditas con un cristal de Atacama, te dirá cómo quiere que trabajes con él. La atacamita a veces se confunde con la crisocola. Lo que sí sabemos es que la atacamita fuerza la apertura del tercer ojo, creando imágenes visuales poderosas y una fuerte conexión espiritual. Es una piedra de gran claridad. Utilizado en meditación, lleva el alma de forma segura a los niveles más altos posibles. Atamita restaura la confianza espiritual perdida y promueve la conexión con una guía superior. Es aconsejable sostener esta piedra durante los viajes fuera del cuerpo. La atacamita facilita la apertura del chakra superior del corazón, inspirando más amor incondicional en tu vida y estimula el timo y el sistema inmunológico.

EL Atamita también purificar-
ca los riñones, favoreciendo la
eliminación a todos los niveles. Es un
poderoso purificador del cuerpo etérico
y del chakra del tercer ojo. Se puede
utilizar para curar infecciones genitales
y aumenta la resistencia contra el
herpes y las enfermedades de
transmisión sexual. Colocada en la
garganta, la atacamita cura la tiroides,
abriendo el chakra de la garganta y
eliminando bloqueos a la autoexpresión
que pueden estar detrás del
hipotiroidismo. Gracias a su tono verde
calmante, también es beneficioso para
el sistema nervioso, combatiendo el
estrés y los nervios alterados a un nivel
sutil.



AZURITA

La azurita guía el desarrollo psíquico e intuitivo. Incita al alma a alcanzar la iluminación. Purifica y estimula el tercer ojo, sintonizándolo con la guía espiritual. Este cristal hace que los viajes fuera del cuerpo sean más fáciles y seguros. Eleva la conciencia a niveles superiores y facilita el control sobre el desarrollo espiritual, además de inducir un estado meditativo y de canalización. La azurita es una poderosa piedra curativa que ayuda a comprender los efectos psicosomáticos de la mente y las emociones en el cuerpo. Mentalmente, la azurita proporciona una comprensión clara, expandiendo la mente. Elimina viejos bloqueos de comunicación y estimula la memoria.

También desafía creencias y visiones de la realidad, animándonos a explorar lo desconocido sin miedo, promoviendo conocimientos intuitivos más profundos y una nueva realidad. Así, las viejas creencias emergen suavemente en la mente consciente para ser confrontadas con la verdad. Emocionalmente, la azurita alivia el estrés, la preocupación, el dolor y la tristeza, arrojando más luz sobre las emociones. Transmuta el miedo y las fobias, y proporciona una comprensión de las razones que los causaron. Esta piedra calma a las personas que hablan mucho debido al nerviosismo y estimula a quienes tienen dificultad para expresarse.

La azurita trata problemas de garganta, artritis y enfermedades articulares, además de alinear la columna y actuar a nivel celular, eliminando cualquier

bloqueo o lesión del cerebro. Cura problemas de riñón, vesícula y hígado; Trata el bazo, la tiroides, los huesos, los dientes, la piel y también ayuda en la desintoxicación.



BERILO

Beryl nos enseña a hacer sólo lo necesario. Es la piedra por excelencia para quienes necesitan afrontar una vida estresante y desprenderse de un equipaje innecesario. Este cristal nos ayuda a sintonizarnos con la guía correcta. Debido a que representa la pureza del ser, el berilo nos ayuda a desarrollar nuestro potencial y es una excelente piedra de escribano*, a menudo utilizada en bolas de cristal. Abre y activa los chakras corona y plexo solar. Psicológicamente, el berilo aumenta el coraje, alivia el estrés y calma la mente.

Desde el punto de vista mental, con su capacidad para reducir las distracciones y el exceso de estimulación, promueve una perspectiva positiva, al tiempo que desalienta un espíritu excesivamente analítico y alivia la ansiedad. Desde un punto de vista emocional, el berilo despierta el amor de las parejas que se aman pero cuya relación está desgastada.

El berilo favorece los órganos de eliminación, fortalece el sistema respiratorio y circulatorio y aumenta la resistencia a toxinas y contaminantes. Trata el hígado, el corazón, el estómago y la columna vertebral, además de tratar conmociones cerebrales y shocks. El berilo es una piedra sedante. Cómo se puede utilizar el elixir para tratar infecciones de garganta. POSICIÓN. Darse tono - en el lugar o uso más apropiado - o por escrito*.



PIEDRA SANGRE

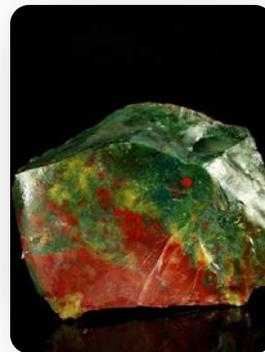
Como sugiere su nombre, la piedra de sangre es un excelente purificador y un poderoso agente curativo de la sangre. Se cree que tiene el poder de controlar el clima y desterrar el mal y la negatividad. En la antigüedad, la piedra de sangre era un "oráculo audible", ya que producía sonidos como medio de orientación. Aumenta la intuición y aumenta la creatividad.

Una piedra excelente para anclar energías y brindar protección, la piedra de sangre repele influencias no deseadas. Estimula los sueños y es un poderoso revitalizante. Desde un punto de vista psicológico, la piedra de sangre nos da coraje y nos enseña a evitar situaciones peligrosas, enseñándonos a ser flexibles o a retirarnos estratégicamente.

Fomenta el altruismo y el idealismo, ayudándonos a reconocer que el caos precede a la transformación. También nos ayuda a actuar en el aquí y ahora. Desde un punto de vista mental, la piedra de sangre calma la mente, disipa la confusión y acelera el proceso de toma de decisiones. Puede revitalizar nuestra mente en casos de agotamiento mental y ayudarnos a adaptarnos a nuevas situaciones. Desde un punto de vista emocional, la piedra de sangre ayuda a anclar la energía del corazón. Reduce la irritabilidad, la agresividad y la impaciencia. Desde un punto de vista espiritual, la piedra de sangre nos ayuda a combinar la espiritualidad con nuestra vida diaria.

Es un purificador y estimulante energético.

sistema inmunológico que ayuda a combatir infecciones agudas. Estimula el flujo linfático y los procesos metabólicos, revitaliza y re-energiza el cuerpo y la mente fatigados, purifica la sangre y desintoxica el hígado, los intestinos, los riñones, el bazo y la vejiga.



CALCITA

La calcita es un poderoso amplificador y purificador de energía. La simple presencia de calcita en una habitación es suficiente para transmutar las energías negativas del ambiente y elevar nuestras energías. Dentro del cuerpo, elimina las energías estancadas. El espectro de colores purifica el cuerpo físico y los cuerpos sutiles. La calcita es un cristal activo que acelera el desarrollo y el crecimiento. Es una piedra espiritual vinculada a la conciencia superior, que facilita la apertura de la percepción superior y de las facultades psíquicas, así como la canalización y las experiencias extracorporales. Acelera el desarrollo espiritual y permite al alma recordar sus experiencias al regresar al cuerpo. Desde un punto de vista psicológico, la calcita vincula las emociones con el intelecto, intensificando la inteligencia emocional.

La calcita tiene un efecto positivo, especialmente cuando perdemos la esperanza o la motivación. Combate la pereza, ayudándonos a tener más energía a todos los niveles. Mentalmente, la calcita calma la mente, enseña el discernimiento y el análisis, estimula la intuición y mejora la memoria. También nos ayuda a identificar información importante y retenerla en nuestra memoria. La calcita nos ayuda a traducir las ideas en acciones. Es una piedra muy útil para los estudios. La calcita alivia el estrés emocional y aporta serenidad. Es una piedra estabilizadora, que aumenta la confianza en uno mismo y la capacidad de superación.

para superar obstáculos. A un nivel sutil, los diferentes colores de la calcita purifican, equilibran y revitalizan todos los chakras, cuando se disponen adecuadamente sobre cada uno.



CORNALINA

La cornalina fundamenta y ancla las energías en la realidad presente. Una piedra estabilizadora de alta energía, es excelente para restaurar la vitalidad y la motivación y para estimular la creatividad. También es un aliado cuando quieres alcanzar metas difíciles. La cornalina tiene el poder de limpiar otras piedras. Desde un punto de vista psicológico, la cornalina ayuda a aceptar el ciclo de la vida y elimina el miedo a la muerte. En la antigüedad, se utilizaba para proteger a los muertos en su viaje al otro mundo. Da coraje, fomenta cambios positivos en la vida, acaba con la apatía y nos motiva a alcanzar el éxito en los negocios y otros asuntos. La cornalina es útil para ayudar a superar el abuso de cualquier tipo.

Esta piedra nos ayuda a confiar en nosotros mismos y en nuestras percepciones. Nos ayuda a comprender mejor qué hace latir nuestro corazón, combate el condicionamiento negativo y fomenta la perseverancia. Desde el punto de vista mental, la cornalina estimula la capacidad analítica y aclara la percepción. Elimina los pensamientos dispersos durante la meditación y sintoniza con la conciencia. Agudiza la concentración y disipa el letargo mental. Desde un punto de vista emocional, esta piedra es un poderoso protector contra la envidia, el odio y el resentimiento, propio y ajeno. Calma la ira y destierra la negatividad emocional, reemplazándola por amor a la vida.

La cornalina está llena de fuerza vital y estimula el metabolismo. Activa el chakra base, influye en los órganos.

órganos reproductores femeninos y aumenta la fertilidad. Esta piedra combate la frigidez y la impotencia, cura el dolor lumbar, el reumatismo, la artritis, la neuralgia y la depresión, especialmente en los ancianos. Regula los fluidos corporales y la función renal, acelera la curación de huesos y ligamentos y detiene el sangrado.



CELESTITA

La celestita, una piedra de alta vibración, es una maestra de la Nueva Era. Imbuido de energías divinas, inspira en nosotros la paz infinita del mundo espiritual y el contacto con los reinos angélicos. Desencadena el desarrollo espiritual y nos impulsa a buscar la iluminación. Es una piedra útil para estimular la comunicación clarividente, el recuerdo de los sueños y los viajes extracorporales. Este hermoso cristal promueve la pureza del corazón y atrae la suerte. También cura el aura y revela la verdad. Es una piedra que promueve el equilibrio y la alineación. Paz

La profundidad que inspira nos ayuda a encontrar soluciones a los conflictos y a mantener la armonía en momentos de tensión. La celestita puede mejorar las relaciones problemáticas, abriendo espacio para una negociación pacífica. La celestita es una piedra creativa, especialmente útil en las artes.

Desde el punto de vista psicológico, inspira una suave fuerza y una enorme paz interior, al tiempo que nos anima a abrirnos a nuevas experiencias. Nos enseña a confiar en la sabiduría infinita de lo divino y, con su efecto calmante, puede calmar las emociones intensificadas. Emocionalmente, la celestita calma y agudiza la mente, disipa las preocupaciones y promueve la claridad mental y la comunicación fluida. También ayuda en el análisis de ideas complejas y armoniza el intelecto y los instintos, promoviendo la armonía mental. Colocada sobre el tercer ojo, la celestita promueve la conexión con las energías universales. Posibilita la visión de una convivencia

relación pacífica con toda la creación.

La celestita es una excelente piedra curativa que disipa el dolor e inspira el amor. Trata problemas oculares y auditivos, elimina toxinas y favorece el orden celular. Su influencia calmante relaja la tensión muscular y calma la inquietud mental.



CALCEDONIA

La calcedonia es una piedra nutritiva que promueve la hermandad y la buena voluntad, aumentando la estabilidad de los grupos. Se puede utilizar para ayudar en la transmisión del pensamiento y la telepatía. Es una piedra que absorbe la energía negativa y luego la disipa, impidiendo que se transmita. En la antigüedad se utilizaban cálices hechos de calcedonia y revestidos de plata para prevenir el envenenamiento. La calcedonia armoniza la mente, el cuerpo, las emociones y el espíritu. Inspira sentimientos de benevolencia y generosidad.

Reduce la hostilidad y transforma la melancolía en alegría. Desde un punto de vista psicológico, la calcedonia reduce las dudas sobre uno mismo y facilita la reflexión constructiva. Crea una personalidad más abierta y entusiasta. También absorbe y disipa los pensamientos y emociones negativas y aleja las malas pesadillas.

EL calcedonia y muy eficiente eficaz para la limpieza, incluidas las heridas abiertas. Estimula el instinto maternal y aumenta la lactancia. Favorece la asimilación de sales minerales y combate la acumulación de estas sales minerales en los vasos sanguíneos. La calcedonia alivia los efectos de la demencia y el envejecimiento, aumenta la energía física y equilibra el cuerpo, las emociones, la mente y el espíritu, y es una gran piedra para curar los ojos, la vesícula biliar, los huesos, el bazo, la sangre y el sistema circulatorio.



QUERIDA ÍTA

La charoíta es una piedra de transformación. Es la piedra del alma que vence el miedo. La charoita estimula la visión interior y las revelaciones espirituales y ayuda a adaptarse a cambios importantes a nivel espiritual. Para facilitar esta transición, unifica los chakras del corazón y la corona, limpia el aura y fomenta el amor incondicional. Esta piedra estimula el cambio vibracional y establece una conexión con realidades superiores. Al mismo tiempo, promueve la curación física y emocional, ayudándonos a hacer las paces con el presente. Desde un punto de vista psicológico, la charoita integra las "cualidades negativas" y nos ayuda a aceptar más fácilmente a otras personas.

Alivia miedos profundos y es especialmente útil para aquellos que quieren superar su propia resistencia o ver las cosas en perspectiva. Nos da impulso, vigor y espontaneidad y es capaz de reducir el estrés y la preocupación, inspirando una actitud relajada. La charoita se puede utilizar para superar compulsiones y obsesiones. Porque armoniza el chakra corona, nos ayuda a superar sentimientos de alienación y frustración. Mentalmente, la charoita estimula la observación y el análisis y nos ayuda a utilizarlos para tomar decisiones rápidas. Ayuda a las personas que se dejan llevar por los pensamientos y programas de otros, olvidando su identidad. Desde una perspectiva espiritual, la charoita ancla el yo espiritual en la realidad cotidiana y fomenta un camino de servicio a la humanidad.

Esta piedra abre y equilibra el chakra de la corona, permitiendo visiones reveladoras. Historias de vidas pasadas y sugiere formas de abordar el karma a nivel personal y colectivo.



CRISOCOLA

La crisocola es una piedra serena que nos brinda apoyo. Favorece la meditación y la comunicación. Dentro del hogar, la crisocola absorbe energías.

negativos de todo tipo. Puede ayudarnos a aceptar los cambios con calma, fortaleciendo nuestra resiliencia. Es beneficioso para las relaciones que se han vuelto inestables, aportando estabilidad tanto al entorno doméstico como a las interacciones personales. La crisocola calma, purifica y vigoriza todos los chakras y los sintoniza con las energías divinas. En el chakra del plexo solar, absorbe las emociones negativas (como la culpa, por ejemplo) y revierte la programación emocional destructiva. En el chakra del corazón, cura heridas y aumenta la capacidad de amar.

En el chakra de la garganta, mejora la comunicación y nos ayuda a saber cuándo es el momento de callarnos. En el tercer ojo se abre la visión psíquica. Desde un punto de vista psicológico, la crisocola promueve la autoconciencia y el equilibrio interior, e inspira confianza y sensibilidad. Aumenta el poder personal y estimula la creatividad. Ayuda a superar fobias, absorbe la negatividad y da más motivación a quien se ha dejado llevar por el desánimo. Desde el punto de vista mental, la crisocola reduce las tensiones mentales y nos ayuda a mantener la cabeza fría. Promueve la expresión de la verdad y la imparcialidad. Emocionalmente, la crisocola alivia la culpa y trae alegría.

Desde un punto de vista físico, la crisocola trata la artritis, las enfermedades de los huesos,

los espasmos. Problemas musculares, mala digestión, úlceras, enfermedades de la sangre y problemas pulmonares. Desintoxica el hígado, los riñones y los intestinos. Oxigena la sangre y la estructura celular de los pulmones, aumentando su capacidad respiratoria; Regenera el páncreas, regula la producción de insulina y normaliza la sangre.



CITRINO

La citrina es un potente purificador y regenerador. Cargada con la energía del sol, es una piedra extremadamente beneficiosa. Calienta, revitaliza y es altamente creativo. Es uno de los cristales que nunca necesita limpieza. Absorbe, transmuta, disipa y ancla la energía negativa, además de proteger muy bien el medio ambiente. La citrina energiza todos los niveles de la vida. Como protector áurico, actúa como un sistema de alerta para que podamos tomar medidas para protegernos. Tiene la propiedad de purificar los chakras, especialmente los del plexo solar y el ombligo. Activa el chakra corona y abre la intuición. Purifica y equilibra los cuerpos sutiles, alineándolos con el físico. La citrina es una de las piedras de la abundancia. Esta piedra dinámica te enseña cómo manifestar y atraer riqueza y prosperidad, éxito y todas las cosas buenas de la vida. La citrina es una piedra de felicidad y generosidad, y nos anima a compartir lo que tenemos conservando al mismo tiempo nuestras posesiones. Tiene el poder de transmitir alegría a todo aquel que lo contempla. El desánimo y la negatividad no tienen cabida con el citrino. Se trata de-

- Es una piedra útil para aliviar la discordia dentro de un grupo o familia.

Desde un punto de vista psicológico, la citrina aumenta la autoestima y la confianza en uno mismo y combate las tendencias destructivas. Acentúa la individualidad, aumenta la motivación, activa la creatividad y fomenta la autoexpresión.

mismo. Nos hace menos sensibles, especialmente a las críticas, y nos anima a actuar en función de las críticas constructivas. Nos ayuda a desarrollar una actitud positiva y mirar el futuro con optimismo, dejándonos llevar por la corriente, en lugar de quedarnos estancados en el pasado.



DIAMANTE

El diamante es un símbolo de pureza. Su luz blanca inmaculada puede ayudarnos a transformar nuestras vidas en un todo cohesivo. Fortalece las relaciones, estimulando el amor y la lucidez en la pareja. Se cree que los diamantes aumentan el amor entre las parejas, ya que son un signo de fidelidad y compromiso. El diamante ha sido un símbolo de riqueza durante miles de años y es una de las piedras que atrae la abundancia. Cuanto más grande sea el diamante, mayor será la abundancia. Los diamantes grandes también son excelentes para bloquear el estrés geopático* o electromagnético y para neutralizar los efectos nocivos de la radiación de los teléfonos celulares. El diamante es un amplificador de energía. Es una de las pocas piedras que nunca necesita recargarse. A un nivel sutil, y llena "agujeros" en el aura, dando - te da energía. Desde un punto de vista psicológico, el diamante confiere cualidades como la valentía, la invencibilidad y la firmeza. Sin embargo, la luz misericordiosa del diamante resalta todo lo que es negativo y necesita transformación.

El diamante elimina el dolor emocional mental, reduce el miedo y permite nuevos comienzos. Es una piedra muy creativa, que estimula la iluminación y la inventiva. Desde un punto de vista mental, el diamante promueve un vínculo entre el intelecto y la mente superior. Aporta claridad mental y ayuda a la iluminación. A nivel espiritual, el día mantiene el aura limpia de cualquier cosa que cubra nuestra luz interior, permitiendo que la luz de nuestra alma brille. Nos recuerda las aspiraciones.

de nuestra alma y ayuda en nuestra evolución espiritual. El diamante también activa el chakra corona, conectándolo con la luz divina. Tradicionalmente se utiliza como antídoto contra venenos.



ESMERALDA

La esmeralda es una piedra de inspiración y paciencia infinita. Es vibrante y tiene gran integridad. Conocida como la “piedra del amor exitoso”, aporta felicidad y lealtad doméstica. Promueve la unidad, el amor incondicional, el compañerismo y la amistad. Esmeralda mantiene la relación en equilibrio. Si cambia de color se dice que es señal de infidelidad. La esmeralda abre el chakra del corazón y calma las emociones. Esta piedra asegura el equilibrio físico, emocional y mental. Elimina la negatividad e inspira actitudes positivas, centrando la atención y creando conciencia. Intensifica las facultades psíquicas, abre la clarividencia y estimula la búsqueda de la sabiduría en los planos mentales. Por tradición, la esmeralda es considerada una piedra con poderes para predecir el futuro y combatir encantamientos y trabajos mágicos. Desde un punto de vista psicológico, la esmeralda nos da fuerza de carácter para soportar las dificultades de la vida. Es el ped de la regeneración y el redescubrimiento y puede eliminar las emociones negativas.

Aumenta nuestra capacidad de disfrutar plenamente de la vida y ayuda en casos de claustrofobia. El esfuerzo da claridad mental, fortalece la memoria e inspira un profundo conocimiento interior, además de ampliar la visión. Es la piedra de la sabiduría, que promueve el discernimiento de la verdad y facilita la expresión del amor. Ayuda a sacar a la superficie lo que está en la mente inconsciente. Esta piedra es extremadamente beneficiosa.

para la armonía en los grupos, ya que fomenta la cooperación.



FLUORITA

La fluorita es una piedra que proporciona una gran protección, especialmente a nivel psíquico. Nos ayuda a darnos cuenta cuando las influencias externas están afectando nuestro comportamiento y a combatir la manipulación psíquica. Esta piedra purifica y estabiliza el aura. Es extremadamente eficaz contra el estrés electromagnético y la radiación electromagnética de las computadoras. Correctamente posicionado, bloquea el estrés geopático. Utilizada con fines curativos, la fluorita repele las energías negativas de todo tipo. Limpia, purifica y dispersa todo lo que no está en perfecto orden dentro del cuerpo. Es el mejor cristal para eliminar cualquier tipo de desorganización. La fluorita conecta a tierra e integra las energías espirituales. Promueve la imparcialidad y aumenta los poderes intuitivos; Aumenta la conciencia de las realidades espirituales superiores y acelera el despertar espiritual, además de enfocar la mente y conectarla con la mente universal. La fluorita aporta estabilidad a los grupos conectándolos con un propósito común. La fluorita se asocia con el progreso en muchos niveles, dando estructura a la vida diaria.

Esta piedra puede combatir el caos y reorganizar los cuerpos físico, emocional y mental. Desde un punto de vista psicológico, la fluorita disuelve patrones fijos de comportamiento y abre suavemente las puertas del subconsciente, sacando a la superficie los sentimientos reprimidos para que puedan ser procesados. Aumenta la confianza en uno mismo y la inteligencia. Esta piedra mejora

coordinación física y mental y combate trastornos mentales. Al disolver las ideas fijas, nos ayuda a superar la estrechez mental y amplía nuestros horizontes. Disipa ilusiones y revela la verdad, conectando el conocimiento antiguo con el nuevo aprendizaje.



HEMATITES

La hematita es particularmente eficaz cuando se utiliza para conectar energías a tierra y como protección. Armoniza la mente, el cuerpo y el espíritu. Utilizado durante los viajes fuera del cuerpo, protege el alma y la devuelve al cuerpo. Esta piedra tiene una energía yang, masculina, muy fuerte. Equilibra los meridianos del cuerpo, especialmente cuando hay exceso de energía yin. Evita que las energías negativas se aferren al aura, devolviendo la paz y la armonía al cuerpo. Creer-

-Se dice que la hematita es beneficiosa en asuntos legales. Desde un punto de vista psicológico, la hematita es fuerte. Da fuerza a las mujeres tímidas, fortalece la autoestima y el instinto de supervivencia, aumenta la fuerza de voluntad, la confianza y la seguridad. Esta piedra elimina la autolimitación y promueve la expansión. Es una piedra útil para superar compulsiones y adicciones. Hema tita dirige la atención a nuestros deseos insatisfechos que afectan negativamente nuestras vidas. Trata los atracones, el tabaquismo y cualquier otro hábito nocivo.



PIRITA

La pirita es un excelente escudo energético. Bloquea las energías negativas y los contaminantes a todos los niveles, incluidas las enfermedades infecciosas. Llevado alrededor del cuello, protege todos los cuerpos sutiles y el físico, alejando el peligro y el mal. La pirita es una piedra muy positiva. Combate la inercia y el sentimiento de incompetencia. Facilita la realización de nuestro potencial y el desarrollo de nuestros talentos, además de estimular el flujo de ideas. Un trozo de pirita en el escritorio es suficiente para energizar todo el ambiente. Es útil en la planificación de grandes empresas. Esta piedra nos enseña a ver lo que hay detrás de las fachadas y promueve la diplomacia. Desde un punto de vista psicológico, la pirita alivia la ansiedad y la frustración y aumenta la autoestima y la confianza. Es útil para los hombres que se sienten inferiores, ya que fortalece su confianza en sí mismos y en su masculinidad. Sin embargo, puede acentuar la agresividad de hombres muy viriles o machistas, lo que puede conducir a conductas abusivas. Ella ayuda a las mujeres a superar el temperamento servil y los complejos de inferioridad. La actividad mental se acelera gracias a la pirita, ya que esta piedra aumenta el flujo sanguíneo al cerebro. Estimula la memoria.

El cubo de pirita, en particular, expande y estructura las facultades mentales, equilibrando el instinto y la intuición, la creatividad y el análisis. Desde un punto de vista emocional, la pirita combate la melancolía profunda y la desesperación. Desde un punto de vista físico, aumenta

vigoriza y reduce la fatiga, evitando que el cuerpo físico y el aura pierdan energía. La pirita aumenta el suministro de oxígeno en la sangre y fortalece el sistema circulatorio. Es una piedra que irradia el ideal de perfección en relación a la salud y el bienestar.



JADE

El jade es un símbolo de pureza y serenidad. Muy apreciado en Oriente, simboliza la sabiduría acumulada con tranquilidad. Jade, asociado con el chakra del corazón, el amor y el afecto. Es una piedra protectora, que resguarda a su portador del peligro y aporta armonía. Se cree que atrae la suerte y las amistades. Desde un punto de vista psicológico, el jade estabiliza la personalidad e integra la mente y el cuerpo, promoviendo la autosuficiencia. Desde un punto de vista mental, el jade alivia los pensamientos negativos y calma la mente. Estimula las ideas y hace que las tareas parezcan menos complejas para que puedan completarse sin demora. Desde un punto de vista emocional, el jade es la "piedra de los sueños". Colocado en la frente, provoca sueños reveladores. Ayuda a liberar sentimientos, especialmente la irritación. Desde un punto de vista espiritual, el jade nos ayuda a reconocernos como seres espirituales en un viaje humano y despierta nuestra conciencia. Desde un punto de vista físico, el jade es una piedra purificadora, que ayuda a los órganos del cuerpo encargados de filtrar y excretar sustancias nocivas. El jade trata los riñones y las glándulas. glándulas suprarrenales, elimina toxinas, reconstruye células y huesos y cura el dolor agudo. Aumenta la fertilidad y ayuda en los nacimientos. Actúa sobre las caderas y el bazo. Esta piedra también regula los fluidos corporales y ajusta el equilibrio ácido-alcalino del cuerpo.



JASPE

El jaspe es conocido como “la piedra nutritiva suprema”. Proporciona apoyo y sustento en momentos de estrés y aporta tranquilidad y plenitud. Utilizado con fines curativos, unifica todos los aspectos de nuestra vida. Jasper le recuerda a la gente que debemos ayudarnos unos a otros. Esta piedra alinea los chakras y se puede utilizar en cada uno de ellos. Cada color es apropiado para un chakra diferente. El jaspe facilita los viajes chamánicos y el recuerdo de los sueños. Proporciona protección y establece las energías del cuerpo. Absorbe la energía negativa del cuerpo y limpia y alinea los cuerpos físico, emocional y mental con el reino etérico. Elimina la contaminación electromagnética y ambiental, incluida la radiación, pudiendo utilizarse en radiestesia. Desde un punto de vista psicológico, el jaspe da determinación en todos los esfuerzos. Inspira coraje para afrontar los problemas de forma más asertiva y fomenta la honestidad con nosotros mismos.

Esta piedra ayuda durante los conflictos necesarios. Desde un punto de vista mental, el jaspe estimula el pensamiento rápido y promueve las habilidades organizativas y la visualización de proyectos. Estimula la imaginación y transforma las ideas en acción. Desde un punto de vista físico, el jaspe prolonga el placer sexual. Proporciona apoyo durante períodos de enfermedad prolongada u hospitalización y vigoriza el cuerpo.

El jaspe beneficia los sistemas circulatorio y digestivo y los órganos sexuales. También equilibra la cantidad.

de sales minerales en el cuerpo. Es especialmente útil en forma de elixir de piedra, ya que no sobreestimula el cuerpo.



LÁPIZ - LAZÚLI

EL lapislázuli abierto el tercero-
ojo y equilibrio

El chakra de la garganta. Estimula la iluminación e intensifica el trabajo con los sueños y las habilidades psíquicas, facilitando los viajes astrales y aumentando el poder personal y espiritual. Esta piedra libera rápidamente el estrés, aportando una paz profunda. Posee una enorme serenidad y es la clave de la realización espiritual. El lapislázuli es una piedra protectora que facilita el contacto con los guardianes espirituales. Esta piedra reconoce un ataque psíquico*, lo bloquea y devuelve la energía a su fuente. Enseña el poder de la palabra hablada y revierte maldiciones o dolencias causadas por nuestra incapacidad de expresarnos verbalmente. Esta piedra armoniza los niveles físico, emocional, mental y espiritual. Promueve el equilibrio entre estos niveles, previniendo la depresión, el malestar y la falta de propósito. La armonía entre estos niveles permite un profundo autoconocimiento. El lapislázuli estimula nuestro deseo de asumir la responsabilidad de nuestras vidas.

Revela la verdad interior, promueve la autoconciencia y fomenta la autoexpresión. Si la ira reprimida provoca problemas de garganta o dificulta la comunicación, el lapislázuli facilita su liberación. También promueve cualidades como la honestidad, la compasión y la rectitud. El lapislázuli es un poderoso amplificador del pensamiento. Estimula las facultades-

mentes superiores, aportando objetividad y lucidez. Estimula la creatividad a través de la sintonía con la fuente. Esta piedra nos ayuda a enfrentar la verdad, sea cual sea, y aceptar lo que enseña.



MAGNESITA

EL magnesita proporciona en el una paz profunda, propia- Compañía para meditación y relajación. Colocada sobre el tercer ojo, esta piedra favorece la visualización y la formación de imágenes. Abre el chakra del corazón y estimula el amor sincero, incluso hacia uno mismo, necesario para que podamos amar a los demás.

otras personas. La magnesita puede ser muy útil para practicar el amor incondicional en situaciones en las que las relaciones con los demás son difíciles debido a patrones de comportamiento o adicciones. Ayuda - nos mantenemos centrados, atentos, pero tranquilos y permitiendo que la otra persona simplemente sea quien es, sin máscaras. Desde un punto de vista psicológico, la magnesita saca a la superficie todas las formas de ilusión sobre nosotros mismos. Nos ayuda a reconocer pensamientos y sentimientos.

inconsciente y explorar la razón de los mismos, volviendo al pasado si es necesario. Induce una actitud positiva en la vida.

Ayuda a las personas egocéntricas a superar su deseo de ser el centro de atención y les enseña a escuchar atentamente a los demás. La forma cerebroide de la magnesita tiene el poder de afectar la mente, haciendo que los dos hemisferios se armonicen, estimulando ideas y sugiriendo la forma de aplicarlas. - a ellos. La magnesita produce un efecto calmante sobre las emociones, promoviendo una mayor resistencia frente al estrés emocional. Ayudar a la gente

que sufren de nervios o tienen miedo de superar la irritabilidad y la intolerancia.



MALAQUITA

Debe colocarse en el hogar de cualquier persona que viva cerca de fuentes de radiación nuclear o natural. Esta piedra también elimina la contaminación electromagnética y sana las energías telúricas. Tiene una gran afinidad con la naturaleza y las fuerzas dévicas*. Esta piedra alinea y activa los chakras y promueve la sintonía con la guía espiritual. Colocado sobre el tercer ojo, activa la visualización y la visión psíquica. Sobre el corazón aporta equilibrio y armonía. También abre el corazón al amor incondicional. La malaquita se puede utilizar para la escritura* o para alcanzar otros mundos, internos o externos. Visualizar sus patrones concéntricos ayuda a calmar la mente y estimular la imaginación. Puede ayudarnos a recibir conocimientos intuitivos del subconsciente o mensajes del futuro. Desde un punto de vista psicológico, la malaquita es una piedra de transformación. La vida se vive más intensamente bajo la influencia de esta piedra aventurera, que fomenta el coraje para asumir riesgos y emprender cambios. Ella nos muestra implacablemente lo que bloquea nuestro crecimiento espiritual.

Desde un punto de vista mental, la malaquita llega al corazón de los problemas aumentando la intuición y la visión espiritual. Ayuda a aliviar los trastornos mentales, incluidas las enfermedades psiquiátricas y la dislexia. Fortalece la capacidad de absorber y procesar información, haciéndonos más observadores y ayudándonos a comprender conceptos complejos. Metido

Sobre el plexo solar, la malaquita facilita la curación emocional profunda. Alivia experiencias negativas y traumas pasados, sacando a la superficie los sentimientos reprimidos y restaurando la capacidad de respirar profundamente.



MOLDAVITA

EL moldavita y otro pie-
dr. del Nuevo Fue. Se trata de-
- una forma de tectita, supuestamente
de origen extraterrestre, formada a
partir de los restos de un gran
meteorito que cayó a la Tierra. El calor
del impacto provocó una metamorfosis
en las rocas circundantes y produjo un
efecto que arrojó los cristales
resultantes a kilómetros de distancia. La
moldavita es por tanto una fusión de
energías extraterrestres con la Madre
Tierra. Es una piedra rara. Actualmente
se encuentra a lo largo de las orillas del
río Moldava en Praga (República Checa)
y es poco probable que se encuentre en
otro lugar del mundo. El cristal está en
peligro de extinción. La moldavita se ha
utilizado desde la Edad de Piedra como
talismán, amuleto de buena suerte y
fertilidad. Mucha gente cree que
ayudará a la Tierra a realizar la
transición hacia la curación y que ha
llegado el momento de utilizar las
energías de esta piedra sabiamente. Es
capaz de amplificar el efecto de otros
cristales, elevando las vibraciones de
estas piedras. El ta moldavo favorece la
comunicación con el mundo superior y
con los extraterrestres. Él tiene su
propia alma cósmica*, que puede
ponernos en contacto con Maestros
Ascendidos* y mensajeros cósmicos.

Puede alterar nuestro estado de
conciencia cuando lo observamos a
contraluz. Esta piedra nos transporta a
dimensiones espirituales superiores y
facilita el proceso de ascensión. Necesita
estar enraizado, de lo contrario puede
hacernos sentir etéreos y desanimados.

desarraigado. Después de pasar por
experiencias espirituales con el moho-
Davita, sostenga dos piedras Boji para
conectar suavemente sus energías; El
cuarzo transparente también estabiliza
los efectos de esta piedra. La moldavita
tiene una vibración extremadamente
alta, que abre y alinea los chakras y
elimina bloqueos.



PIEDRA DE LA LUNA

La piedra lunar es una piedra de “nuevos comienzos”.

Como su nombre lo sugiere, tiene una fuerte conexión con la Luna y la intuición. Al igual que la Luna, esta piedra es reflexiva y nos recuerda que, así como la Luna mengua y crece, todo es parte de un ciclo de cambio. Su efecto más poderoso es calmar las emociones. La piedra lunar trae a la conciencia lo que está en el inconsciente y promueve la intuición y la empatía. Estimula el sueño lúcido, especialmente durante la luna llena. La piedra lunar se utiliza tradicionalmente para mejorar las habilidades psíquicas y aumentar la clarividencia. Se puede usar como colgante para facilitar la aceptación de dones psíquicos. Desde un punto de vista psicológico, la piedra lunar calma las reacciones exageradas ante situaciones y desencadenantes emocionales. La piedra lunar tiene una energía receptiva, pasiva y femenina. Equilibra las energías femeninas y masculinas y ayuda a los hombres que quieren entrar en contacto con su lado femenino.

Desde un punto de vista mental, la piedra lunar abre la mente a los impulsos repentinos e irracionales, a la capacidad de hacer descubrimientos importantes por casualidad y a la sincronicidad. Hay que tener cuidado de que esta piedra no nos induzca a ilusiones, haciéndonos confundir el deseo con la realidad. Desde un punto de vista emocional, la piedra lunar calma la inestabilidad emocional y el estrés y estabiliza las emociones. Aumenta la inteligencia emocional. Colocado sobre el plexo solar, muestra patrones.

emociones obsoletas para que puedan ser comprendidas y luego eliminadas.



OBSIDIANA

La obsidiana es lava fundida, enfriada tan rápidamente que no tuvo tiempo de cristalizar. Es una piedra sin fronteras ni limitaciones. Como resultado, actúa muy rápidamente y con gran potencia. Sus cualidades reflexivas, capaces de revelar la verdad, exponen defectos, debilidades y bloqueos sin piedad. Nada puede ocultarse ante esta piedra. Al señalarnos cómo podemos superar conductas destructivas o debilitantes, la obsidiana nos impulsa a crecer y nos proporciona un apoyo sólido mientras lo hacemos. Es necesario manejarlo con cuidado y preferiblemente bajo la guía de un terapeuta calificado, ya que puede traer emociones negativas y verdades desagradables. Con una guía calificada, sus cualidades catárticas son extremadamente valiosas. Proporciona una curación profunda del alma. Esta piedra puede facilitar el regreso a vidas pasadas, sanando emociones o traumas que afectan al presente. La obsidiana es una piedra extremadamente protectora, que sirve como escudo contra la negatividad. Proporciona un cordón de conexión a tierra que va desde el chakra base hasta el centro de la tierra, absorbiendo las energías negativas del entorno y fortaleciéndonos en momentos de necesidad.

Es útil para personas extremadamente sensibles. Bloquea los ataques psíquicos* y elimina las influencias espirituales negativas. Una piedra de obsidiana grande puede ser extremadamente efectiva para bloquear el estrés geopático.

o combatir la contaminación ambiental, pero debe tenerse en cuenta su propensión a exponer la verdad. Muchas personas encuentran los efectos de esta piedra demasiado poderosos y prefieren elegir una piedra más suave para realizar esta tarea.



OKENITA

La okenita tiene una energía suave, similar al algodón, y es una de las piedras de la nueva era. La gente normalmente quiere tocarlo. -lo hace, pero esto enreda las fibras o hace que se rompan. La okenita está conectada con el yo superior y apoya la manifestación consciente de sus energías en el plano terrenal. Okenite elimina los obstáculos de nuestro camino y nos da la resistencia para completar nuestras tareas en la vida. Este cristal nos ayuda a aceptar esta encarnación y a ver las razones de nuestras experiencias actuales. Nos muestra nuestras deudas kármicas y las oportunidades que nos ayudan a crecer. Al ayudarnos a comprender cómo el pasado kármico produjo el presente y cómo el presente creará el futuro, Okenite facilita la curación kármica profunda en todos los niveles. La okenita se puede utilizar para prepararnos para la canalización. Purifica los chakras, el cuerpo físico y los cuerpos sutiles, unificando sus energías. Esta creta tiene doble acción. Como piedra de la verdad, la okenita nos ayuda a ser más honestos con nosotros mismos y con los demás, y nos protege de la dureza con la que otras personas a veces expresan su verdad.

Nos ayuda a aceptar los comentarios de otras personas con amor y muestra si hay algo de verdad en ellos. Desde un punto de vista psicológico, la okenita nos ayuda a perdonarnos profundamente a nosotros mismos. Favorece la finalización de ciclos kármicos, transportándonos a vidas pasadas para que podamos corregirlos.

para perdonar nuestros errores y aliviar nuestra culpa. Esta es la piedra de la gracia kármica. Ella nos enseña que todo es parte del ciclo de aprendizaje de lecciones kármicas y que, por lo tanto, nada necesita durar para siempre. Una vez que hayas hecho todo lo posible, podrás alejarte de la situación sin incurrir en más deuda kármica.



ÓPALO

El ópalo es una piedra delicada con una vibración sutil. Aumenta la conciencia cósmica e induce visiones psíquicas y místicas. Al estimular la originalidad y la creatividad dinámica, esta piedra nos ayuda a entrar en contacto con nuestro verdadero yo y expresarlo. El ópalo es una piedra que absorbe y refleja la energía. Capta pensamientos y sentimientos, los amplifica y los envía de vuelta a la fuente. Esta es una piedra kármica, que nos enseña que cosechamos lo que sembramos. Es una piedra protectora que, programada adecuadamente, nos hace invisibles o imperceptibles. Se puede utilizar en excursiones a lugares peligrosos y en trabajos chamánicos, cuando se requiere la máxima discreción. Desde un punto de vista psicológico, el ópalo acentúa los rasgos de personalidad y saca estas características a la superficie para que puedan transformarse. Al estimular nuestro sentido de autoestima, nos ayuda a alcanzar todo nuestro potencial. Desde el punto de vista mental, el ópalo proporciona lucidez y espontaneidad. También estimula nuestro interés por las artes. Desde un punto de vista emocional, el ópalo siempre se asocia con el amor y la pasión, el deseo y el erotismo.

Es una piedra seductora, que intensifica el estado emocional y disminuye inhibiciones. Aunque se puede utilizar como estabilizador emocional, antes de usar esta piedra para inducir o explorar sentimientos necesitamos estar muy bien centrados o tener otras piedras

que nos ayudan en esta integración, ya que puede dispersar energías. El ópalo nos muestra cuál fue nuestro estado emocional en el pasado, especialmente en vidas pasadas, y nos enseña cómo tomar la responsabilidad de lo que sentimos. Estimula-

-Nos permite expresar emociones positivas.



PERIDOTO

En la antigüedad se creía que:

-Se decía que el peridoto alejaba a los espíritus malignos. Se consideraba una piedra con poderes para proteger el aura. Esta piedra es un poderoso purificador. Al eliminar y neutralizar las toxinas a todos los niveles, purifica los cuerpos sutil y físico, así como la mente. Abre, purifica y activa los chakras del corazón y del plexo solar, eliminando el "viejo bagaje emocional". También elimina la culpa, las obsesiones y las cargas emocionales. El peridoto nos enseña que aferrarse a las personas o al pasado es contraproducente. Esta piedra nos muestra cómo separarnos de las influencias externas y buscar la guía de las energías elevadoras de nuestro propio yo superior. Esta piedra elimina patrones negativos y vibraciones obsoletas, ayudándote a entrar en contacto con una nueva frecuencia. Si hacemos nuestra parte desde el punto de vista psicológico, el perdón nos ayuda a avanzar rápidamente. Este cristal visionario nos ayuda a comprender nuestro destino y propósito espiritual. Es especialmente útil para los curanderos.

Desde el punto de vista psicológico, el período alivia los celos, el resentimiento, el rencor y la ira, además de reducir el estrés. Aumenta la confianza en uno mismo y la asertividad sin agresividad. Al motivar el crecimiento, el peridoto nos ayuda a emprender los cambios necesarios. También nos ayuda a perdonarnos a nosotros mismos y mirar atrás para descubrir los regalos que representan nuestras experiencias. Esta pe-

dra promueve la lucidez y el bienestar. Favorece la búsqueda de la verdad espiritual y regula los ciclos de la vida. Mentalmente, el peridoto agudiza la mente y la abre a nuevos niveles de conciencia. Combate el letargo haciéndonos prestar atención a todas las cosas que consciente o inconscientemente descuidamos.



CUARZO

El cuarzo es uno de los agentes curativos y amplificadores de energía más poderosos del planeta, gracias a su forma cristalina espiral y helicoidal única. Encontrado en todo el mundo, absorbe, almacena, irradia y regula la energía y también es una excelente herramienta para desbloquearla. Cuando las agujas de acupuntura se recubren con cuarzo, sus efectos aumentan en un 10%.

Cuando sostenemos un cristal de cuarzo en nuestra mano, nuestro campo biomagnético duplica su tamaño. Aumenta la fuerza muscular y protege contra la radiación. El cuarzo genera electromagnetismo y disipa la electricidad estática. Este cristal trabaja a nivel vibracional y sintoniza con la energía específica requerida por la persona que necesita sanación o que está realizando trabajo espiritual. El cristal lleva la energía a su estado más perfecto posible, volviendo al punto inmediatamente anterior a la aparición de la enfermedad. El cuarzo purifica los órganos y cuerpos sutiles y actúa como un profundo purificador del alma, conectando la dimensión física con la mental. A nivel espiritual, este cristal eleva la energía al nivel más alto posible.

El cuarzo incoloro actúa en todos los niveles del ser. Al almacenar información como una computadora natural, este cristal es una biblioteca espiritual a nuestra disposición. El cuarzo tiene la capacidad de eliminar las semillas kármicas. Mejora las habilidades psíquicas y nos sintoniza con nuestro propósito espiritual. Utilizado en

Meditación, el cuarzo elimina las distracciones. Este cristal es el receptor más eficiente para la programación. A nivel mental, el cuarzo ayuda a la concentración y desbloquea la memoria.



CUARZO

El cuarzo rosa es la piedra del amor incondicional y la paz infinita. Es el cristal más importante para el corazón y el chakra del corazón, enseñando la verdadera esencia del amor. Purifica y abre el corazón en todos los niveles e inspira una profunda curación interior y amor propio. Es calmante, reconfortante y una piedra excelente para traumas o momentos de crisis. Si quieres atraer el amor, elige el Cuarzo Rosa para repeler suavemente la energía negativa y reemplazarla con vibraciones amorosas. Fortalece la empatía y la sensibilidad, además de ayudar a la aceptación de cambios necesarios. Es una piedra excelente para las crisis de la mediana edad.

Colocada sobre la cama o en la Zona de Relaciones de tu hogar, es tan efectiva para atraer el amor y las relaciones que muchas veces es necesario recurrir a una amatista para paliar sus efectos. En las relaciones existentes, este cristal restaura la confianza y la armonía, estimulando el amor incondicional.



CUARZO RUTILADO

El cuarzo rutilado es un integrador eficiente de energía en todos los niveles. Potencia los impulsos energéticos del cuarzo y es un agente curativo vibracional muy eficaz. Desde un punto de vista espiritual, supuestamente presenta el equilibrio perfecto de la luz cósmica y tiene el poder de iluminar el alma, promoviendo el crecimiento espiritual. Purifica y energiza el aura, favorece los viajes astrales, la escritura y la canalización. Facilita el contacto con la guía espiritual superior. Repele la energía negativa y rompe las barreras que impiden el progreso.

espiritual, ayudándonos a dejar el pasado atrás. El cuarzo rutilado es una herramienta útil para terapeutas y consejeros, ya que filtra la energía negativa del cliente mientras protege su campo energético mientras trabaja con sus emociones y enfrenta los aspectos oscuros de su psique. Este cristal también proporciona protección contra ataques psíquicos.

El cuarzo rutilado se puede utilizar en la terapia de vidas pasadas, ya que elimina viejas dolencias y ayuda a comprender eventos pasados que interfieren en el presente. Este cristal también nos ayuda a investigar el núcleo de nuestras vidas para descubrir las causas de las acciones que realizamos. También conecta las lecciones del alma con el plano terrenal. Desde un punto de vista psicológico, el cuarzo rutilado muestra las raíces de los problemas y facilita las transiciones. De

Desde un punto de vista emocional, este cristal alivia los estados de ánimo melancólicos y actúa como antidepresivo. Alivia miedos, fobias y ansiedad, reduciendo las limitaciones que nos imponemos.



AHUMADO

EL cuarzo fumar- Es una de las piedras más eficientes para enraizar y anclar energías. Al mismo tiempo, ayuda a elevar las vibraciones durante la meditación. Esta piedra protectora tiene una fuerte conexión con la Tierra y los chakras base, por lo que promueve la preocupación por el medio ambiente y las soluciones ecológicas. Esta piedra es un antídoto inmejorable contra el estrés. Nos ayuda a superar los momentos difíciles con valentía, aumentando nuestra capacidad de encontrar soluciones. Al conectar a tierra la energía espiritual y neutralizar suavemente las vibraciones negativas, este cristal bloquea el estrés geopático*, absorbe la neblina electromagnética* y facilita la eliminación y la desintoxicación en todos los niveles. Irradia una vibra positiva que llena el ambiente. El cuarzo ahumado nos enseña a dejar ir todo aquello que ya no nos sirve. Se puede utilizar para proteger el chakra de la tierra debajo de nuestros pies y su chakra de conexión a tierra cuando

Estamos en una zona donde hay perturbación en la energía telúrica. Desde un punto de vista psicológico, el cuarzo ahumado alivia el miedo y la depresión y promueve la calma. También alivia las tendencias suicidas y la ambivalencia hacia la encarnación.

Este cristal nos ayuda a aceptar nuestro cuerpo físico y naturaleza sexual aumentando la virilidad y purificando el chakra base para que la energía sexual pueda fluir naturalmente. Combate las pesadillas y ayuda a manifestar los sueños.

Cuando entra en contacto con emociones negativas, tiende a disolverlas suavemente. Mentalmente, el cuarzo ahumado promueve el pensamiento positivo y pragmático y puede usarse por escrito para proporcionar ideas claras y neutralizar el miedo al fracaso.



RODOCROSITA

La rodocrosita representa el amor desinteresado y la compasión. Expande la conciencia e integra las energías espirituales y materiales. Esta piedra también inspira. Las almas gemelas son personas que nos ayudan a aprender nuestras lecciones en la vida. Si bien esta no siempre es una experiencia placentera, nos mueve en la dirección de nuestro mayor bien. La rodocrosita evita la negación y enseña al corazón a asimilar los sentimientos dolorosos sin cerrarse. Esta piedra purifica el plexo solar y los chakras base, sacando suavemente a la superficie los sentimientos reprimidos para que puedan reconocerse y luego se desbordó. La rodocrosita ayuda a identificar patrones actuales y muestra el propósito detrás de la experiencia. Esta es una piedra que insiste en que afrontemos la verdad sobre nosotros mismos y los demás, sin excusas ni evasivas, sino con una actitud amorosa.

una actitud dinámica y positiva. La rodocrosita es una piedra excelente para el corazón y las relaciones, especialmente para las personas que se sienten no amadas. Ella es la piedra por excelencia para sanar el trauma causado por el abuso sexual. La rodocrosita atrae a un alma gemela, aunque puede que no sea la maravillosa experiencia que esperamos.



RODONITA

La rodonita es un equilibrador emocional que inspira amor y fomenta la hermandad entre los seres humanos. Tiene la capacidad de mostrar ambos lados de un problema. Esta piedra estimula, purifica y activa el corazón y el chakra del corazón. Establece la energía, equilibra las energías yin y yang y nos ayuda a alcanzar nuestro máximo potencial. Se dice que esta piedra intensifica la meditación del mantra, aumentando la armonía entre el alma y la vibración del mantra. La rodonita, una piedra útil para proporcionar "primeros auxilios", cura los choques emocionales y el pánico, irradiando una energía que sostiene el alma durante el proceso. Es una piedra extremadamente beneficiosa y trata casos de autodestrucción, codependencia y abuso. Rodoni cura heridas y cicatrices emocionales

pasado – siempre que esto sea posible – y provoca la transformación de emociones dolorosas como el resentimiento o la ira.

Esta piedra tiene una fuerte conexión con el perdón y ayuda a la reconciliación después de un largo período de maltrato. Se puede utilizar en terapia de vidas pasadas para sanar heridas causadas por abandono a través de traición. Gracias a su capacidad de promover el amor desinteresado y el perdón, nos ayuda a ver las proyecciones que acusan a nuestra pareja de lo que en realidad hay dentro de nosotros mismos. La rodonita es una piedra útil para repeler insultos y evitar represalias. Nos hace reconocer que la venganza es autodestructiva.

Es ant destructivo y nos ayuda a mantener la calma en situaciones inestables o peligrosas. La rodonita equilibra e integra las energías físicas y mentales, además de estimular la confianza y combatir la confusión mental.



RUBÍ

El rubí es una piedra excelente para la energía. Aporta más vigor, energía y equilibrio. Sin embargo, puede resultar demasiado estimulante para

personas delicadas o irritables. El rubí estimula la pasión por la vida, pero nunca de forma destructiva. Aumenta la motivación y nos ayuda a establecer objetivos realistas. El rubí estimula el chakra del corazón y equilibra este órgano. Fomenta la práctica de "seguir nuestra alegría". Esta piedra es un poderoso escudo contra los ataques psíquicos y el vampirismo respecto a la energía del corazón. Promueve sueños positivos y visualizaciones claras y estimula la glándula pineal. El rubí es una de las piedras de la abundancia y por ello nos ayuda a conservar nuestros bienes materiales y también nuestros lazos afectivos. Desde un punto de vista psicológico, el rubí saca la ira o la energía negativa, para que se transmuten, y favorezca la eliminación de todo lo negativo de nuestro camino.

También promueve el liderazgo dinámico. Mentalmente, el rubí estimula un estado mental positivo y sin miedo. Bajo la influencia de esta piedra, la mente se vuelve más aguda, la percepción se intensifica y la concentración mejora. Por su efecto protector, el rubí nos hace más fuertes durante las disputas o controversias. Emocionalmente, el rubí es dinámico. Estimula la pasión y el entusiasmo. Es una piedra sociable que también estimula la actividad sexual. Desde un punto de vista físico,

El rubí combate el cansancio y el letargo, dando poder y vigor. Por otro lado, reduce la hiperactividad.



ZAFIRO

El zafiro es conocido como la piedra de la sabiduría y cada uno de los tuyos. Los colores contienen una sabiduría particular. Concentra y calma la mente y ayuda a alejar pensamientos no deseados y tensión mental. Aportando paz mental y serenidad, el zafiro alinea los planos físico, mental y espiritual y restablece el equilibrio dentro del cuerpo. Esta piedra alivia la depresión y la confusión espiritual y estimula la concentración. Promueve la prosperidad y atrae regalos de todo tipo. Colocado en la garganta, el zafiro reduce la frustración y facilita la autoexpresión.

El zafiro calma los sistemas corporales hiperactivos y regula funcionamiento de las glándulas. Cura los ojos, elimina impurezas e incluso alivia el estrés. Trata problemas sanguíneos, previene sangrados, fortalece las venas y mejora la elasticidad.



SELENITA

La selenita translúcida, con su vibración muy sutil, aumenta la lucidez, abre los chakras corona y corona superior y conduce a la conciencia angelical y a una guía superior. La selenita pura tiene una conexión con el cuerpo de luz*, ayudando a conectarlo a tierra.

-está en la vibración terrenal. La selenita es una piedra serena que infunde una paz profunda y, por lo tanto, es excelente para la meditación y el trabajo espiritual. La telepatía se favorece si cada persona sostiene en su mano un trozo de esta piedra de vibración pura. La selenita translúcida del blanco más puro tiene una cualidad etérea y se cree que habita en un plano entre la luz y la materia. Una piedra antigua, es uno de los cristales más poderosos para anclar nuevas vibraciones en la Tierra. La selenita se puede utilizar para formar una red protectora alrededor del hogar, creando un espacio seguro y tranquilo donde no entren las influencias externas. Para ello, basta con utilizarlo internamente en los rincones de la casa y garantizará un ambiente de paz. La barra de selenita se puede utilizar para liberar entidades atrapadas en el aura o evitar que la mente se vea afectada por influencias externas.

Debido a que contiene un registro de todo lo que alguna vez ha sucedido en el mundo, esta piedra nos transporta a otras vidas y es muy útil para comprobar nuestro progreso y llegar al plano en el que pasamos el período entre vidas. Destaca las lecciones y los problemas en los que todavía estamos trabajando y muestra cómo pueden resolverse. La selenita se puede utilizar para la escritura,

leer el futuro o comprobar lo que ocurrió en el pasado. Desde un punto de vista psicológico, la selenita ayuda con los juicios y comprensión.



SODALITA

La sodalita combina la lógica con la intuición y activa la percepción espiritual, llevando información de la mente superior al nivel físico. Esta piedra estimula la glándula pineal y el tercer ojo, permitiendo meditaciones más profundas. Cuando se utiliza en la meditación, ayuda a aportar claridad al presente. Es útil para personas sensibles al "síndrome del edificio enfermo" o a la neblina electromagnética. Esta es una piedra particularmente útil para el trabajo en grupo, ya que aporta armonía y solidaridad al propósito. Fomenta la confianza y el compañerismo entre los miembros del grupo, fomentando la interdependencia. También es excelente para eliminar la confusión mental y la esclavitud intelectual. Estimula el pensamiento racional, la objetividad, la verdad y la percepción intuitiva, así como la verbalización de los sentimientos.

La Sodalita nos anima a buscar la verdad y a mantener nuestro idealismo, haciendo todo lo posible por ser fieles a nuestra propia verdad y defender nuestras creencias. La sodalita elimina la contaminación electromagnética y puede colocarse en el ordenador para bloquear sus emanaciones.



AZUFRE

El azufre tiene una carga eléctrica negativa y es extremadamente útil para absorber energías, emanaciones y emociones negativas. Colocado en el entorno, se

Absorbe la negatividad de cualquier tipo y elimina las barreras al progreso.

Producida por los volcanes, esta es una piedra excelente para cualquier tipo de erupción, ya sean sentimientos, violencia, piel o fiebres. También puede ser útil para sacar a la superficie habilidades psíquicas latentes. Desde un punto de vista psicológico, el azufre alivia la terquedad y ayuda a identificar rasgos negativos de la personalidad. Afecta la parte rebelde, obstinada y desordenada de la personalidad, que insiste en desobedecer instrucciones y tiende a hacer lo contrario de lo que se le sugiere, especialmente cuando es "por su propio bien". El azufre suaviza esta postura y ayuda a la persona a reconocer sus consecuencias, allanando el camino para un cambio consciente.

Desde un punto de vista mental, el azufre bloquea los patrones de pensamiento repetitivos que impiden la concentración. Porque inspira la imaginación, ayuda al razonamiento y a la fijación de los procesos de pensamiento en el aquí y ahora. Desde un punto de vista físico, el azufre es útil para revitalizarse después de un período de agotamiento o de enfermedad grave. También puede estimular la creatividad. El azufre es tóxico y no debe ingerirse. El elixir es más efectivo cuando se elabora en forma cristalina utilizando el método indirecto y se aplica sólo externamente.

mente.



PIEDRAS SOLARES

Es una piedra vibrante, inspiradora e iluminadora. Estimula la alegría de vivir y una naturaleza benévola, además de aumentar la intuición. Si la vida ha perdido su dulzura, la piedra solar la restaura y nos ayuda a cuidarnos. Limpiando todos los chakras y aportando luz y energía, esta piedra permite que el verdadero yo brille con más alegría. Según la tradición, la piedra solar está asociada con los dioses benévolos, la suerte y la fortuna. Esta es una piedra alquímica que da lugar a una conexión profunda con la luz y el poder regenerativo del Sol durante la meditación y en la vida diaria. La piedra solar es extremadamente útil para desatar lazos con otras personas, ya sea en los chakras o en el aura. Estos vínculos que tienen el efecto de drenar nuestra energía pueden ser a nivel mental o emocional y provenir de padres, hijos o amantes. La piedra solar restablece suavemente el contacto con otra persona y rompe esos vínculos. Lleva esta piedra contigo si te resulta difícil decir "no" y vivir sacrificándose por los demás. Al eliminar la codependencia, nos ayuda a apropiarnos de nuestro poder personal y a tener independencia y vitalidad. Si tienes el hábito de posponer las cosas, la piedra solar te ayudará a superar esta tendencia.

Desde un punto de vista emocional, la piedra solar actúa como antidepresivo y elimina la melancolía. Es particularmente eficaz en casos de depresión relacionada con el invierno, ya que

Compensa la falta de luz solar en esta época del año. Nos ayuda a no sentirnos discriminados, desfavorecidos o abandonados. Al eliminar inhibiciones y apegos, la piedra solar revierte los sentimientos de fracaso y aumenta la autoestima y la confianza.



OJO DE TIGRE

El ojo de tigre combina la energía de la Tierra. con las energías del Sol para crear un estado vibracional alto, pero anclado en la Tierra, inundando el planeta de energías espirituales. Colocado sobre el tercer ojo*, intensifica las capacidades psíquicas de las personas más conectadas con el plano material y equilibra los chakras inferiores, estimulando el ascenso de la energía kundalini. El ojo de tigre es una piedra protectora que, tradicionalmente, se utiliza como talismán contra maldiciones y malos espíritus. Muestra el uso correcto del poder y fomenta la integridad. Ayúdanos a alcanzar objetivos tomándolos

- ayudándonos a reconocer nuestros recursos internos y promoviendo la claridad de intención. Colocado en el chakra del ombligo, el ojo de tigre es excelente para las personas volubles que tienen dificultad para cumplir con sus compromisos. También ancla la energía y facilita la manifestación de la voluntad. Los anclajes de ojo de tigre cambian en el cuerpo físico. Esta piedra es útil para reconocer nuestras propias necesidades y las de los demás. Nos ayuda a distinguir lo que queremos de lo que realmente necesitamos. Desde un punto de vista mental, el ojo de tigre integra los hemisferios del cerebro y aumenta la percepción práctica. Nos ayuda a recopilar información dispersa y considerarla.
- ellos juntos.

Es útil para resolver dilemas y conflictos internos, especialmente aquellos causados por el orgullo y la terquedad. El ojo de tigre es particularmente útil para curar dolencias mentales.

Tales como trastornos de la personalidad. Desde un punto de vista psicológico, el ojo de tigre cura problemas de autodevaluación, autocrítica y creatividad bloqueada. Nos ayuda a reconocer nuestros talentos y habilidades, así como las carencias que debemos superar.



DE LA CIMA A ZIO

El topacio es una piedra empática y suave que dirige la energía hacia donde más se necesita. Calma, cura, estimula, recarga y alinea los meridianos del cuerpo. El topacio promueve la verdad y el perdón. Ayuda a iluminar nuestro camino, resalta nuestros objetivos y nos ayuda a descubrir nuestros recursos internos. Este cristal fomenta la confianza en el universo que nos ayuda a “ser” en lugar de “hacer”. Elimina la duda y la incertidumbre. La energía vibrante del cristal trae alegría, generosidad, abundancia y salud. Tradicionalmente se la conoce como la piedra del amor y la suerte, que nos ayuda a conseguir nuestras metas. Es extremadamente eficaz para apoyar afirmaciones, manifestaciones y visualizaciones. Se dice que las facetas y los extremos del cristal de topacio tienen energías positivas y negativas, a través de las cuales se puede enfocar una petición al universo y luego manifestarla en el plano terrenal. Excelente para limpiar el aura e inducir la relajación, el topacio libera la tensión a cualquier nivel y puede acelerar el desarrollo espiritual cuando éste se ve obstaculizado.

Desde un punto de vista psicológico, el topacio nos ayuda a descubrir nuestras propias riquezas interiores. Nos ayuda a sentirnos seguros y filantrópicos, dispuestos a compartir nuestra buena fortuna y difundir luz dondequiera que vayamos. La negatividad no puede sobrevivir cerca del alegre topacio. Esta piedra promueve la apertura y la honestidad, el cumplimiento de nuestros

propósitos, autocontrol y la búsqueda de la sabiduría interior. Desde un punto de vista mental, el topacio ayuda a resolver problemas y es particularmente útil para las personas involucradas en las artes. Nos ayuda a darnos cuenta de la influencia que tenemos y el conocimiento que hemos adquirido a través del trabajo duro y las experiencias de vida.



TURMALINA

La turmalina limpia, purifica y transforma la energía densa, produciendo una vibración más ligera. Ancla la energía espiritual, limpia y equilibra todos los chakras y forma un escudo protector alrededor del cuerpo. La turmalina es una piedra chamánica que brinda protección durante los rituales. Se puede utilizar para escribir y tradicionalmente se utilizaba para señalar a un culpable o la causa de un problema en tiempos de conflicto. La turmalina tiene una fuerte afinidad con las energías dévicas* y es extremadamente beneficiosa para el jardín y las plantas. Puede servir como insecticida natural, manteniendo alejados a los insectos y, enterrado en el suelo, estimula el crecimiento y la salud de todos los cultivos.

Esta piedra también indica la “mejor” dirección a seguir. La barra de turmalina natural es útil como herramienta curativa. Limpia el aura, elimina bloqueos, dispersa la energía negativa y señala soluciones a problemas específicos. Es excelente para equilibrar y conectar los chakras*. A nivel físico, reequilibra los meridianos*.



TURQUESA

La turquesa es uno de los agentes curativos más eficaces, da confort al espíritu y promueve el bienestar del cuerpo. Es una piedra protectora que se ha utilizado como amuleto desde tiempos inmemoriales. Se creía que cambiaba de color para señalar peligro e infidelidad. El turquesa promueve la sintonía espiritual y mejora la comunicación con los mundos físico y espiritual. Colocado sobre el tercer ojo, favorece la intuición y la meditación. En el chakra de la garganta, elimina viejos juramentos, inhibiciones y prohibiciones y fomenta la libre expresión. Explora vidas pasadas y muestra que nuestro "destino" cambia constantemente y depende de lo que hagamos en cada momento. La turquesa es una piedra de purificación. Dispersa la energía negativa y elimina la neblina electromagnética, proporcionando protección contra los contaminantes del aire. Equilibra y alinea todos los chakras con los cuerpos sutiles y sintoniza el nivel físico con el nivel espiritual.

Según la tradición, el turquesa une el cielo y la tierra, integrando las energías masculinas y femeninas. Esta piedra promueve la empatía y el equilibrio. Favorece el logro de nuestros propósitos, ayuda a solucionar problemas y calma los nervios de quien necesita hablar en público. Desde un punto de vista psicológico, la turquesa es una piedra fortalecedora. Disipar la actitud de mártir o sabotaje contra nosotros mismos. Desde un punto de vista mental, el turquesa proporciona calma interior y nos mantiene alerta, beneficiando la expresión creativa. Desde el punto de vista

Emocional, esta piedra estabiliza los cambios de humor y aporta calma interior. Estimula el amor romántico. Físicamente, la turquesa es una piedra excelente para el agotamiento, la depresión o los ataques de pánico. Una de sus funciones es proteger contra influencias externas o contaminantes en la atmósfera.



VANADINITA

La vanadinita es una piedra excelente para las personas que tienen dificultad para aceptar la vida en el cuerpo físico. Tiene una fuerte conexión con el chakra de la tierra, que se encuentra debajo de los pies. Al anclar el alma en el cuerpo y ayudarla a sentirse cómoda en el plano físico, la vanadinita enseña cómo conservar la energía en el nivel físico. La vanadinita puede ayudar a la meditación. Al disminuir el parloteo interno de la mente, facilita el estado de presencia y puede usarse para dirigir la

Percepción consciente para visión psíquica y viajes astrales. Tiene el poder de abrir un canal interno dentro del cuerpo para aceptar el influjo de energía universal. Esta energía alinea los chakras y trae el yo superior al cuerpo físico, facilitando una paz profunda.

Desde un punto de vista mental, vanadinita cierra la brecha entre el pensamiento y el intelecto. Nos ayuda a establecer y alcanzar metas y a aquietar el diálogo interno de la mente, permitiendo que la comprensión y los pensamientos racionales se combinen en una voz interior guía. Esta piedra tiene la propiedad beneficiosa de inhibir el gasto excesivo. desde casa o lleva una pequeña piedra en el bolso para evitar la tentación de gastar.



ZINCITA

La zincita es una piedra poderosa que aumenta la energía física y el poder personal para la creatividad. Esta piedra ardiente puede ayudar en el proceso de manifestación y revitalizar los sistemas agotados. Elimina los bloqueos energéticos del cuerpo y permite que la fuerza vital fluya. Psicológicamente, la zincita cura el shock y el trauma y aumenta el coraje para enfrentar situaciones traumáticas. Alivia la depresión y los recuerdos dolorosos para que puedan sanar. Si sufres de letargo o tienes el hábito de posponer las cosas, esta piedra te ayudará a alcanzar tu máximo potencial y a realizar los cambios necesarios.

Esta piedra atrae abundancia tanto a nivel físico como espiritual y puede utilizarse para anclar de forma segura el cuerpo de luz en el reino físico. La zincita se reconecta con los chakras inferiores*, revitalizando todo el cuerpo y estimulando la creatividad y la fertilidad. Estimula el ascenso de la energía kundalini*, los sentimientos instintivos y la intuición. Esta piedra promueve la confianza y la capacidad de encontrar la propia fuerza.





AROMA TERAPIA

INFLUENCIADO AROMAS

La aromaterapia es parte integral de la medicina alternativa, es una terapia complementaria utilizada para promover y mantener la salud y el equilibrio físico y mental. Podemos decir que es un complemento a los tratamientos alopáticos u homeopáticos y tiene como objetivo el bienestar completo del individuo y sus necesidades personales. La aplicación de la aromaterapia es personal y específica, es decir, para cada paciente a tratar es necesario realizar evaluaciones físicas y psicológicas antes de definir los métodos más adecuados.

A través del olfato, nuestro cuerpo envía mensajes a una parte del sistema nervioso que es responsable de las emociones. Cuando el cerebro comienza a oler un aroma, reacciona y empieza a cambiar nuestro humor y estado de ánimo. Un determinado aroma tiene el poder de despertar recuerdos de la infancia en algunas personas, el mismo olor de una determinada comida puede abrir el apetito en algunos y provocar náuseas en otros.

Es muy común que una persona triste se sienta un poco más feliz después de someterse a un tratamiento de aromaterapia. Lo mismo ocurre con otros perfiles de comportamiento, por ejemplo, las personas agresivas que se vuelven más relajadas y tranquilas cuando entran en contacto con un aroma específico.

Los aceites utilizados en aromaterapia son 100% naturales y se extraen de plantas, flores, raíces, hojas, semillas, hierbas, maderas y resinas. Luego se mezclan con otras sustancias, como aceite, alcohol o loción, para permitir su uso práctico.

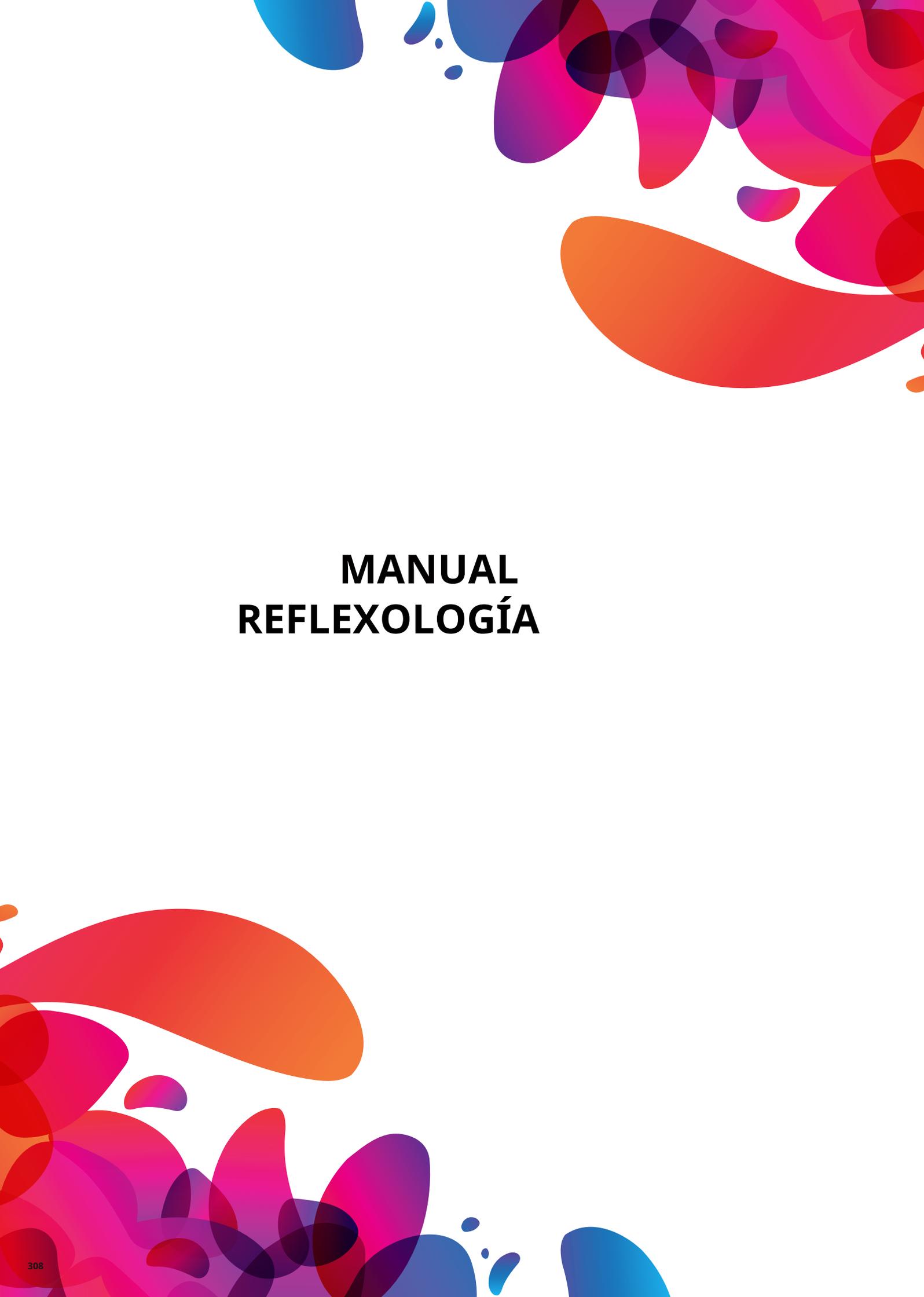
Es importante resaltar la diferencia entre aromaterapia y aromacología. La aromacología es la ciencia que estudia el efecto de los aromas en nuestra mente. Estudios realizados por la aromacología han confirmado lo que ya decía la medicina tradicional, a través de la aromaterapia, de que los aromas pueden provocar efectos intensos en el cuerpo humano, especialmente en el cerebro.

En resumen, la aromaterapia utiliza aceites naturales para tratar enfermedades específicas de un individuo, mientras que la aromacología es el uso de aromas (naturales y sintéticos) para influir en nuestros sentimientos y despertar emociones.

Aceite	Aroma	Efecto
Anís	regaliz picante	Edificante, equilibrado y reconfortante. tú
Cedro del Atlas	Dulce, amaderado	Puesta a tierra, centralización, equi- biblioteca
Balsamero	Agradable, leñoso- rado	Empoderando, equilibrando, fortaleciendo- lectura
Albahaca	Picante	Edificante, energizante y purificante.
Bergamota	Dulce afrutado	Vivaz, inspirador y estimulante.
Pimienta negro	Seco, picante, fuerte.	Calentando, estimulando, enfocando- limpieza, limpieza
Alcanfor	Penetrante, medicinal- nal	Purificante, energizante, vigorizante. despotricando
Cardamomo	Picante, picante	Revitalizante, calentador
Semilla de zanahoria	Terroso, amaderado, dulce	Calmante, rejuvenecedor y estabilizador. dolor
Madera de cedro	Cálido y amaderado, balsámico	Alivio del estrés, fortalecimiento, capacitación
Manzanilla	Intensamente dulce, delicioso	Relajante, calmante, revitalizante.
corteza de canela	Picante	Calentando, reconfortando, energizando. zante
Canela Casia	Picante	Calentando, estimulando, refrescando. tú
Citronela	Picante y almizclado de, cítricos	Aclarante, renovador, purificante- cuando

Salvia escamosa reia	Herbácea, similar- tú la lavanda	Enfocando, estimulando, equilibrando suave
Llave	Caliente, picante	Cálido, calmante y reconfortante. tú
Ciprés	Tonos balsámicos dulces pino cálido / enebro	Equilibrar, aclarar, centrar
Eucalipto	Fuerte aromático, alcanfor fresco, alcanfor,	Revitalizante, tonificante, clarificante. temprano
Eucalipto Radiata	Ligeramente dulce y menta	Repelente, clarificante, limpiador.
Incienso	Alcanfor ligero y cítrico	Relájate, concéntrate, céntrate
Geranio	Sutilmente dulce, floral	Purificante, calmante, normalizante. dolor
Pelirroja	Picante, picante	Equilibrante, clarificante, estabilizador. usando
Pomelo	Dulce, cítrico	Purificante, alegre, edificante.
Hisopo	Similar al cáncer afuera	Iluminador, vigorizante, purificador. dolor
Juniper Ber- ry/Enebro	Floral	Restaurando, potenciando, equilibrando suave
Lavanda	Floral	Calmante, normalizante, equilibrante. suave
Limón	cáscara de limón fresca aquí	Refrescante, alegre, estimulante.

Eucalipto limón Lipto	Similar a citro- en él con matices flores sutiles	Refrescante, purificante, estimulante. lanza
Hierba de limón	Fuerte, parecido al limón.	Purificante, estimulante, purificante. dolor
Archivo	Limón cítrico fresco	Edificante, vigorizante, exultante
Mejorana	Alcanfor, ligeramente medicinal	Normalizante, reconfortante, calentito. cendo
Mirra	Almizclado, cálido	Enfocar, centrar, meditar
Mosca de las nueces desde	Aroma especiado, de nueces, suaves y dulces	Energizante, estimulante, calentador. dolor
Naranja	Cáscara de naranja dulce y fresco	Refrescante, estimulante y vigorizante. tú
Orégano	Picante, alcanforado	Purificante, reconfortante y vigorizante. despotricando
Pachulí	Almizclado, terroso	Romántico, calmante y estimulante.
poleo	Fresco, mentolado	Repelente, estimulante
Menta menta	Menta fuerte y fresca	Revitalizante, vigorizante, refrescante. cantar
Pino	Balsámico, aroma de pino	Purificante, refrescante
Romero	Caliente, alcanforado	Purificante, edificante
Inteligente	Caliente, alcanforado	Normalizante, equilibrante, calmante. mantener
Menta	Refrescante, mentolado. lado	Refrescante, vigorizante, estimulante. lanza



MANUAL REFLEXOLOGÍA

REFLEXOLOGÍA HOWARE

¿Funciona?

La reflexología es una técnica de masaje que utiliza presión en puntos específicos de los pies, manos y orejas que corresponden a órganos y otras regiones del cuerpo. Los profesionales suelen utilizar gráficos que les sirven de guía para determinar regiones de partidos específicos y saber cómo jugarlas.

Apta para todos, la técnica de reflexología no debe confundirse con un masaje básico, ya que su función es buscar desequilibrios energéticos que se manifiestan como sensibilidad en el punto. De forma sencilla, natural y no invasiva, la reflexología tiene como objetivo estimular las fuerzas curativas del cuerpo, proporcionando bienestar emocional y físico.

La técnica se divide en cuatro puntos que corresponden a la región donde se realizará el masaje. Cada punto funciona como un mapa del cuerpo. Ellos son:

1. Reflexología podal: tiene como objetivo estimular puntos específicos en las plantas de los pies, lo que puede proporcionar alivio del dolor, relajación y mejora la circulación sanguínea.
2. Reflexología de manos: directamente vinculada a los puntos de las manos, la reflexología de manos promueve la relajación física y mental.
3. Reflexología facial: relaja y tonifica los músculos faciales; Puede o no incluir los oídos y contribuye al buen funcionamiento de los órganos y las articulaciones.
4. Auricular: Actúa en la región del oído, estimulando puntos específicos de tensión y liberación energética, emocional y física.

La medicina integrativa tiene como objetivo colocar al paciente como actor principal de su cuidado, lo que incluye también la responsabilidad de buscar los profesionales y métodos adecuados para componer su tratamiento. Asociada a la medicina tradicional, la medicina integrativa permite la interdisciplinariedad con otras filosofías, combinando prácticas meditativas y de reflexología, por ejemplo.

Es importante que la reflexología no sustituya ningún tratamiento clínico, sino que ayude en la curación. Integrada con la medicina tradicional, la técnica puede reducir el dolor corporal, eliminar la inflamación, controlar problemas gastrointestinales, mejorar el estrés, la ansiedad e incluso la depresión.

La reflexología no cura, simplemente equilibra los sistemas del cuerpo para que puedan realizar esa función, estimula una zona hipoactiva y relaja una zona hiperactiva, siendo así inofensiva para las zonas del cuerpo que están funcionando correctamente. Varios estudios apuntan a la eficacia de esta técnica, que cada vez gana más espacio en la medicina complementaria.

PUNTOS REFLEXOLÓGICOS DAFACE

La base de la reflexología facial y la reflexología podal son las mismas. Ambos estimulan las terminaciones nerviosas, provocando actividad física.

- sustancias químicas en las células nerviosas y neuronas que conducen la electricidad al cerebro.

Sin embargo, estimular la cara es más beneficioso, explica Lone Sorensen. El impulso generado es mucho más fuerte cuando llega al cerebro, porque las terminaciones nerviosas no sólo están más cerca de este órgano, sino que los impulsos son el doble de rápidos y más eficientes que los generados al estimular los pies.

El foco, añade el especialista, está en lo que ocurre dentro del organismo, con el objetivo de actuar sobre las causas. No siempre podemos curar, pero al menos podemos ofrecer mejores condiciones de vida.

Con el objetivo de producir resultados terapéuticos, la reflexología facial mejora la apariencia de la cara y el funcionamiento del cuerpo en su conjunto. Considerando la importancia de estas técnicas para aliviar diversos problemas, Terra Flor, empresa que trabaja constantemente para ampliar esta área del conocimiento terapéutico, ha reunido algunos de los principales beneficios de la reflexología facial. Compruébalo a continuación:

- Sistema nervioso: los tratamientos de reflexología facial pueden apoyar y optimizar el resultado de los tratamientos para lesiones cerebrales, neuralgias, epilepsia, parálisis facial y dislexia;
- Articulaciones: la reflexología facial puede ayudar a aliviar tensiones y problemas reumáticos, como inflamación de las articulaciones, tensión nerviosa, espasmos musculares en la espalda, cuello y zona lumbar, además de reducir el estrés;
- Funcionamiento de los órganos internos: la reflexología facial puede ayudar a regular el funcionamiento de las glándulas hormonales, la circulación, el alivio de gastritis y úlceras, el funcionamiento de los sistemas digestivo, urinario y cardíaco, entre otros;
- Estética: las técnicas de reflexología facial tienen un gran efecto rejuvenecedor en el rostro, mejorando la circulación y la producción de colágeno. Por lo tanto, el aspecto de la piel estará más terso y nutrido, además de mejorar la hidratación cutánea, reduciendo la aparición de arrugas, hinchazón y manchas provocadas por toxinas.

La auriculoterapia está indicada para ayudar en el tratamiento de:

1. Dolor por esguinces, contracturas o distensiones musculares;
2. Dolor ciático;
3. Ansiedad o depresión;
4. Insomnio;
5. Migraña o dolor de cabeza;
6. Atracciones de comida;
7. Pérdida de peso;
8. Trastornos hormonales;
9. Síndrome premenstrual o calambres menstruales;
10. Alergias, asma, bronquitis
11. Gripe o tos;
12. De fumar;
13. Retención de líquidos;
14. Infección del tracto urinario;
15. Problemas respiratorios, como alergias, asma o bronquitis;
- dieciséis. Problemas del corazón;
17. Problemas digestivos;
18. Trastorno temporomandibular.

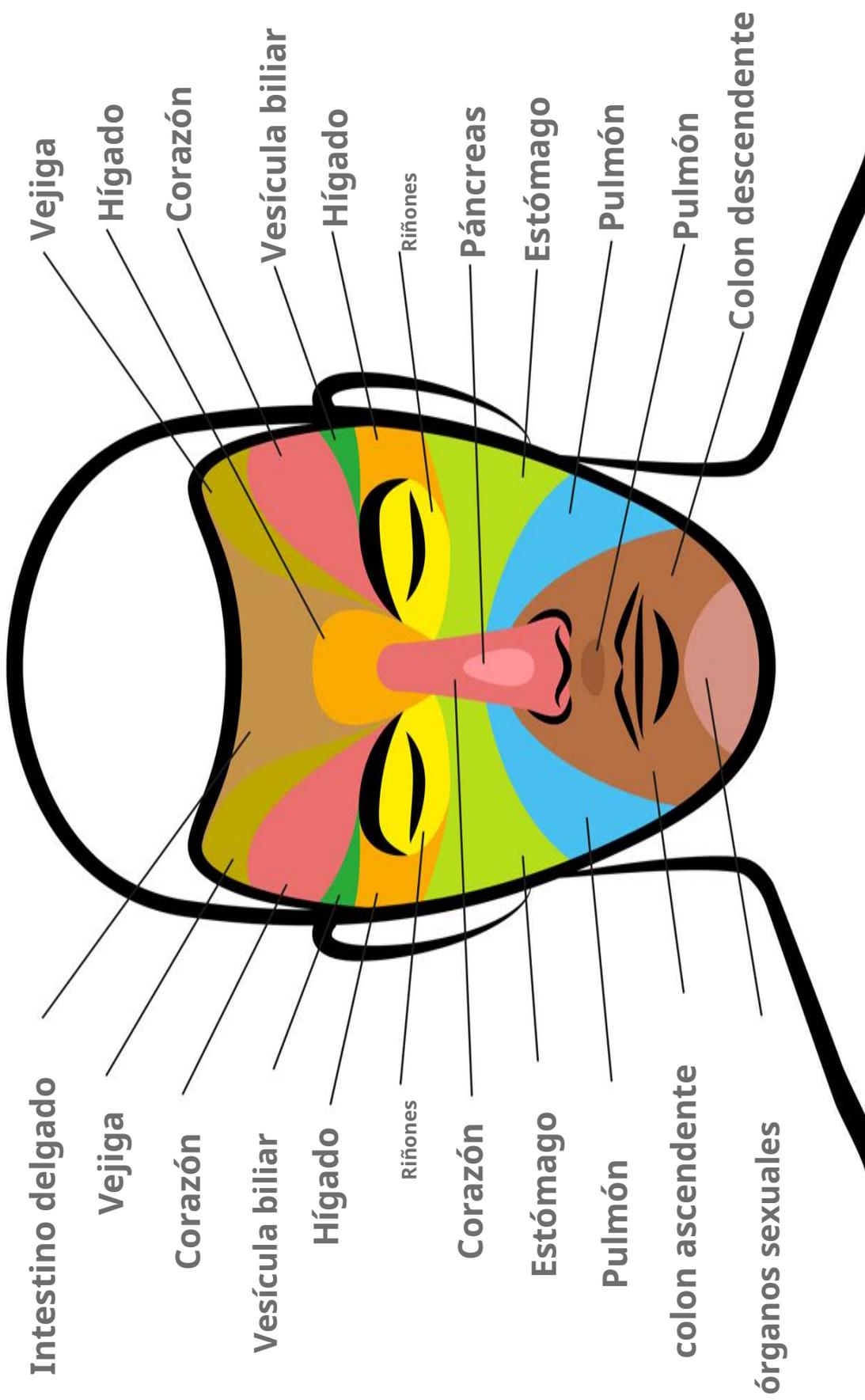
¿Cómo se realiza la auriculoterapia?

Antes de iniciar un tratamiento de auriculoterapia es muy importante consultar con un acupunturista o un terapeuta especializado en acupuntura para identificar los principales síntomas y qué órganos pueden estar afectados.

Después, el médico o terapeuta selecciona los puntos más adecuados y aplica presión sobre ellos. La presión se puede aplicar mediante:

Agujas filiformes: se aplican debajo de los puntos durante 10 a 30 minutos; Aguja intradérmica: se colocan debajo de la piel durante aproximadamente 7 días; Esferas magnéticas: se pegan a la piel durante aproximadamente 5 días; Semillas de mostaza: se pueden calentar o no y se pegan a la piel durante 5 días.

Estimular puntos específicos de la oreja es una técnica muy útil para aliviar el dolor o tratar diversos problemas físicos o psicológicos, como la ansiedad, las migrañas, la obesidad o las contracturas, por ejemplo.



Intestino delgado

Vejiga

Corazón

Vesícula biliar

Hígado

Riñones

Corazón

Estómago

Pulmón

colon ascendente

órganos sexuales

Vejiga

Hígado

Corazón

Vesícula biliar

Hígado

Riñones

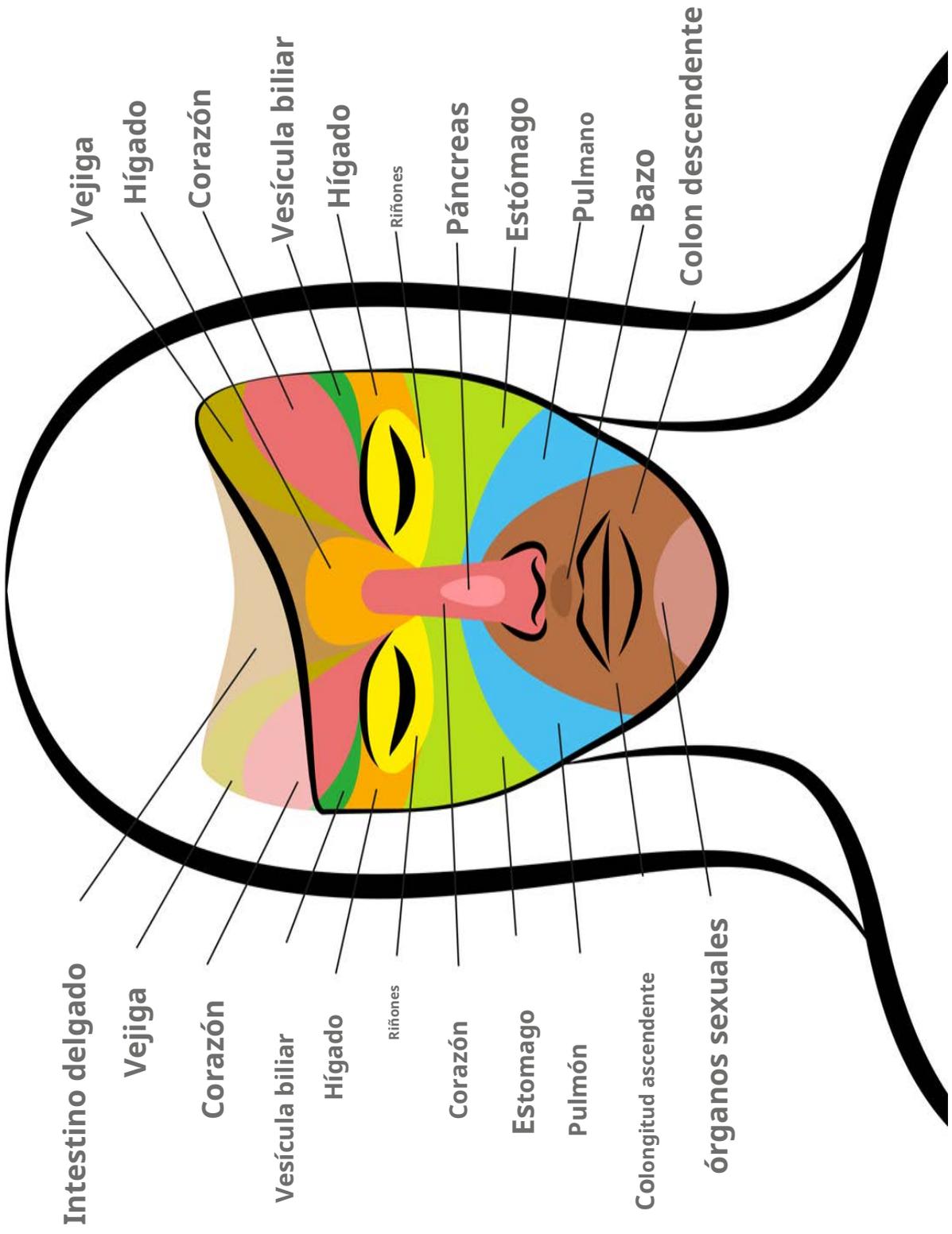
Páncreas

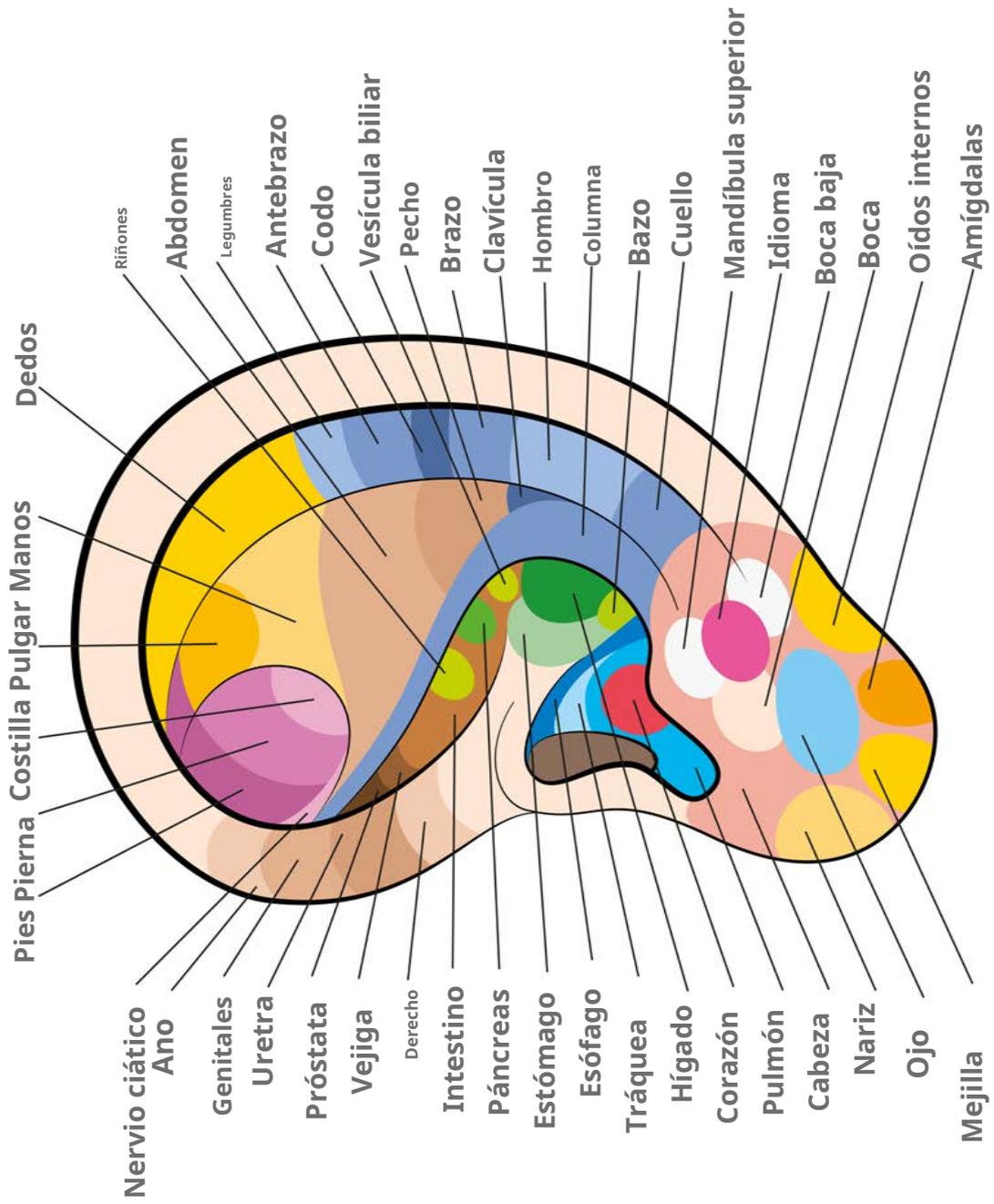
Estómago

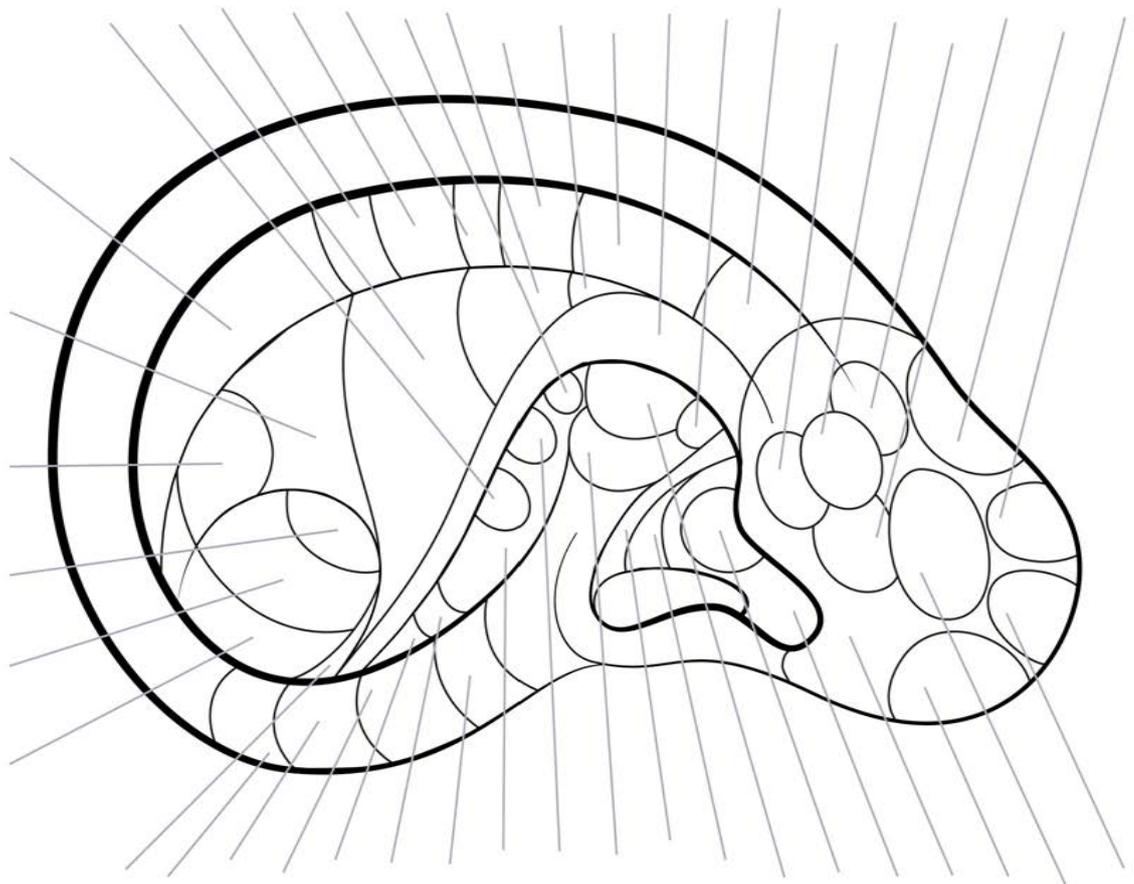
Pulmón

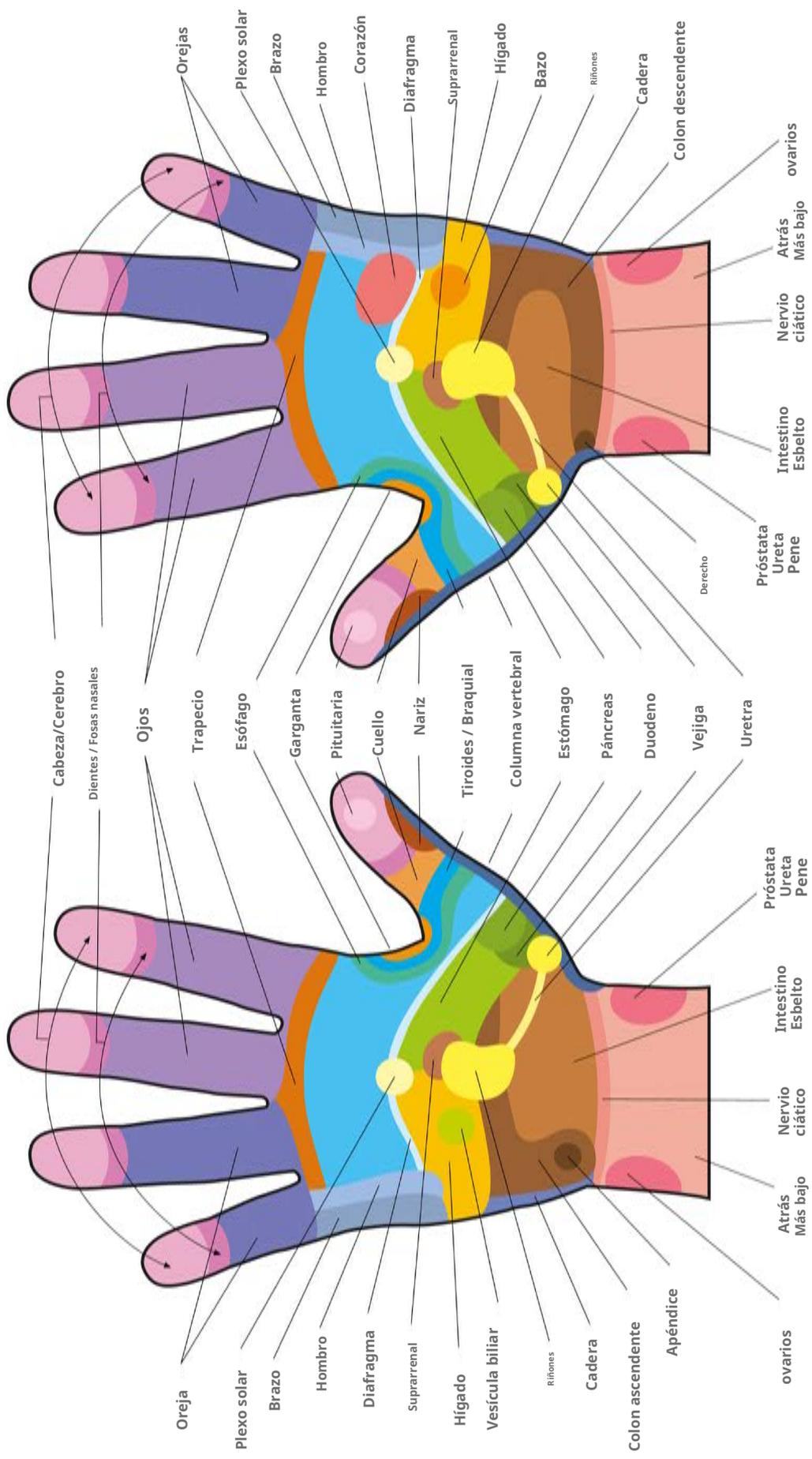
Pulmón

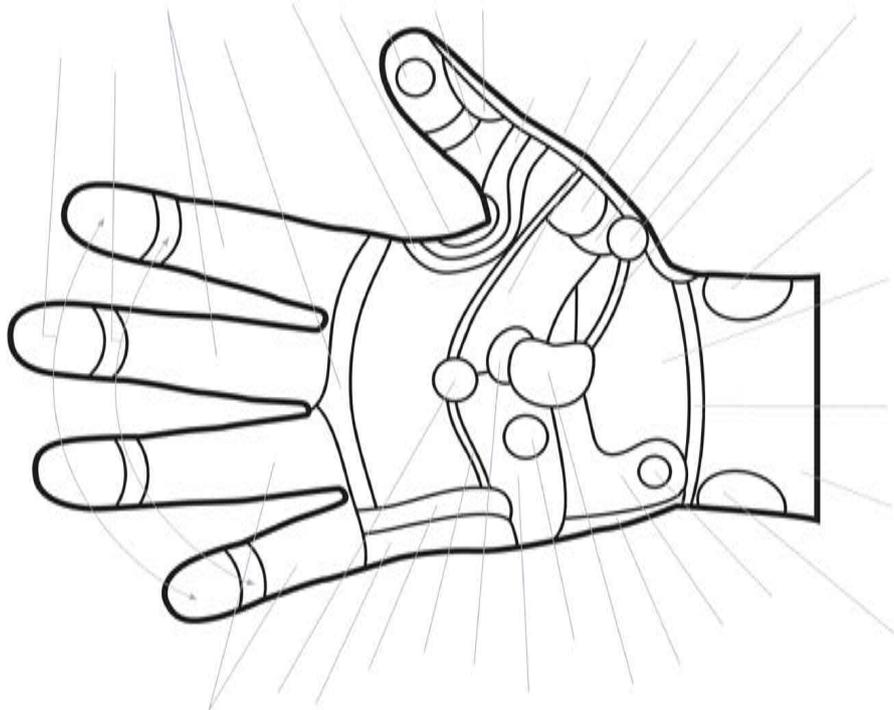
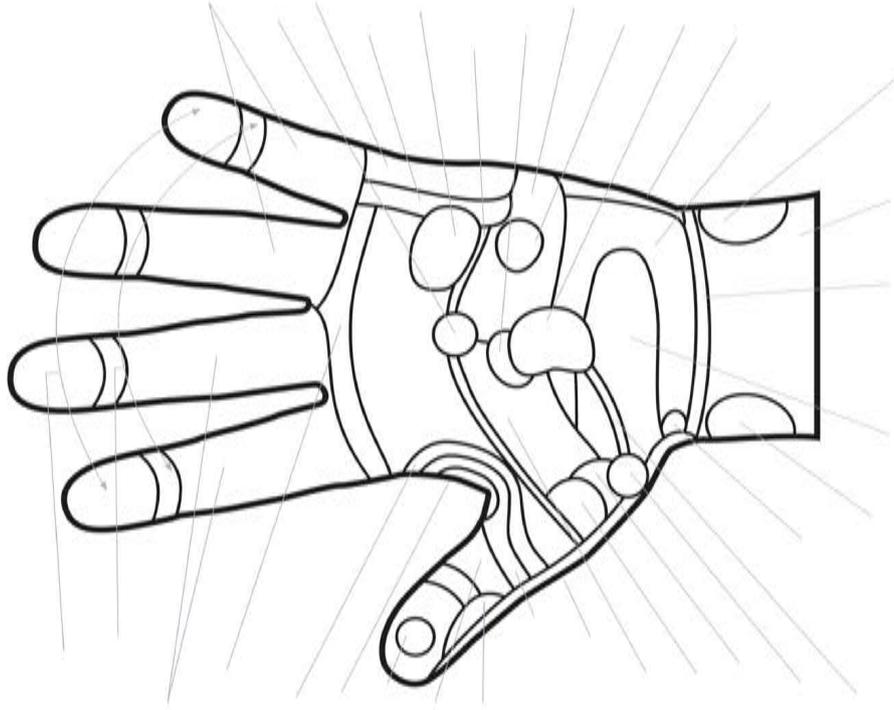
Colon descendente

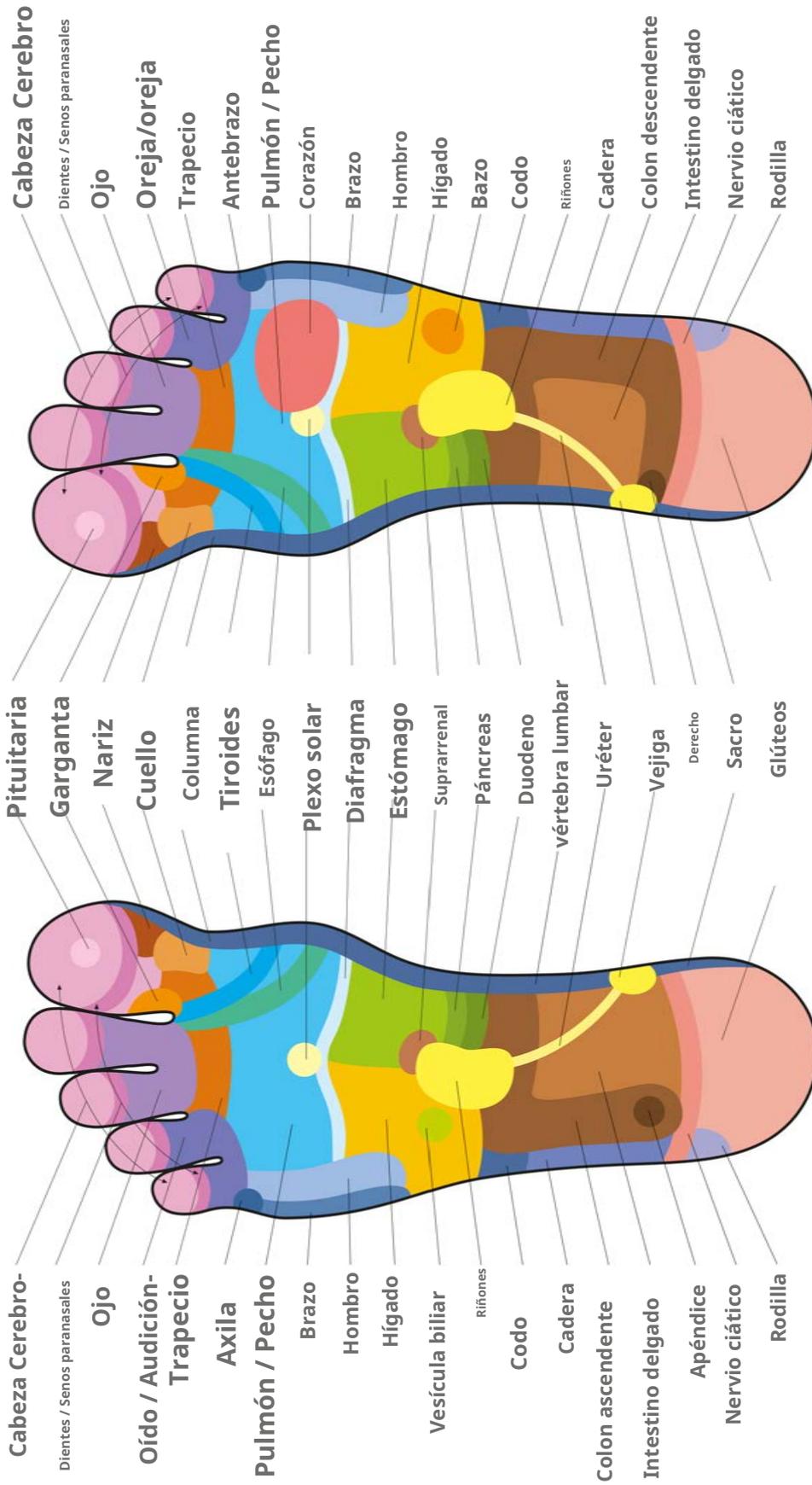


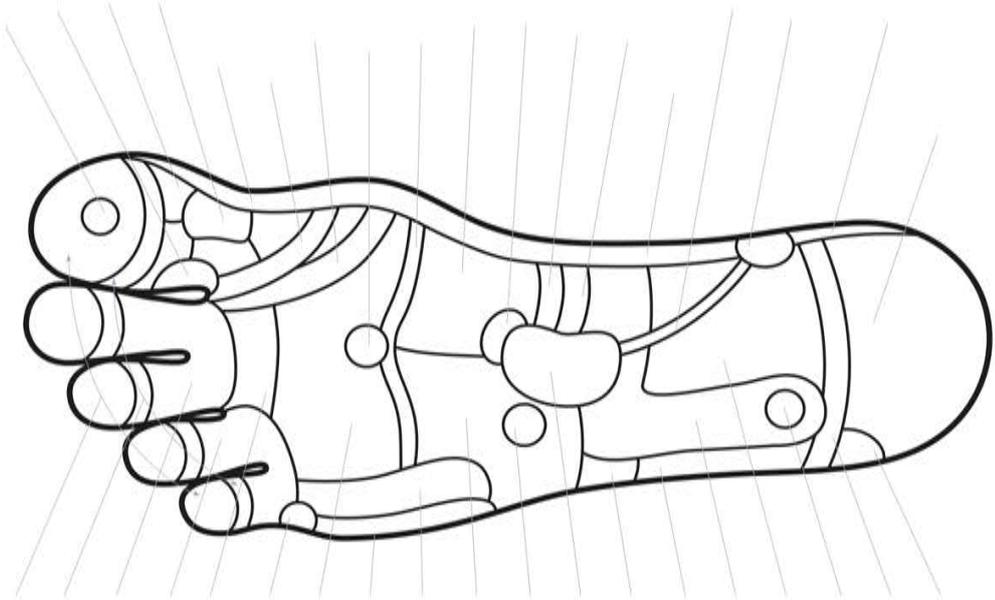
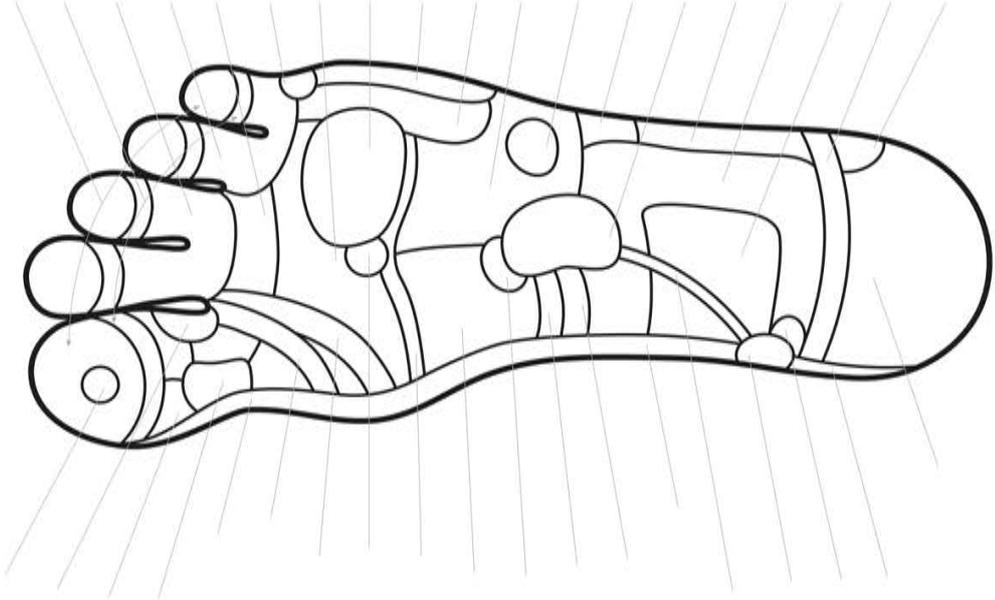


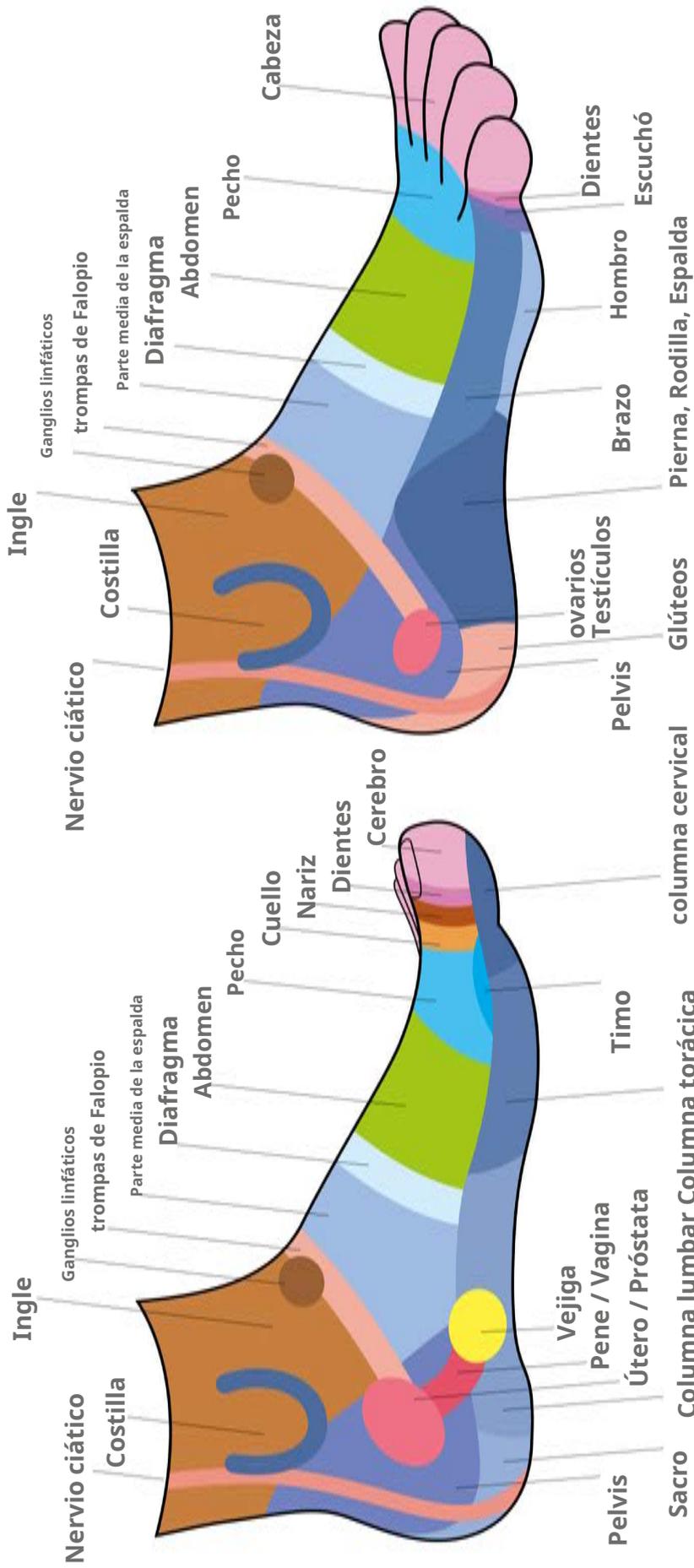


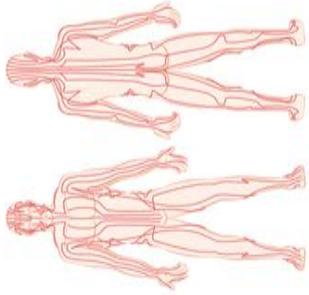




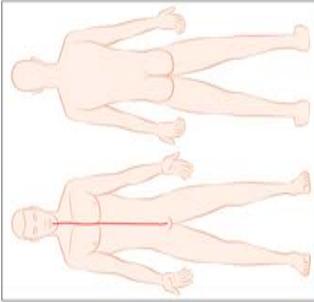




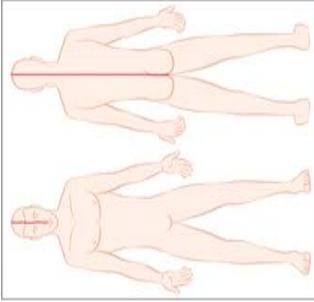




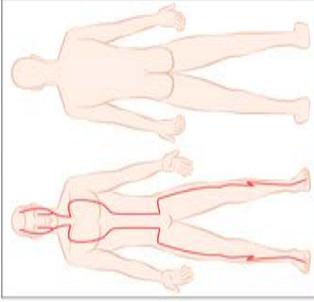
MERIDIANOS



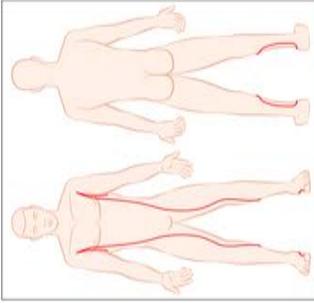
Armonización



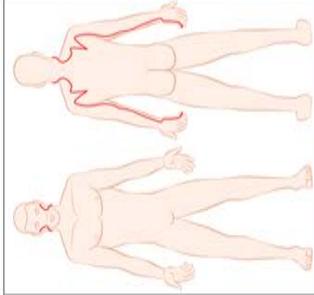
Activación energética



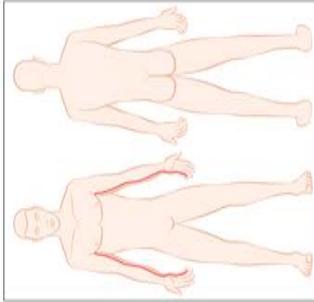
Estómago



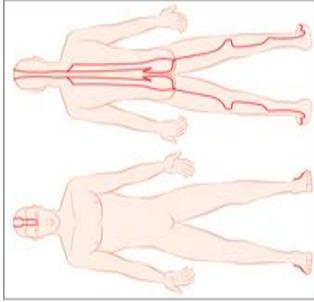
Bazo



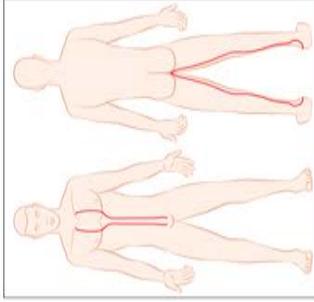
Intestino delgado



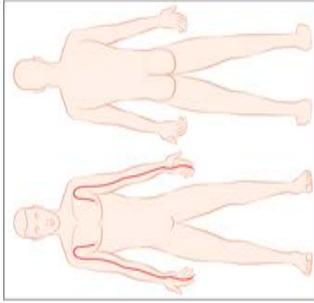
Corazón



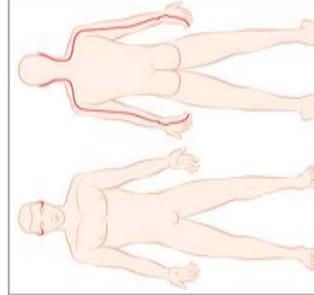
Vejiga



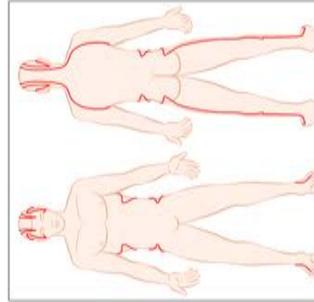
Riñones



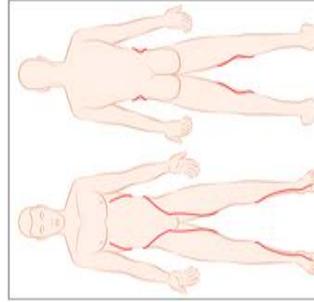
Pericardio



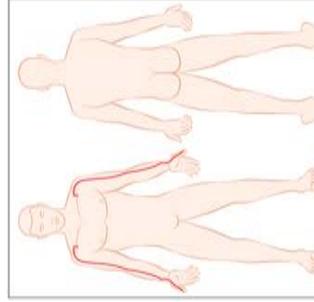
Liberador de calor



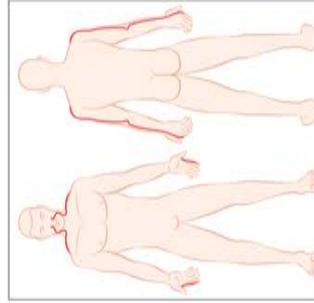
Vesícula biliar



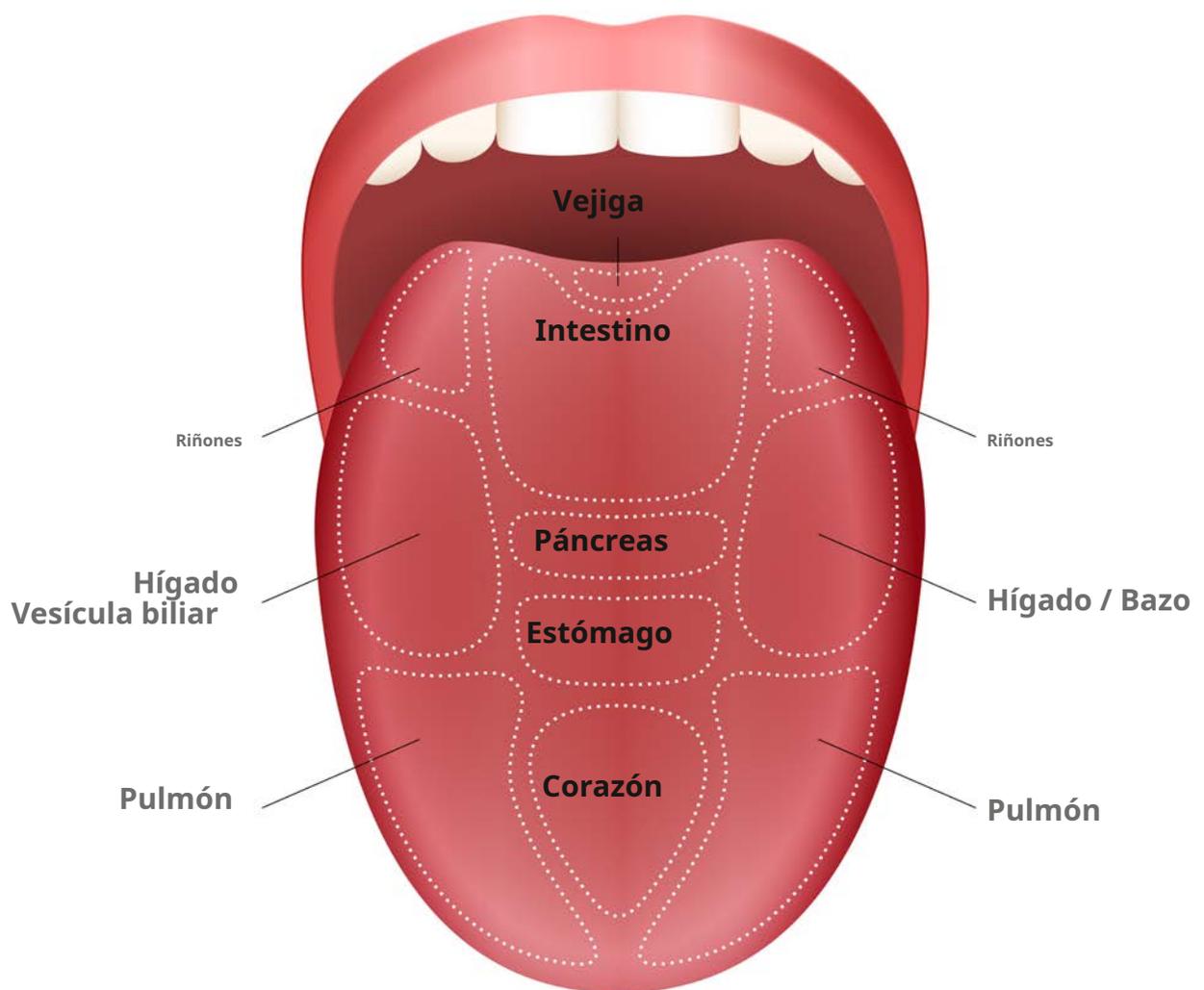
Hígado



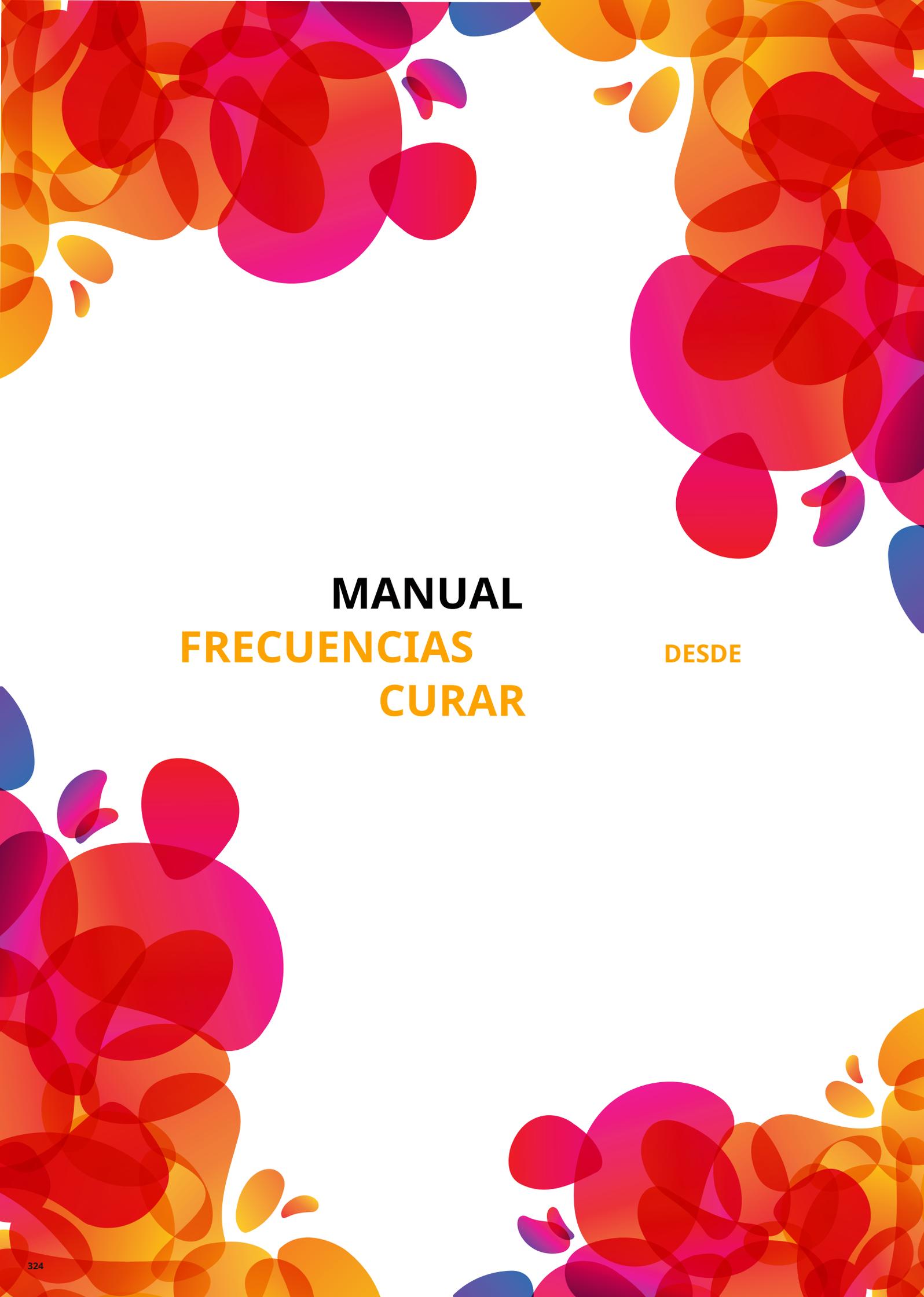
Pulmones



Intestino grueso







MANUAL
FRECUENCIAS
CURAR

DESDE

El estado espiritual elevado que tanto busca la gente sólo es posible a través de la experiencia de su propia conciencia (el Ser). Si vivimos en un estado espiritual poco sofisticado y carecemos de un contexto para comprender la verdadera conciencia, creemos ingenuamente que ésta se crea a partir de algo externo a nosotros (como un gurú, la música, las drogas, las experiencias sexuales trascendentales, etc.). Pero lo que realmente ocurre es que estas circunstancias especiales sólo sirven como catalizadores para experimentar la propia realidad interior.

La mayoría de las personas viven tan disociadas de sus estados de conciencia pura que no los reconocen cuando los experimentan, porque se identifican con sus estados inferiores del ego.

Una autoimagen negativa opaca el brillo alegre presente en la verdadera esencia de tu identidad, haciendo difícil reconocerla. Facilitar el acceso a ese estado gozoso, pacífico y gratificante, la propia esencia interior, ha sido el principio básico de todo gran maestro espiritual (tomando como base, por ejemplo, la idea de que "el reino de Dios está dentro de ti").

Una frecuencia elevada es cualquier estado de conciencia por encima del nivel habitual de conciencia. Entonces, para una persona que vive en sintonía con el miedo, pasar al coraje es una evolución. Para las personas que viven en una apatía desesperada, la ira es una elevación de frecuencia.

Cada nivel de conciencia tiene una frecuencia de sanación (medida en Hz), además de despertar una emoción, una visión de vida, una visión de Dios y un proceso. En esta lógica, el miedo tiene una frecuencia más alta que la desesperación, mientras que el orgullo tiene una frecuencia más alta que el miedo. La aceptación es mucho más cómoda que el coraje; y el amor hace que cualquier estado inferior parezca poco atractivo. Aunque la alegría supera todas las emociones humanas menores, el éxtasis es una emoción que rara vez se siente. La experiencia más sublime de todas es el estado de paz infinita, tan profunda que desmiente todo intento de descripción.

Cuanto más alto sea el nivel de estos estados, mayor será su poder para reprogramar toda la vida del sujeto. Sólo unos pocos momentos en un estado de alta frecuencia pueden cambiar por completo la orientación de una persona hacia la vida, así como sus objetivos y valores. Se puede decir que una nueva persona nace de la experiencia. Éste es el mecanismo de la evolución espiritual, lograda con dificultad y dedicación.

De esta manera, se comprueba que todo en nuestra vida está relacionado con nuestros estados mentales y lo que cultivamos internamente en nuestras relaciones íntimas con nosotros mismos. La realidad se convierte en un simple reflejo de estos estados emocionales que se propagan en forma de frecuencia al mundo.

Estos son los estados de conciencia que materializan procesos, oportunidades, experiencias. Lo que cultivas se convierte en parte de tu realidad.

Éste es el verdadero poder de las frecuencias y las terapias holísticas. Cualquier trabajo "holístico" implica propagar directa o indirectamente lo que cultivas internamente.

El Reiki, por ejemplo, no es más que un "desbordamiento energético" de emociones e intenciones positivas que se transmitirán a tu paciente y a tus allegados.

En nuestra metodología de enseñanza creemos que ser terapeuta va mucho más allá del momento de la atención. Ser terapeuta significa ser consciente de que siempre existe una oportunidad de ayudar a los demás y contagiar buena energía a todos los que te rodean.

Es tener responsabilidad emocional y energética. Date cuenta que todo lo que cultivas, piensas y mantienes en tu mente, afecta directamente la vida de otras personas. Incluso aunque no lo verbalices, tus pensamientos se propagan.
- si, al tocar personas, situaciones y lugares cercanos y lejanos a ti.

Por esta razón es fundamental que incorpores a tu vida los conocimientos que te brinda la siguiente tabla.

Fue desarrollado exclusivamente para que cada persona pueda comprender las emociones que lleva consigo, sus efectos, procesos, emociones y, principalmente, el nivel de conciencia que se genera en cada circunstancia.

Como terapeuta y participante en **#Movimiento Holístico**, Siempre debes buscar elevar tu conciencia, permitiendo que sólo emociones y frecuencias elevadas estén en tu mente.

Mientras mantengas energías de bajo nivel, los procesos negativos que experimentas continuarán repitiéndose e incluso expandiéndose.

Cambiar tu vida no es difícil, sólo necesitas cambiar los patrones mentales y las emociones que permites que vivan dentro de ti. Lo difícil es ser consciente de estas emociones y poder guiar eternamente tu mente hacia frecuencias y emociones más elevadas.

Es como un ejercicio para que puedas desarrollar cualquier cosa en tu vida, necesitas ejercitarte, trabajar y dedicarte constantemente.

Nível de Consciência	Frequência (Hz) - Log		Emoção	Visão de Vida	Visão de Deus	Processo
Iluminação	700-1000	↑	Indescritível	Eu sou	Eu	Plena Consciência
Paz	600	↑	Felicidade	Perfeito	Onipresença	Iluminação
Alegria	540	↑	Serenidade	Completo	Unidade	Transmutação
Amor	500	↑	Reverência	Benigno	Amoroso	Revelação
Razão	400	↑	Compreensão	Significativo	Sábio	Abstração
Aceitação	350	↑	Perdão	Harmonioso	Misericordioso	Transcendência
Boa vontade	310	↑	Otimista	Esperançoso	Inspirador	Intenção
Neutralidade	250	↑	Verdadeiro	Satisfatório	Autorizador	Libertação
Coragem	200	↓↑	Afirmção	Possível	Permissor	Empoderamento
Orgulho	175	↓	Desprezo	Exigente	Indiferente	Inflação
Riva	150	↓	Ódio	Antagônico	Rancoroso	Agressão
Desejo	125	↓	Desejo	Desapontador	Negador	Escravidização
Medo	100	↓	Ansiedade	Assustador	Punitivo	Evazão
Tristeza	75	↓	Arrependimento	Trágico	Desrespeitador	Desânimo
Apatia	50	↓	Desespero	Desesperançoso	Condenador	Abdicação
Culpa	30	↓	Ofensa	Infortuno	Vingativo	Destruição
Vergonha	20	↓	Humilhação	Miserável	Desprezador	Eliminação

La gráfica anterior muestra los niveles de conciencia y los procesos que cada uno de ellos promueve en nuestras vidas. En otras palabras, dependiendo de la emoción que mantengamos y cultivemos en nuestra mente diariamente, desarrollamos un “nivel de conciencia” que desencadena un proceso energético en nuestras vidas.

Por lo tanto, si estás experimentando procesos destructivos, problemas o cosas negativas en general, es posiblemente porque simplemente estás cultivando y permitiendo energías negativas en tu mente.

Todos los resultados, buenos o malos, que se desarrollan en nuestra vida se pueden entender a través de la tabla anterior.

En el momento en que seas capaz de cultivar sólo amor, empatía y entusiasmo en tu mente, a través de las terapias holísticas y diversas técnicas que enseña IBRATH, todas las áreas de tu vida se transformarán.

Toma más conciencia de tus pensamientos, comprende los procesos y caminos que se desarrollan en tu vida. Las “frecuencias curativas” no son más que comprender el poder de nuestra mente.

Se trata de comprender el verdadero poder de nuestros pensamientos, incluso aquellos que nunca verbalizamos ni decimos a nadie. Todo cuenta, incluso lo omitido o disfrazado, todo resentimiento, todo dolor, trauma y pensamientos negativos.

Todos los pensamientos afectan directamente a nuestra vida, incluso aunque estén guardados bajo llave dentro de nosotros.

Incluso aunque las personas no tengan una "sensibilidad" desarrollada, captan indirecta e inconscientemente todas estas influencias que propagamos.

Las "frecuencias curativas" también nos ayudan a comprender que somos responsables de todo lo que sucede en nuestras vidas.

Por esta razón es fundamental que todo ser humano estudie y aprenda sobre las terapias holísticas. Ya que cuenta con una serie de herramientas, técnicas y conocimientos capaces de ayudar en la gestión de las emociones internas y, principalmente, en el desarrollo de estados superiores de conciencia.

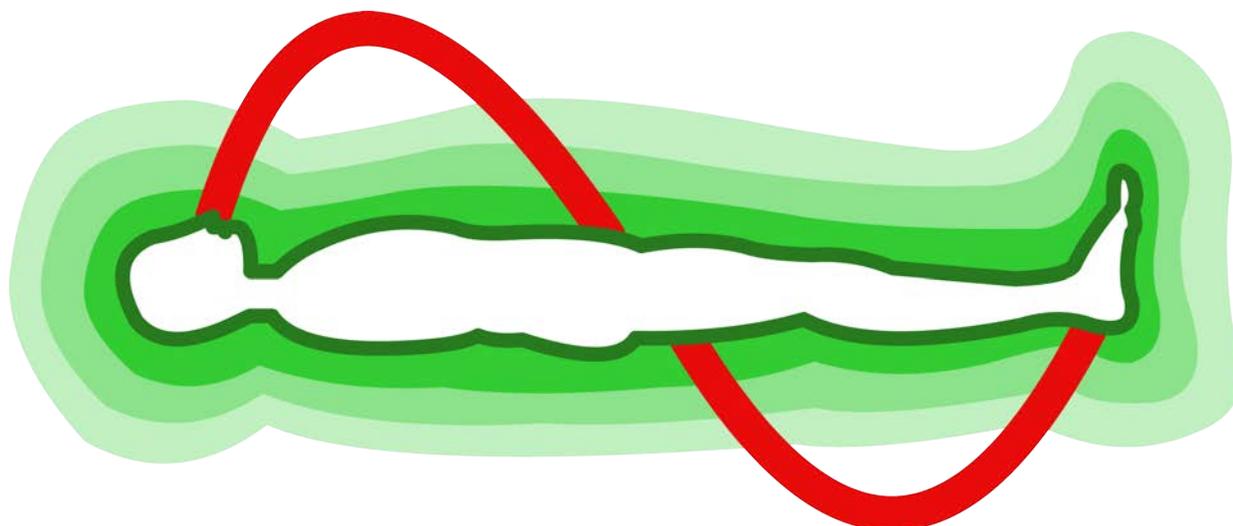
A través de terapias holísticas, podemos comprender nuestra mente y guiar más fácilmente nuestras emociones y pensamientos.

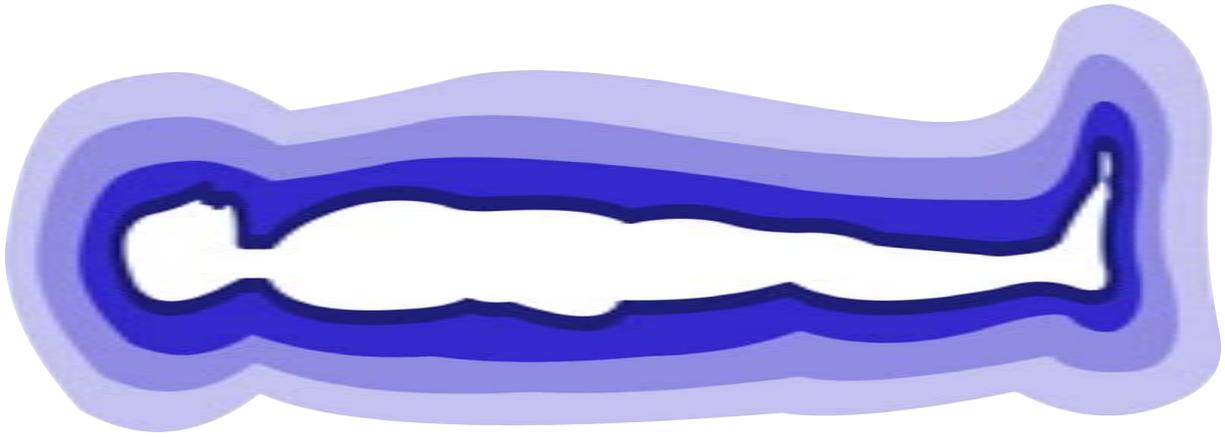
En IBRATH recomendamos encarecidamente que lleve esta tabla y todo el conocimiento de este manual a su vida y al tratamiento de sus pacientes.

La mesa tiene un gran poder como herramienta de curación personal.

Recuerda que un buen terapeuta ¡tiene que estar bien! La atención holística no es más que un intercambio energético entre un terapeuta cargado de energías curativas, energías positivas y estados elevados de conciencia, para personas que se encuentran en estados y ciclos negativos.

¡Rebosa de amor, alegría y buena energía donde quiera que estés!





Se trata de comprender el verdadero poder de nuestros pensamientos, incluso aquellos que nunca verbalizamos ni decimos a nadie. Todo cuenta, incluso lo omitido o disfrazado, todo resentimiento, todo dolor, trauma y pensamientos negativos.

Todos los pensamientos afectan directamente a nuestra vida, incluso aunque estén guardados bajo llave dentro de nosotros.

Incluso aunque las personas no tengan una “sensibilidad” desarrollada, captan indirecta e inconscientemente todas estas influencias que propagamos.

Las “frecuencias curativas” también nos ayudan a comprender que somos responsables de todo lo que sucede en nuestras vidas.

Por esta razón es fundamental que todo ser humano estudie y aprenda sobre las terapias holísticas. Ya que cuenta con una serie de herramientas, técnicas y conocimientos capaces de ayudar en la gestión de las emociones internas y, principalmente, en el desarrollo de estados superiores de conciencia.

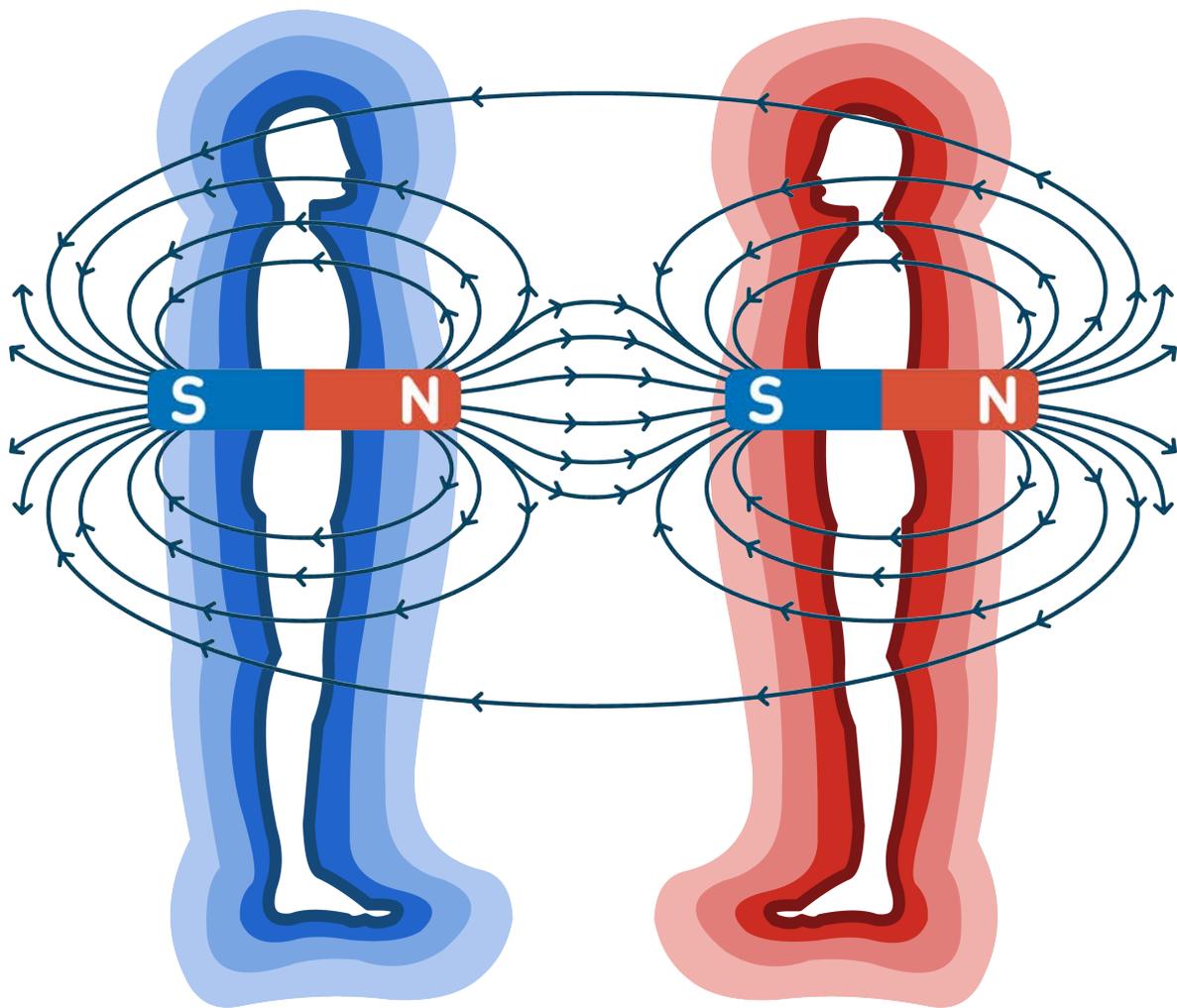
A través de terapias holísticas, podemos comprender nuestra mente y guiar más fácilmente nuestras emociones y pensamientos.

En IBRATH recomendamos encarecidamente que lleve esta tabla y todo el conocimiento de este manual a su vida y al tratamiento de sus pacientes.

La mesa tiene un gran poder como herramienta de curación personal.

Recuerda que un buen terapeuta ¡tiene que estar bien! La atención holística no es más que un intercambio energético entre un terapeuta cargado de energías curativas, energías positivas y estados elevados de conciencia, para personas que se encuentran en estados y ciclos negativos.

¡Rebosa de amor, alegría y buena energía donde quiera que estés!

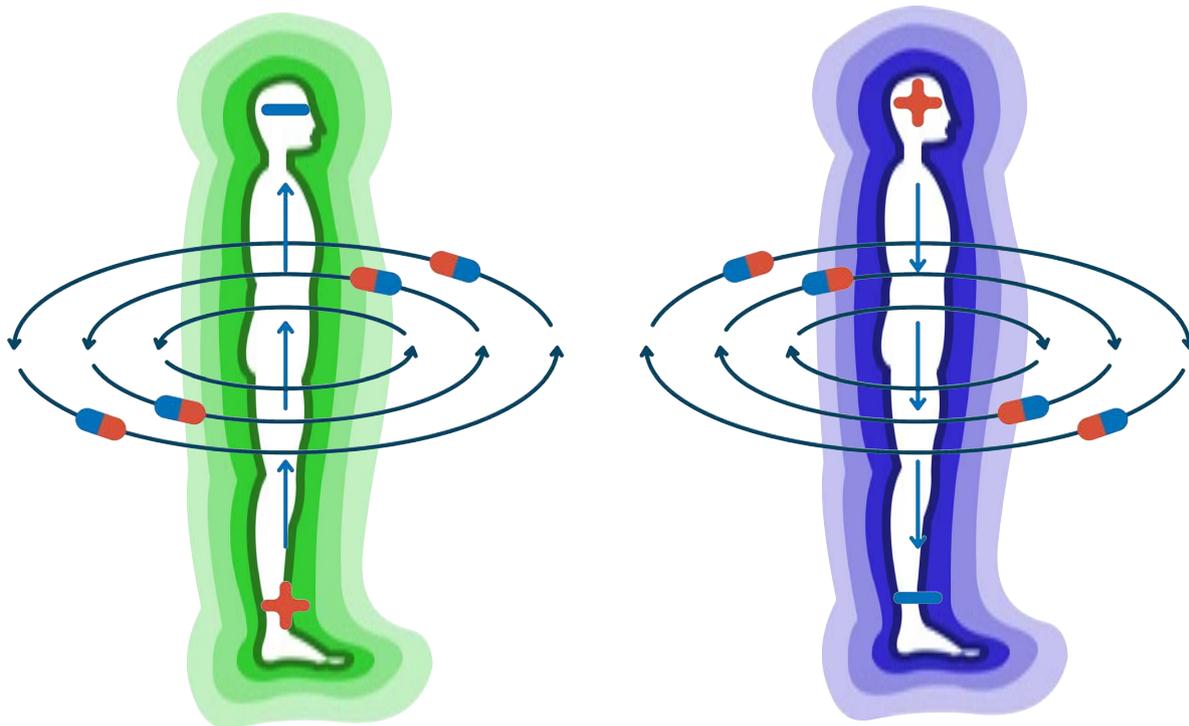


Como ya has visto en el capítulo sobre “cuerpos sutiles”, tenemos un campo de energía que está a nuestro alrededor en todo momento, atrayendo y repeliendo personas, energías, oportunidades, frecuencias y experiencias a nuestras vidas.

El ejemplo anterior demuestra cómo ocurre este proceso. Dependiendo de tu nivel de consciencia y la emoción que cultives (según la tabla), automáticamente generas un campo magnético con una polaridad resonante con la emoción generada. Esta emoción envía una señal que se propaga por todo el universo, buscando señales “resonantes”, que son atraídas sin importar la distancia.

Estos signos atraídos no son más que energías similares que se complementan negativa o positivamente. Es como si fueras un imán gigantesco capaz de atraer todo lo que cultivas en tu mente.

Nota: Esta atracción no se limita a personas, sino también a oportunidades, lugares, experiencias y logros... No es más que la pura ley de atracción.



Estos campos de energía giran a nuestro alrededor en todas direcciones de arriba a abajo y horizontalmente, generando el conocido cuerpo sutil a nuestro alrededor.

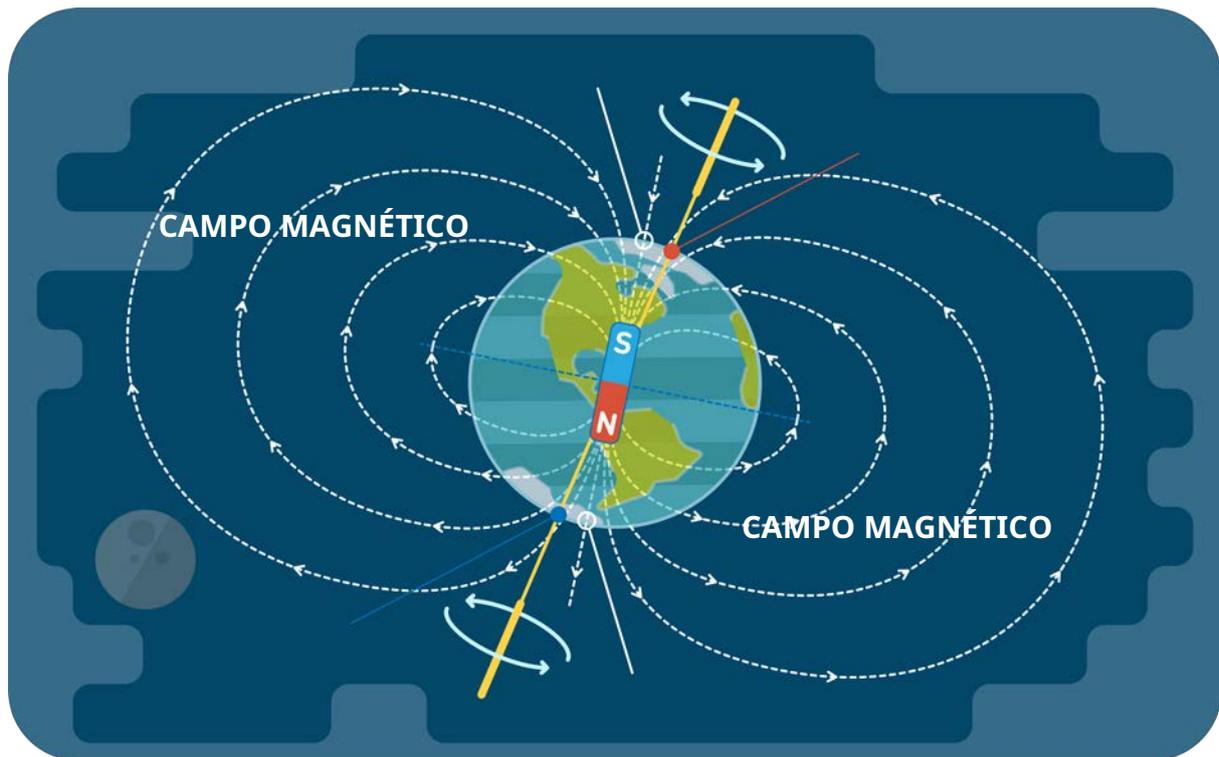
La polaridad y dirección de rotación que se muestran en las imágenes de arriba son simplemente una ilustración. Este tipo de movimiento es algo completamente individual para cada persona. La única manera de “descubrir” estos movimientos en detalle es a través del autoconocimiento y el estudio continuo de las Terapias Holísticas.

Otro punto importante sobre estos campos magnéticos es su capacidad de sinergizarse con otros campos.

Ej: Una persona que naturalmente tiene una rotación horizontal de su campo magnético en sentido antihorario tendrá automáticamente una gran afinidad con personas que tienen una rotación magnética en el sentido de las agujas del reloj. Esto ocurre porque toda la creación está siempre en búsqueda de lo completo, de lo parecido y de lo que “falta”.

Es como si fuera el ajuste perfecto, esto también ocurre en situaciones como trabajos, profesiones, misiones de vida, hábitos, tareas, pensamientos, etc.

Recuerda, todo produce una frecuencia, cada pensamiento es una energía que se propaga y afecta a todo lo que le rodea. Por esta razón, es esencial que tomes responsabilidad emocional y energética por lo que cultivas internamente.



Además de los humanos, los animales y la Tierra también tienen sus propios campos magnéticos, que realizan las mismas funciones que los campos magnéticos humanos.

En el caso de la Tierra, el campo magnético es el encargado de proteger a la Tierra frente a los asteroides, la radiación solar y principalmente debido a estos campos, la Luna está perfectamente alineada con la Tierra. Por esta razón también podemos utilizar una brújula para situarnos siempre en cualquier lugar de la Tierra.

Este conocimiento nos permite comprender cómo estamos integrados en sistemas y subsistemas que trabajan juntos para la existencia de la vida. En este sistema nada funciona de forma aislada.

Todo tiene una razón de ser, todo se atrae y se repele y se comunica a través de frecuencias y campos de energía que son creados por pensamientos, intuiciones y patrones mentales.

Por eso, a partir de hoy, debes tomar responsabilidad emocional de tus pensamientos, acciones y sentimientos... Ya que todo lo que cultivas se propaga al universo, afectando a todos positiva o negativamente.

¡Eres responsable de la realidad que creas! Todo lo bueno o malo que se va materializando en tu vida, por más difícil que sea aceptarlo, tú eres energéticamente responsable de todo ello.

¡Cambia tu frecuencia y cambia tu vida!

MESAS

EMOCIONES

Para simplificar aún más el aprendizaje sobre las emociones y las frecuencias curativas, enseñaremos sobre la jerarquía de las emociones.

Esta metodología fue creada y desarrollada por IBRATH y tiene como objetivo facilitar la comprensión de la construcción mental de las emociones.

Por ejemplo, la emoción del amor. El amor puede generar empatía, afecto, encanto, pasión... En otras palabras, una sola emoción primaria puede generar innumerables emociones secundarias.

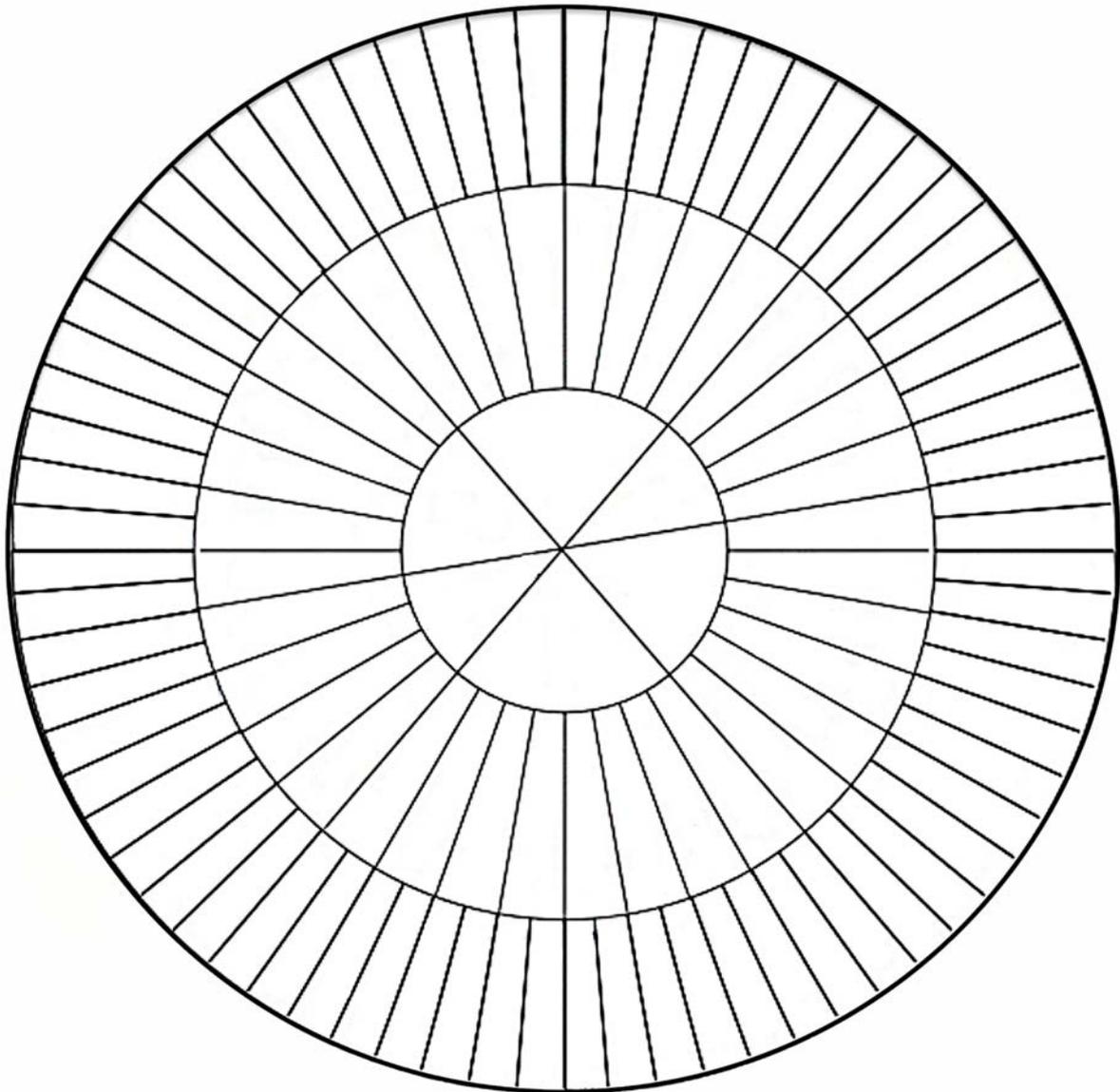
Esta comprensión ayuda al terapeuta a establecer más fácilmente estados mentales positivos, ya que no necesita buscar específicamente generar una emoción, sino una emoción primaria.

Recuerde que las emociones se construyen y pueden variar de persona a persona. Para algunos, el amor puede ser una emoción primaria, ya que conlleva una alta carga emocional y significativa. Para otros, la empatía o el perdón pueden ser emociones primarias por las mismas razones.

Las emociones primarias se desencadenan por palabras que tienen un gran valor y significado para nosotros o nuestros pacientes. A través del conocimiento de esta estructura podemos conectar más fácilmente con nosotros mismos y con nuestros pacientes.

Una vez que eres capaz de alinear tu discurso con los significados individuales de cada persona, este simple conocimiento es una técnica que abre puertas y profundiza conversaciones, terapias y momentos de compartir, además de simplificar la propagación y el establecimiento de energía emocional para el terapeuta. Por lo tanto, no es necesario necesariamente generar emociones específicas para cada paciente y servicio. Simplemente comprende sus estructuras y genera la emoción primaria que contenga todas las emociones secundarias que desees.

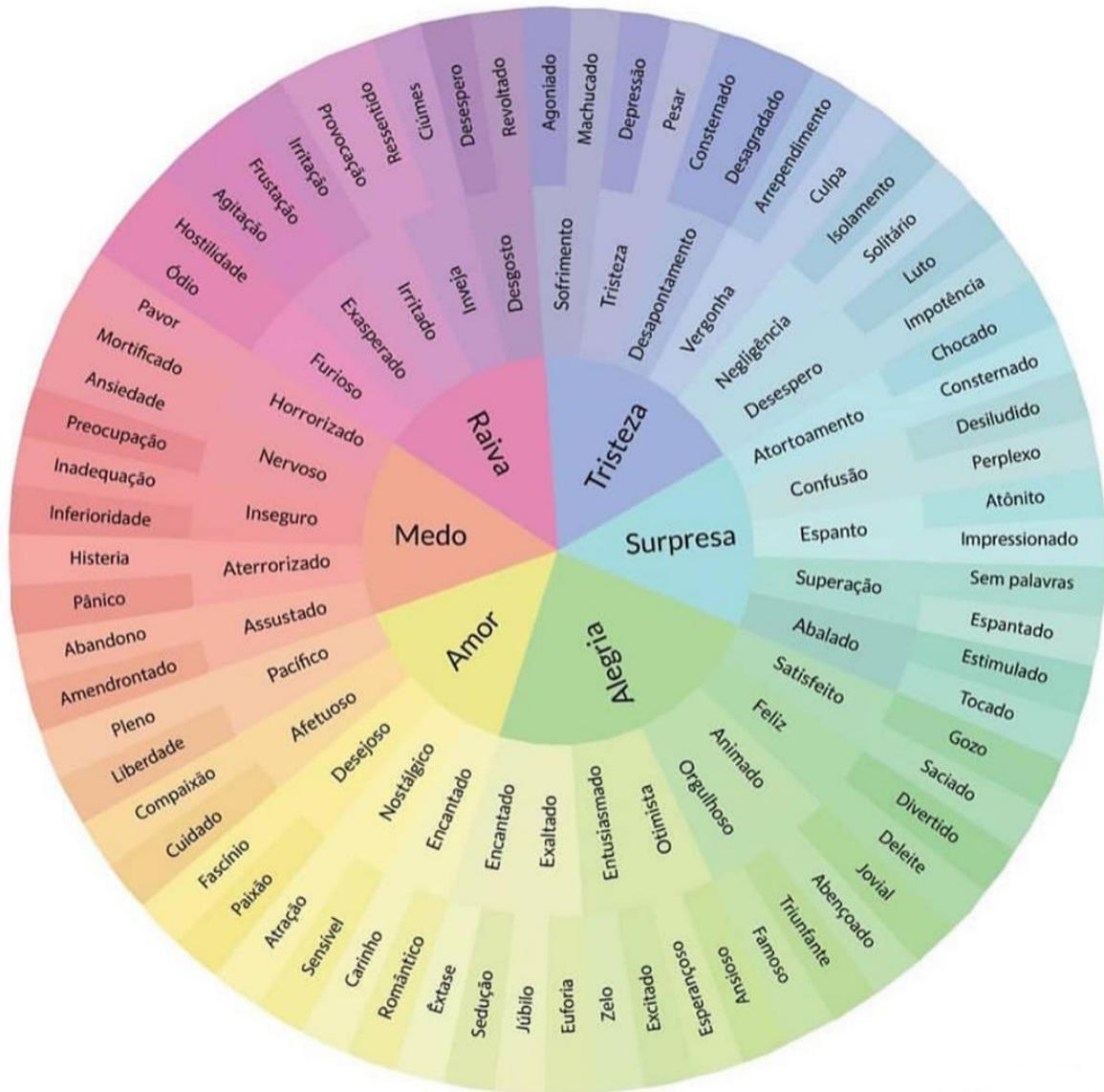
Consejo: Intente siempre simplificar y simplificar los procesos. Los verdaderos resultados surgen de la simplicidad, no de la complejidad. Cuanto más claro, directo y sencillo sea su servicio, más profundos e impactantes serán sus resultados.



Como terapeuta holístico, debes desarrollar tu propio mandala siguiendo la idea del cuadro de emociones. Como tarea y ejercicio diario, se recomienda que completes el cuadro anterior con tus emociones primarias en el centro y tus emociones secundarias y terciarias en secuencia.

Es posible llenarlo sólo con emociones positivas o de forma mixta: 50% positivas y 50% negativas.

La función principal de este ejercicio es ampliar la conciencia de cómo se desarrollan las emociones en nuestra mente, simplificando todo el proceso de armonización y propagación energética. A través de la práctica, se hace más fácil comprender que no necesitamos gastar energía innecesaria tratando de armonizar una emoción muy específica, sólo necesitamos armonizar una emoción primaria y todas las demás emociones se equilibrarán automáticamente.



Recuerda que la rueda de la jerarquía de emociones que traemos como ejemplo es sólo una sugerencia para que puedas crear la tuya propia, con las emociones y colores que desees.

Es un recurso que nos revela nuestros mapas mentales, las emociones a las que damos más o menos valor y principalmente la estructura emocional que tenemos.

Es una excelente herramienta para ayudar a sus pacientes a comprender cómo se superponen las emociones, aclarando preguntas sobre las causas detrás de las emociones que sienten en un momento determinado de sus vidas.

Tenga siempre presente: cada persona tiene una jerarquía única de emociones.

TABLAS DE PROCESO EMOCIONAL

Además de las emociones, con sus niveles muy específicos de frecuencia, consciencia y jerarquía, también tenemos los procesos que estas emociones pueden generar en nuestras vidas.

Los procesos emocionales pueden ser diversos y operar en polaridades: positivo y negativo, control y descontrol, activo y pasivo, conductivo y obstructivo.

Dependiendo de lo que mantenemos dentro de nosotros, podemos generar y propagar los más variados procesos, que generan experiencias e instigan determinadas reacciones en las personas y en el mundo.

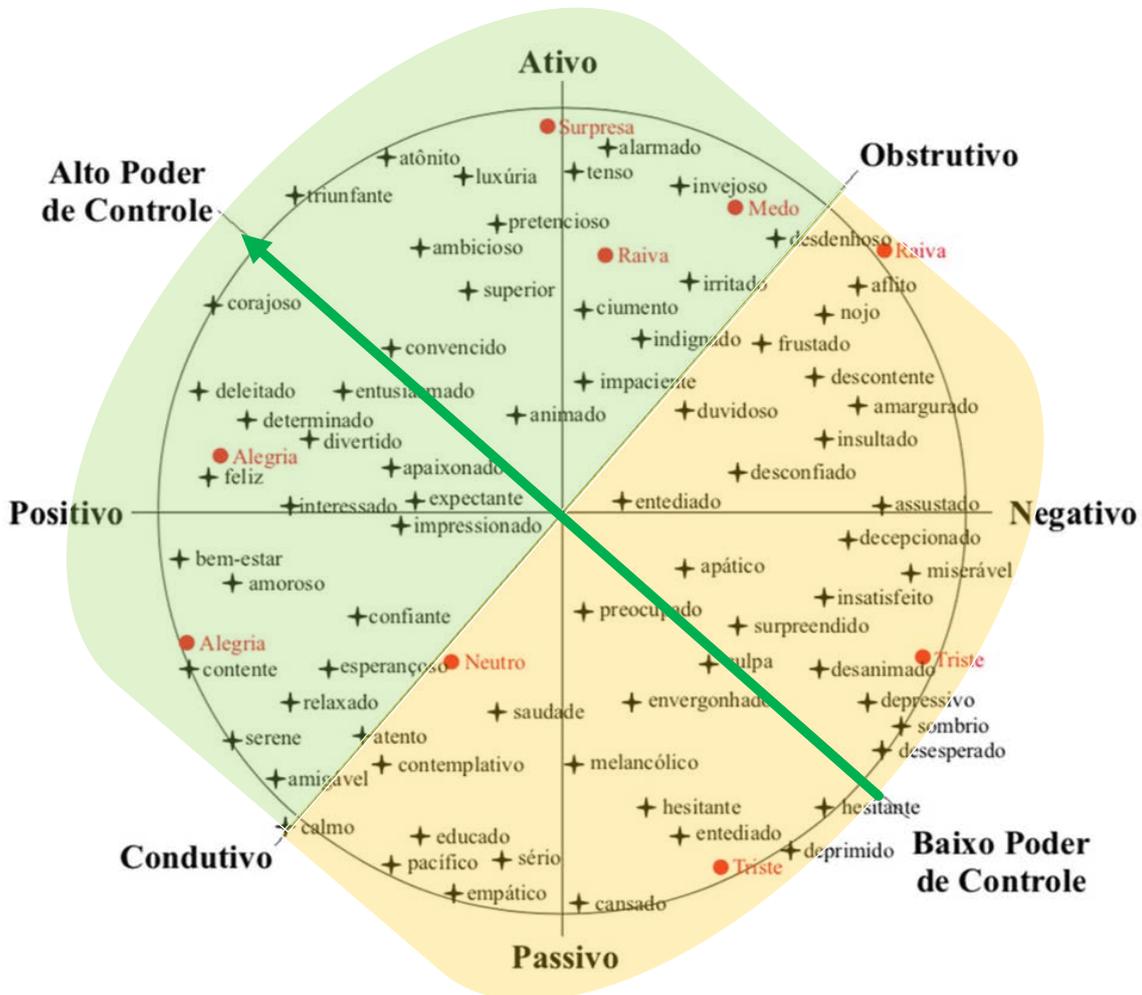
Por ejemplo, el coraje es una emoción que se puede clasificar por sus características, a saber: positiva, activa y con alto poder de control. Esto quiere decir que una persona que cultiva este tipo de energía produce estados y situaciones positivas, proactivas en su vida, sobre las que es capaz de tener un gran poder de control.

Dentro de esta misma estructura, cada emoción tendrá su propia composición y su propio proceso, que puede ser o bien algo que construye y expande, o bien algo que limita y destruye.

Los procesos mentales pueden entenderse como las estructuras a través de las cuales el individuo toma sus decisiones, y también la forma en que ve la vida y las situaciones que le rodean. De esta manera, dependiendo del proceso emocional del individuo, la vida puede ser vista y experimentada de manera positiva o negativa.

En este caso, el trabajo del Terapeuta IBRATH es identificar estos procesos emocionales del cliente para poder seleccionar la terapia, técnica e indicación correcta para cada proceso emocional identificado.

PRESENTADO CONTROL DE PODER



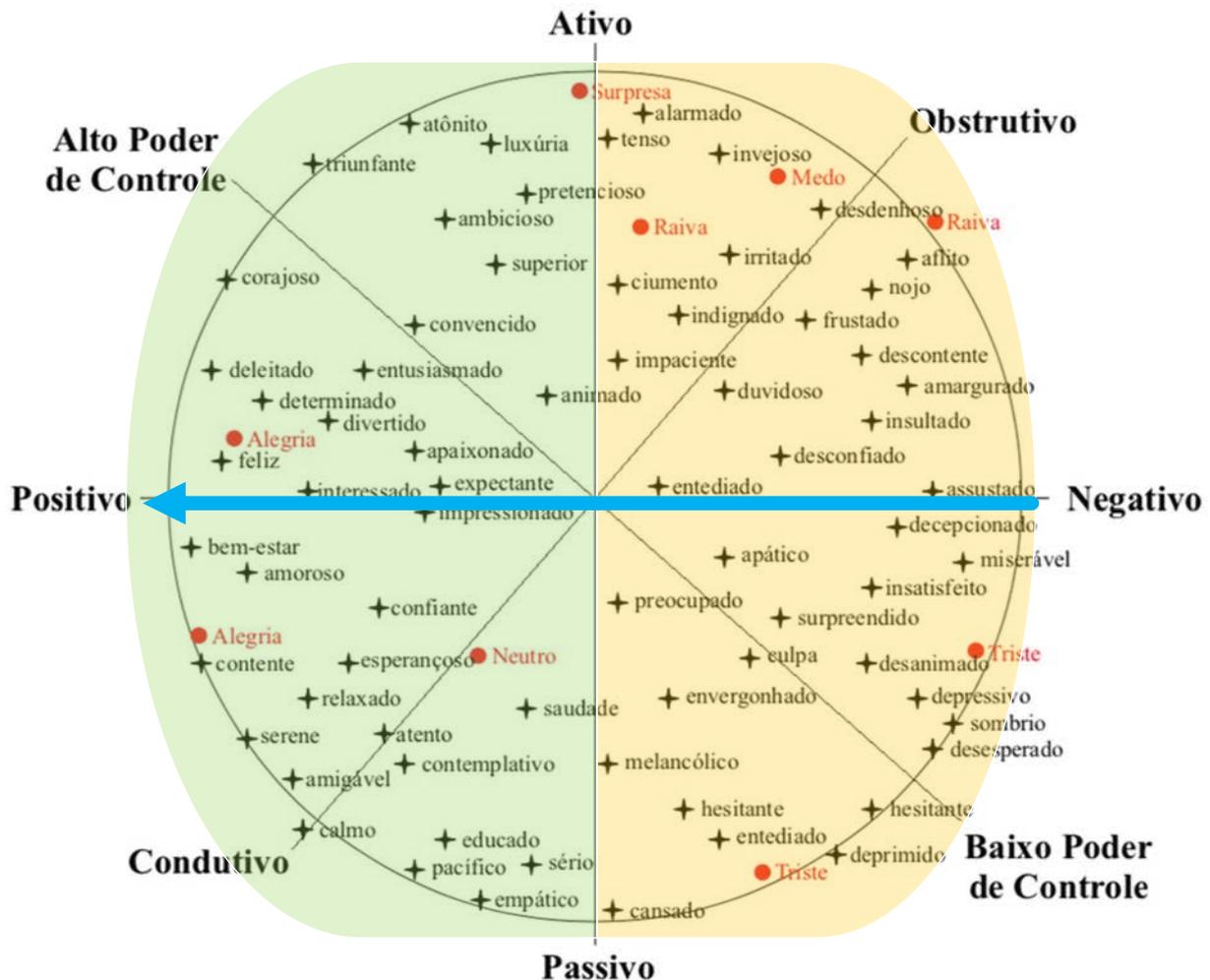
Esta tabla se utiliza para evaluar el nivel de control emocional que usted o su paciente tiene.

En la zona verde, las emociones se propagan y desarrollan un alto poder de control emocional y de control sobre la vida. La parte amarilla son emociones que instigan y promueven un bajo poder de control.

En ambos casos, el "control" puede entenderse como la capacidad de guiar la vida en una dirección positiva, próspera, armoniosa y acorde con los buenos principios.

Recordemos que nunca tenemos el "control" total sobre la vida y las situaciones, sólo a través del desarrollo nos volvemos capaces de orientar nuestras emociones y acciones hacia procesos positivos, que construirán nuestra vida y la de todos los que nos rodean.

PRESENTADO NEGATIVO EXPOSITIVO



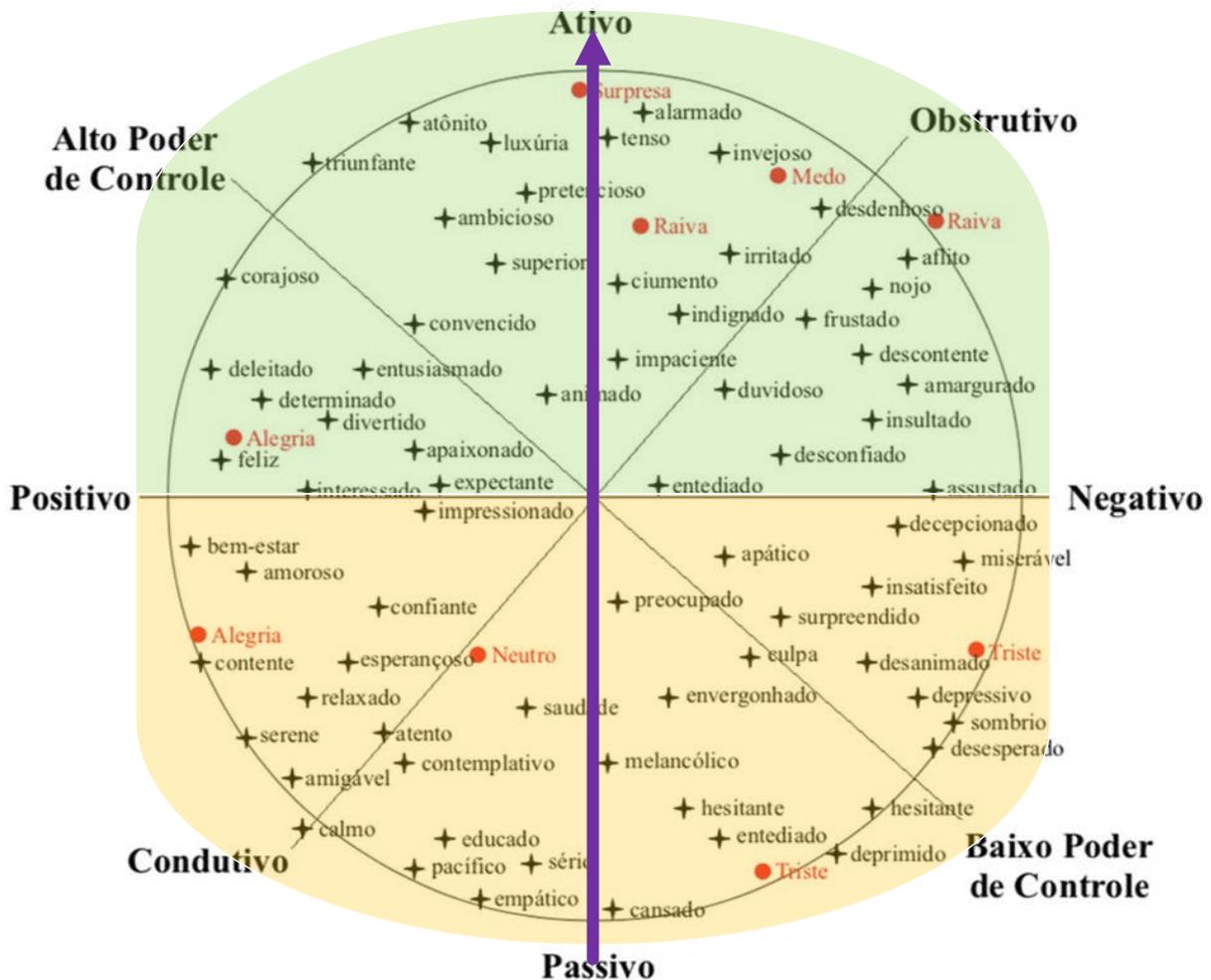
La tabla sirve para indicar los procesos emocionales y energéticos positivos y negativos que se despliegan a partir de determinadas emociones.

En el área verde, se encuentran las emociones que buscan desarrollar procesos y ciclos positivos que nutran, expandan y generen el bienestar general del individuo. Las emociones ubicadas en el lado amarillo apuntan a la destrucción, el estancamiento y la ilusión emocional.

El terapeuta debe ser capaz de identificar su ubicación en el cuadro, para poder elegir los procedimientos adecuados para regularlo y dirigirlo hacia el lado positivo.

El objetivo es siempre que se puedan desarrollar procesos positivos tanto en la vida del terapeuta como en la del paciente.

PRESENTADO ACTIVOS x PASIVOS



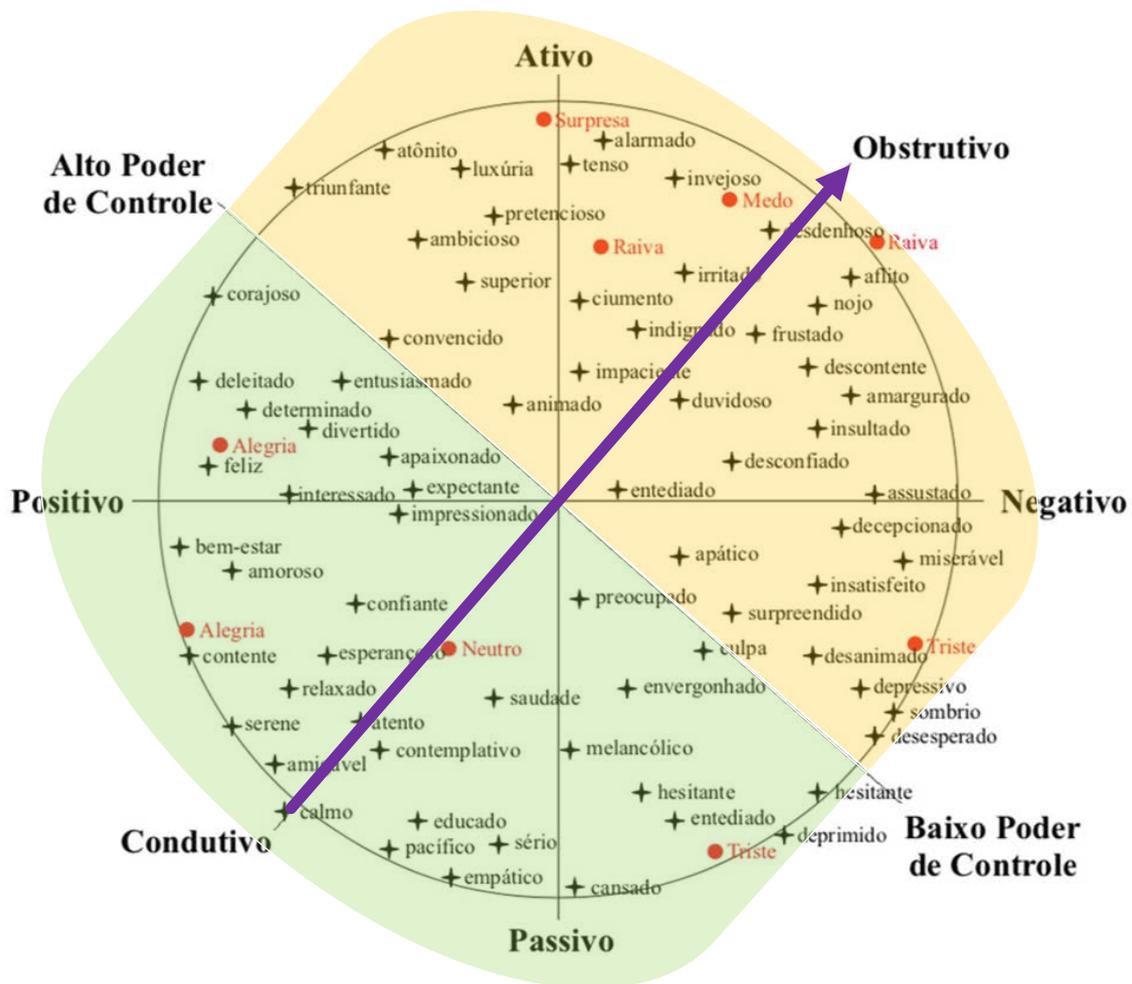
La tabla de activos vs. pasivos sirve para evaluar el nivel de proactividad del individuo, indicando qué acciones y posibles emociones impiden el flujo natural de la vida.

En el lado verde de la carta, tenemos las emociones que promueven la acción, la actividad, la construcción y el movimiento de energías. En el lado amarillo tenemos emociones neutrales de estancamiento, procrastinación y limitación.

Tenga en cuenta que una intención puede ser "activa", pero no necesariamente positiva o altamente controlable. Así como una intención pasiva puede ser altamente positiva, no puede tener tanto poder de control como las emociones activas.

Por eso, siempre debemos analizar exactamente qué estamos buscando y qué tipo de emoción y proceso está necesitando usted o su paciente.

PRESENTADO CONDUCTIVO X OBSTRUCTIVO



En esta imagen podemos evaluar la calidad del proceso. Ya sea fluido (conductor) o limitado/bloqueado (obstructivo).

A diferencia del pasivo y el activo, este gráfico tiene como objetivo informar al terapeuta sobre los procesos y el flujo de la emoción, ya que son medidas inversamente proporcionales. Si una emoción es conductora, necesariamente tendrá una característica más pasiva. Esto ocurre porque la pasividad es más fluida en el sentido de "dejarse llevar" por influencias externas.

Las emociones obstructivas suelen ser más activas, ya que la toma de decisiones proviene estrictamente del individuo, quien tiene el control para generar los resultados deseados.

En este gráfico no hay un lado "mejor o peor", sólo procesos en los que ambos lados son esenciales para el desarrollo humano.

MANUAL DEPRESIÓN

PRINCIPAL CARACTERÍSTICAS

La depresión se caracteriza por sentimientos de tristeza, desánimo, pesimismo y una pérdida general de interés en la vida, combinados con una sensación de malestar físico e incapacidad generalizada. Las personas deprimidas generalmente tienen una visión negativa de sí mismas, de su entorno y del futuro.

tecolaminérgicos (noradrenérgico y dopaminérgico) glutamatérgico y serotoninérgico (5-hidroxitriptamínico). La desregulación neuroendocrina puede ser un factor, con especial énfasis en tres ejes: hipotálamo-hipófisis-suprarrenal, hipotálamo-hormona del crecimiento pituitaria-tiroidea e hipotálamo-pituitaria.

También parecen estar implicados factores psicosociales. Los principales factores estresantes de la vida, especialmente las separaciones y las pérdidas, suelen preceder a los episodios de depresión mayor; Sin embargo, estos acontecimientos no suelen provocar una depresión grave y duradera, salvo en personas predispuestas a sufrir un trastorno del estado de ánimo.

PROCESO DEPRESIVO

Se desconoce la causa exacta de los trastornos depresivos, pero contribuyen factores genéticos y ambientales.

La herencia explica aproximadamente la mitad de las causas (menos en la depresión de aparición tardía). Así, la depresión es más común entre los familiares de primer grado de pacientes deprimidos y la concordancia entre gemelos idénticos es alta. Además, es probable que los factores genéticos influyan en el desarrollo de respuestas depresivas ante eventos adversos.

Las personas que han tenido un episodio de depresión mayor tienen un mayor riesgo de sufrir episodios posteriores. Las personas menos resilientes y/o con tendencias ansiosas pueden tener más probabilidades de desarrollar un trastorno depresivo. A menudo, estas personas no han desarrollado las habilidades sociales necesarias para adaptarse a las presiones de la vida. La presencia de otros trastornos mentales aumenta el riesgo de padecer trastorno depresivo mayor.

Otras teorías se centran en los cambios en los niveles de neurotransmisores, como la desregulación de los neurotransmisores colinérgicos,

MANUAL ANSIEDAD

PRINCIPAL CARACTERÍSTICAS

1. Sentimiento de angustia o desesperación;
2. Miedo exagerado;
3. Asfixia;
4. Taquicardia;
5. Temblores;
6. Palpitaciones fuertes;
7. Sensación de ahogamiento;
8. Opresión o malestar en el pecho;
9. Aumento de la temperatura corporal;
10. Sudoración (sudoración excesiva);
11. Sensación de irrealidad;
12. Miedo a perder el control o conocimiento e incluso la muerte.

PROCESO ANSIOSO

No se sabe exactamente por qué una persona puede ser más propensa a sufrir un ataque de ansiedad que otra. El hecho es que pueden intervenir muchos factores, incluso de forma combinada. Veamos a continuación los principales.

Evento traumático

La ansiedad puede estar en nuestros genes y también puede aparecer inesperadamente. Un accidente de tráfico grave, un robo, un terremoto o algún acontecimiento que impacte realmente la estructura psicológica de una persona pueden desencadenar este problema.

Situaciones estresantes generadas por expectativas

¿Sabes qué tienen en común el primer día de trabajo, el matrimonio y esos problemas financieros? Posiblemente ansiedad. Estas situaciones que generan mucha expectativa o malas predicciones pueden alterar nuestro marco emocional normal y provocar que tengamos crisis de esta emoción.

enfermedades físicas

Algunas enfermedades que afectan nuestro cuerpo pueden interferir en nuestra mente, generando ansiedad — como los problemas cardiovasculares (arritmias cardíacas) y las enfermedades hormonales (hipertiroidismo o hiperadrenocorticismos).

Traumas infantiles

A menudo, lo que causa ansiedad son problemas que ocurrieron durante la infancia y generaron algún trauma permanente. Esto depende mucho del hecho, de cuánto afectó a la persona y de la combinación de otros factores, como la genética. Por lo tanto, es esencial que el individuo busque tratar este shock.

Abuso de sustancias

Asimismo, cuando una persona consume de forma recurrente sustancias, como el alcohol, el cigarrillo, algunos medicamentos y, especialmente, drogas ilícitas, debe buscar tratamiento para este problema.

MANUAL INSEGURIDAD

PRINCIPAL CARACTERÍSTICAS

Cada vez más presente en la sociedad actual, las raíces que sustentan el sentimiento de inseguridad aparecen en forma de diversas creencias limitantes.

Así, estas creencias, basadas en nuestras relaciones interpersonales y en el entorno en el que vivimos, nos ponen en un estado emocional de miedo y apatía, provocando que el individuo pierda el placer por las actividades cotidianas.

PROCESO INSEGURIDAD

Generalmente la inseguridad está vinculada a situaciones estresantes presentes en el contexto familiar o en el entorno en el que vive el niño.

Por tanto, una buena conexión que se puede hacer es: la inseguridad está íntimamente conectada con el miedo, por lo que las situaciones que producen esta emoción son potenciales generadoras de inseguridad.

Contexto familiar de la violencia doméstica

En este caso, el niño siente mucho miedo al presenciar las situaciones violentas que ocurren en su hogar, un ambiente en el que supuestamente debería sentirse bien y cómodo.

Esto puede llevarte a internalizar miedos que terminan apareciendo en la vida adulta, ya sea en las relaciones profesionales, sentimentales, etc.

El bullying en el ámbito escolar Aquí se hace más palpable la idea de cómo el miedo puede hacer que una persona se sienta menos segura de sí misma.

El acoso puede llevar a los niños a internalizar el hecho de que no son aceptados por sus características y a creer que son inferiores, incompletos e incapaces.

Al contrario de lo que pueda parecer, las situaciones en las que no hay estrés también pueden generar inseguridad.

Un buen ejemplo de esto es la sobreprotección parental: en esta situación, el niño pasa la mayor parte de su vida libre de estrés y frustración, y siempre hay alguien que lo hace por él.

Entonces, el miedo que existe es el de no poder afrontar tus problemas, de no poder resolverlos tan bien, de fracasar cuando no tienes ayuda.

MANUAL MIEDOS

PRINCIPAL CARACTERÍSTICAS

Muchas situaciones pueden desencadenar esta emoción, desde ver una cucaracha hasta que te apunten con una pistola a la cabeza. El cerebro se activa involuntariamente al ser sometido a tales estímulos estresantes, liberando sustancias que desencadenan el corazón, dificultan la respiración y contraen los músculos. Esta es la conocida reacción de lucha o huida, después de todo, el miedo está asociado con el instinto de supervivencia.

PROCESO MIEDO

El miedo es una emoción completamente natural que surge en muchas situaciones diferentes. Es un mecanismo de protección que nos mantiene vivos. Sin embargo, cuando este miedo evoluciona y comienza a comprometer tu vida diaria y tus relaciones, existe el riesgo de que se convierta en una fobia.

A diferencia del miedo, la fobia es algo extremo. Según una encuesta realizada por ISMA-BR, asociación internacional sin fines de lucro, el 23% de las personas deja de hacer algo en su día a día debido a un nivel excesivo de miedo.

Una fobia es un miedo desproporcionado y exagerado. Hay personas que tienen fobia a los animales, a los objetos o a las situaciones.

Existen varios tipos de fobias, por lo que en estos casos es necesario buscar tratamiento, como terapia, para comprender mejor la situación y cómo trabajar las causas y síntomas.

El miedo puede considerarse una emoción primaria, es decir, a partir de él pueden manifestarse diversos tipos de emociones como:

1. Ansiedad
2. Compulsiones
3. Ansiedad
4. Inseguridades
5. Trastornos obsesivos

©Tabla de contenidos

Esto sucede debido al mecanismo de defensa presente en esta emoción. Cuando una persona tiene "miedo" busca refugio, se esconde, crea contextos mentales que con el tiempo se convierten en verdades.

El miedo suele ser algo que crece y se expande con el tiempo cuando no se trata. De esta manera, un simple miedo puede, con el paso de los años, convertirse en una fobia grave o incluso, en algunos casos más graves, en una depresión o algún trastorno mental.

Por ello es fundamental que el terapeuta identifique esto lo antes posible y sea capaz de tratar este miedo a través de terapias holísticas.

MANUAL ENOJO

PRINCIPAL CARACTERÍSTICAS

La ira es una emoción humana normal y habitualmente saludable. Los problemas surgen cuando se vuelve incontrolable y destructivo, afectando el trabajo, la escuela, las relaciones personales y la calidad de vida en general. La falta de control conduce a un sentimiento de vulnerabilidad ante una emoción impredecible y poderosa.

PROCESO ENOJO

Cuando las personas se enojan, tienden a experimentar una variedad de pensamientos, sentimientos y reacciones físicas. Para algunos, los sentimientos se vuelven tan abrumadores que sienten que están “a punto de explotar”. Es posible que otros no sepan que están muy enojados por una situación, pero se sienten enfermos, culpables o reaccionan exageradamente ante otras situaciones. A continuación se presentan algunas expresiones directas e indirectas de ira.

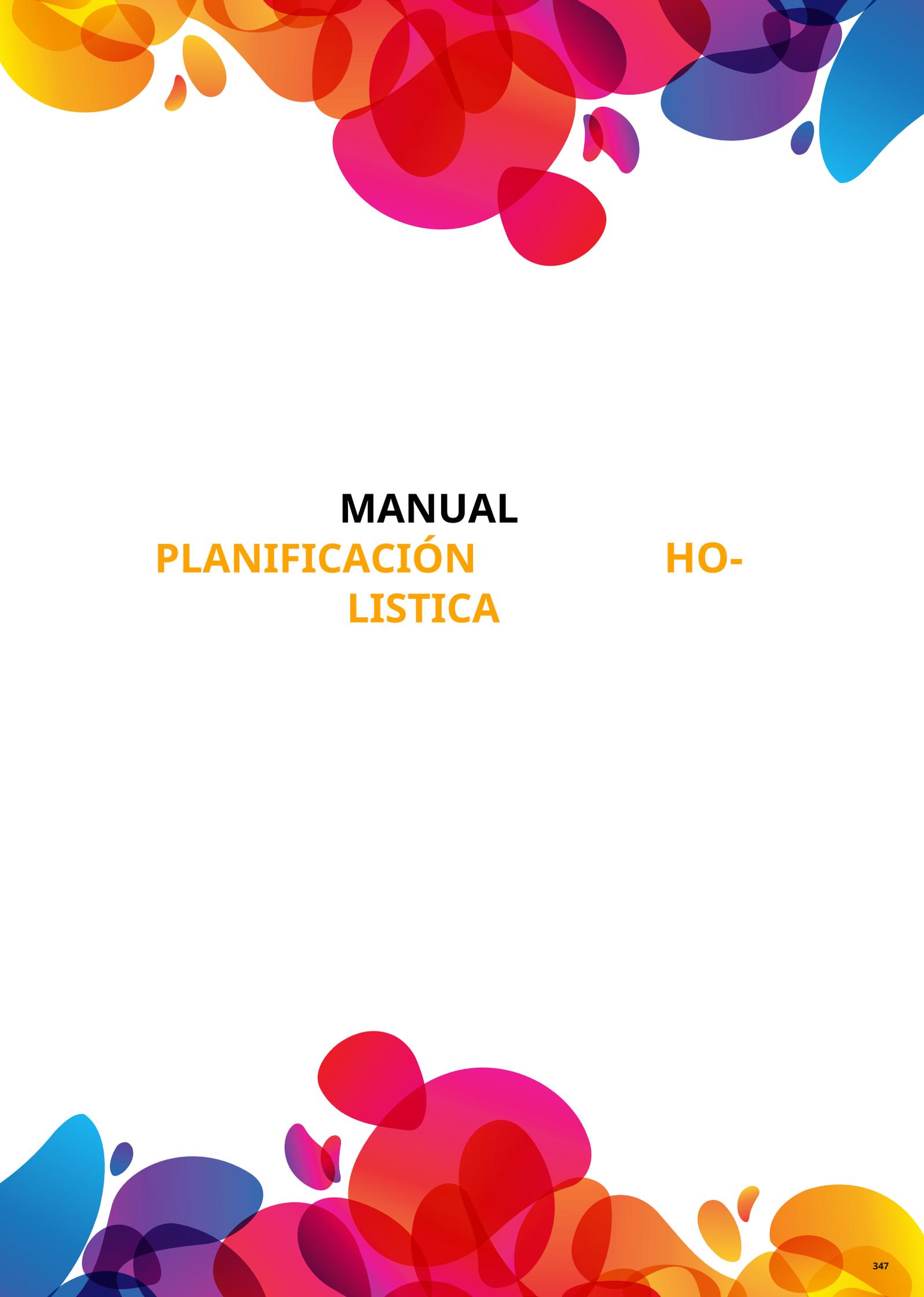
Signos directos: aumento del volumen de la voz, maldiciones, dolores de cabeza, dolores de estómago, opresión en la garganta, aumento del ritmo cardíaco, aumento de la presión arterial, puños apretados, amenazas, violencia, presión,

hostilidad, furia, resentimiento. Signos indirectos: sueño excesivo, fatiga crónica, ansiedad, entumecimiento, depresión, aburrimiento, comer en exceso, pérdida de apetito, llanto, críticas constantes, bromas malas u hostiles, abuso de alcohol o drogas.

Muchas personas experimentan estos signos generales de ira. Saber identificarlos es el primer paso para afrontarlos mejor. Algunos sentimientos y pensamientos surgen cuando surge la ira; Otros surgen a medida que aumenta la ira.

Para identificar cómo se desarrollan sus síntomas, trate de pensar en situaciones pasadas en las que el enojo estuvo presente y trate de recordar qué sentimientos y pensamientos lo acompañaron. Puede ser útil pensar en situaciones en las que haya experimentado diferentes niveles de ira, para que pueda comprender mejor cómo surgieron sus sentimientos, pensamientos y síntomas físicos.

Nota: la ira genera estados de defensa internos que sobrecargan el sistema nervioso y aumentan paulatinamente la producción de ciertas hormonas y sustancias químicas dañinas en nuestro cuerpo.



MANUAL
PLANIFICACIÓN
LISTICA

HO-

1 # ESTABLECIMIENTO

TU MISIÓN

En este paso estableceremos nuestra misión profesional y personal y guiaremos el proceso de descubrimiento de la misión para nuestros pacientes.

Es una parte muy importante de tu futuro como profesional, ya que a través de este proceso podrás organizar los pasos para lograr esta meta.

Muchos profesionales incluso prestan un buen servicio y saben naturalmente cómo fidelizar y atraer clientes. Sin embargo, no tienen ningún conocimiento sobre gestión, planificación, modelos de negocio y estructuración de objetivos.

De esta manera, quedan a merced de los acontecimientos. Reaccionan según suceden las cosas y nunca están preparados para actuar ante posibles obstáculos.

Sin un "PLAN ESTRUCTURADO" no llegarás a ninguna parte. El profesional es como un barco a la deriva, sin dirección.

Esto también sucede con tus pacientes y en tu vida personal. Sin un plan, una misión, una visión y unos valores claros, permanecerás eternamente estancado y atrapado en tus patrones y bloqueos limitantes, aumentando el riesgo de ser engañado por tu mente.

Nuestra mente es poderosa y puede elevarnos o atraparnos. Si no tienes una visión de tu misión y objetivos, puedes caer en las trampas de

islas de la mente, creando la ilusión de que estás avanzando en la vida y desarrollándote como persona. Pero lo cierto es que no te has movido.

Aquí es donde entra el uso de indicadores, elementos que nos permitirán analizar si estamos o no en el camino del desarrollo.

Es tu propósito. No debe estar simplemente vinculado al servicio terapéutico, sino a la esencia, a algo inherente a tu alma. ¿Por qué existes?

Alcance profesional

Para entender tus objetivos profesionales, reflexiona: ¿cuál es tu misión en la tierra? ¿Por qué estás vivo y haciendo lo que haces? ¿Por qué buscas convertirte en un especialista terapéutico?

Por ejemplo, un buen terapeuta respondería que su propósito es transformar la vida de las personas a través de terapias holísticas.

Un mal terapeuta diría que su objetivo sólo es poder proporcionar tratamientos de Reiki.

2 # ESTABLECIMIENTO

VISIÓN

Es tu sueño: se diferencia de una meta por su naturaleza ambiciosa y de largo plazo. Un TERAPEUTA podría tener como meta, por ejemplo, aumentar sus ingresos en un 10% el siguiente año, pero eso nunca sería una visión.

La visión sería algo más ambiciosa, como convertirse en el TERAPEUTA más grande del estado dentro de 10 años.

La visión puede verse como el LUGAR A donde quieres ir. Se trata de imagen que aparece cuando cierras los ojos y dibujas en tu mente el futuro que quieres vivir. ¿Quién estará contigo?, ¿cuánto tiempo tardará?, ¿quién serás? ¿Qué vida vivirás? ¿Dónde estarás...?

Cierra los ojos por unos segundos y visualiza este momento, ¿cómo quieres estar en 5 a 10 años?

Este ejercicio también lo puedes aplicar a tus pacientes al final de cada cita.

¡Recuerda escribir todo lo que te venga a la mente!

Puede parecer un ejercicio sencillo y que muchos de nosotros hemos realizado en algún momento. La diferencia esta vez es que ESCRIBIRÁS ESTA VISIÓN. Y además, aprenderás las herramientas, técnicas, procedimientos e indicadores para mantenerte firme en el camino que te llevará a ese esquema (visión).

Lamentablemente hoy en día muchas personas sueñan y visualizan el futuro que desean. Sin embargo, debido a las innumerables oportunidades y obstáculos que la vida nos pone delante, muchos abandonan este (camino) que los condujo a su visión.

La falta de congruencia y compromiso es uno de los mayores villanos en el desarrollo profesional y personal.

¡Por eso es tan importante que aclares las cosas a tus pacientes y les dejes claro que las terapias holísticas son muy poderosas y cambian la vida! Pero sólo si también se compromete con ellos y con todo su proceso de curación.

3# ESTABLECIMIENTO VALORES

Los valores deben ser compartidos por todo el equipo y puestos en práctica para que puedan llevar a la empresa a su visión. Por ejemplo, para formar un equipo de terapeutas holísticos comprometidos, no tendría sentido contratar personas individualistas o despreocupadas por la armonía del medio ambiente y de las demás personas. Lo más importante, en el caso de los valores, es definir qué significan dentro de la empresa. Por ejemplo, HARMONÍA. La palabra es hermosa, pero ¿qué quieres ver en la gente en relación con ella?

Definir valores es importante para establecer tus principios. Esto facilitará la toma de decisiones en momentos difíciles, ya que actúa como guía. Los valores también fortalecerán tu dirección en tu camino personal y profesional.

Ej: IBRATH desarrolló valores y principios que le ayudan a mantener su integridad y dirección de sus objetivos y caminos a largo plazo. Estos valores ayudan y facilitan la toma de decisiones y también la resolución de posibles conflictos y problemas internos y externos.

Ojo, una persona o institución que no tiene valores ni principios está sujeta a tomar decisiones y seguir caminos incongruentes, inconexos y que no llevarán a ninguna parte. No hay éxito ni avance sin principios, es como si estuvieras dando vueltas en círculos.

Sin embargo, en el momento en que estableces valores, tus decisiones se vuelven asertivas, específicas y congruentes. Te conviertes en una persona/institución implacable porque independientemente de la dificultad/problema sabes exactamente qué camino seguir... El que está alineado con tus valores.

Además, los valores son excelentes para motivar y alinear a las personas que te rodean. A través de valores eres capaz de demostrar a la gente de qué se trata tu proyecto y en qué crees tú/la empresa.

4 # ESTABLECIMIENTO OBJETIVOS Y ESTRATEGIAS

El segundo paso importante en un plan estratégico es desarrollar objetivos estratégicos. Cada uno de estos grandes objetivos debe dividirse en objetivos más pequeños (llamados objetivos tácticos) y los objetivos tácticos deben tener planes de acción adjuntos, que pueden marcarse como completados.

Es una cadena secuenciada de tareas, pasos, que se deben seguir para poder alcanzar tus metas y ascender en la vida y espiritualmente.

Estos pasos son sumamente importantes para el desarrollo del profesional y para el éxito de su clínica y negocio.

Objetivos SMART

ELEGANTE Es una herramienta utilizada para definir metas y objetivos dentro de un proyecto. Utilizado no sólo por empresas sino también por personas. Algunas características son:

1. Específico: Sea siempre específico en lo que quiere lograr. (Específico)

2. Medible: Es la capacidad de medir un objetivo. ¿Cuántos clientes quieres tener? ¿Cuánto quieres aumentar tus ingresos? (M)medible

3. Alcanzable: Tener una meta que sea mayor a la capacidad de una empresa se vuelve irrelevante para lograrla.

organización, porque de nada sirve soñar en grande y no tener los recursos necesarios para lograr un determinado objetivo. (A) alcanzable

4. Relevante: ¿Qué importancia tiene esta acción? ¿Qué aportará esta acción a la empresa? En este punto, los objetivos deben estar alineados con la realidad actual de la empresa en el mercado. (R) Relevante

5. Basado en el tiempo: Hora de iniciar una determinada acción y hora de alcanzar un determinado objetivo. Establecer un límite de tiempo para estos factores es esencial para el éxito de un proyecto. (T) Equipo

Ejemplo práctico de Objetivos SMART: Veamos el ejemplo de un terapeuta que quiere aumentar su clientela en un 35% en un año.

- Específico: Aumentar la base de clientes
- Medible: 35%
- Alcanzable: Dentro de la realidad del terapeuta, el crecimiento actualmente alcanza el 22% anual, por lo que es posible llegar al 35% con acciones de marketing y creación de nuevos productos, por ejemplo.
- Relevante: El 35% representará la mayor clientela del terapeuta en los últimos 5 años. De esta manera, al desglosar los objetivos utilizando objetivos SMART, es posible obtener una visión de cómo y cuándo se alcanzarán los objetivos.

5 # ESTABLECIMIENTO EJECUCIÓN

Este es el momento de ponerlo en práctica. Vamos a trazar nuestro plan de acción.

Para esta tarea, conviene conocer uno de los métodos más interesantes de control de acciones, la metodología 5W2H, que transforma la estrategia en un plan de acción. El acrónimo, en inglés, hace referencia a los siguientes conceptos:

1-¿Qué? (Qué): Se refiere a la tarea a realizar (problema a resolver).

2-¿Por qué? (Por qué): Razón que motiva la tarea a realizar.

3-¿Cómo? (Cómo): Se refiere a cómo se ejecutará y completará la acción.

4-¿Quién? (OMS): ¿Quién realizará la tarea? Si es algo que requiere un mayor número de personas, entonces debería...
- Si piensas en qué equipo será responsable.

5-¿Cuándo? (Cuándo): Define el tiempo necesario para realizar la tarea. En este punto, se recomienda planificar las fechas de inicio, intermedia y final, lo que facilitará la medición de la precisión y la eficiencia.

6-¿Dónde? (Dónde): Especifica la ubicación donde se ejecutará la tarea.

7-¿Cuánto? (Cuánto cuesta): En esta etapa debes evaluar si habrá gastos para realizar la tarea.

Obviamente, no es necesario pre-

Rellena siempre todos estos campos, ten en cuenta únicamente lo que es más importante para ti. En el caso de la planificación de una terapia holística, solo incluimos qué (acción), quién (área responsable), cuándo (plazos) y avances.

Estas preguntas aportan aclaración y orientación. Se pueden aplicar tanto en la vida personal como profesional.

Son preguntas que también tienen un carácter terapéutico, ya que animan al paciente a reflexionar sobre su posición en relación con el mundo, sus hábitos, amistades, desarrollo y aspiraciones.

5W2H se puede utilizar al final o al principio de cada sesión, ya que lleva al paciente a un estado de reflexión y plasticidad induciendo indicaciones, intenciones y tratamientos holísticos.

¡ESCRIBELO! La planificación es una una de las partes más fundamentales de cada proceso y, si se hace bien, ahorra tiempo, energía, dinero y hace que todo sea más eficiente.

Sin embargo, si no hay acción, NO HABRÁ RESULTADOS. Es común que muchas personas que adquieren esta formación no la completan, porque en algún momento no prestaron atención a algunos de los elementos fundamentales enseñados en este capítulo.

6 # ESTABLECIMIENTO DATOS

Todo nuestro proceso de vida, acciones y pensamientos, generan datos e información. Cada experiencia y cada momento es básicamente información que será procesada por nuestra mente.

ACCIÓN – REACCIÓN – Cualquier proyecto, técnica o servicio que usted proporcione siempre tendrá un resultado y generará datos. Pueden ser positivos o negativos y brindan apoyo para evaluar los procedimientos y estrategias que estás utilizando.

Cuando los datos indican que el camino elegido no es el correcto, es necesario realizar ajustes para lograr el objetivo.

Los datos son información bruta (ENERGÍA) que cuando es analizada por la mente (INTELIGENCIA) proporciona dirección para la acción.

A través de los datos podemos analizar y comprender verdaderamente los procesos energéticos y mentales de nuestros pacientes.

Actuar profesionalmente está estrechamente relacionado con el manejo correcto de los datos. Muchos terapeutas no logran producir resultados satisfactorios porque no evalúan cuidadosamente esta información.

Por eso, es fundamental que el terapeuta estudie a cada paciente, observe sus dificultades, sus fortalezas, sus disposiciones y, lo más importante, qué funciona y qué no.

Recuerde que sin datos y análisis no hay resultado de calidad.

7 # ESTABLECIMIENTO EVALUACIÓN

Luego de la recolección de datos a través del formulario de anamnesis, el cuidado y documentación de todo el proceso, el siguiente paso es evaluar el material generado.

Un factor esencial para una buena evaluación es la organización. Si la información observada del paciente no está organizada, no podrá procesarla de manera óptima.

Con la información en mano, podemos establecer procesos de evaluación constante, antes, durante y después de cada servicio.

Antes de brindar una atención, debemos prepararnos para cada caso y paciente que será tratado, evaluando sabiamente qué terapias, herramientas y técnicas se utilizarán.

Durante la consulta, se recomienda que el profesional esté presente y atento a los signos físicos y energéticos, evaluando constantemente el estado del paciente.

Es fundamental que el terapeuta también evalúe durante la consulta qué está funcionando, qué áreas necesitan más atención y qué técnicas están produciendo mejores resultados.

A partir de esta evaluación, el profesional es capaz de identificar exactamente cuánto tiempo necesita dedicar a cada región y también es capaz de cambiar rápidamente la técnica o incluso la terapia utilizada para mejorar la eficiencia del servicio.

Sin evaluación tampoco hay desarrollo ni mejora.

Esta etapa es crucial tanto para el servicio como para el desarrollo personal y profesional del terapeuta, ya que cada día debemos realizar una autoevaluación de nuestras actitudes, puntos que podemos mejorar y errores a evitar.

La evaluación es un proceso que nunca debe cesar, sin ella no hay edificación ni expansión. Nos estancamos y somos incapaces de mejorar nuestras técnicas, servicios y resultados.

CONSEJO: Busque constantemente evaluar sus servicios y procesos personales. De esta manera cada día te convertirás en un profesional más cualificado y en una mejor persona.

8 # ESTABLECIMIENTO

REVISIÓN

Tan importantes como la ejecución son las revisiones. Sabemos que no todo lo que se planifica sigue el camino que quisiéramos y se completa en tiempo, presupuesto o de la forma deseada.

A veces todo el escenario puede cambiar de repente y, en esos momentos, es importante estar atento y revisar tus acciones para saber cómo reprogramar tus planes.

Por ello, consideramos que las revisiones periódicas son clave para alinear cualquier desviación que se produzca en el camino.

La frecuencia requerida de revisiones deberá ser determinada de acuerdo a cada empresa.

Por lo tanto, no existe una regla a seguir en cuanto al número o frecuencia de las revisiones de planificación, ya que lo que realmente importa es realizarlas cuando sea necesario.

Recuerde que cada paso en este viaje es extremadamente importante para el resultado final.

Debes aprender a ser flexible, a adaptarte y mejorar constantemente tus técnicas, procedimientos y conocimientos a lo largo del camino.

Tú eres el futuro de las terapias holísticas. Son los precursores del cambio, de la nueva visión. Para ello es necesario ser capaz de adaptar y transformar gran parte del conocimiento que se ha transmitido durante varios años.

Sólo actualizando este conocimiento al mundo actual y sus necesidades podremos, como comunidad, lograr que las terapias holísticas sean reconocidas globalmente como una herramienta de transformación y sanación.

4 # ESTABLECIMIENTO MANTENIMIENTO

Además de la capacidad de revisar y adaptarse a las situaciones de la vida, también debes ser capaz de tener congruencia y consistencia en los proyectos que emprendes.

En el caso de las terapias o cuidados holísticos, podemos ver este paso como el momento en el que ya se han obtenido los resultados, cuando el paciente ya puede ver y experimentar los beneficios del tratamiento en su vida.

Sin embargo, las transformaciones profundas requieren un trabajo constante y, si no se realiza este mantenimiento, los problemas y síntomas anteriores pueden volver.

Esto también puede aplicarse a tus estudios, carrera, sueños, entre otras esferas de la vida. Si no eres capaz de mantener la constancia y cuidar los procesos que has desarrollado, los resultados seguramente quedarán obsoletos con el tiempo.

La frecuencia del mantenimiento se puede establecer de acuerdo a la función o proyecto.

Por tanto, la frecuencia de planificación estratégica de estudios y desarrollo personal no será la misma que la frecuencia de mantenimiento de un proyecto terapéutico.

Sugerencias sobre la frecuencia de mantenimiento:

1. Para proyectos personales: tres veces por semana.
2. Proyectos profesionales: todos los días.
3. Proyectos terapéuticos (paciente): unas veces al mes, dependiendo de cada caso.

ANÁLISIS

EMPOLLÓN

El análisis FODA, o FOFA, es una herramienta de planificación estratégica en la gestión de proyectos, utilizada para analizar escenarios y respaldar la toma de decisiones. A menudo lo utilizan las empresas antes de implementar un proyecto que tendrá un impacto en el negocio.

El análisis proporciona un diagnóstico completo de la situación de la propia empresa y de los entornos que la afectan, con el objetivo de ayudarle a asumir menos riesgos y aprovechar las oportunidades.

Se cree que este método fue creado en la década de 1960 por el consultor empresarial Albert S. Humphrey, como parte de un proyecto del Instituto de Investigación de Stanford, financiado por las empresas más grandes de ese momento.

Por supuesto, años después de su creación, el análisis FODA ha sufrido diversas reformulaciones para adaptarse a las necesidades de cada proyecto. El método se ha vuelto muy popular, ya que es sencillo y rápido de aplicar y aporta resultados efectivos para la planificación.

Pero después de todo ¿qué significa FODA? Es el acrónimo formado por las iniciales de las palabras Fortalezas, Debilidades, Oportunidades y Amenazas. En portugués, muchas personas lo llaman análisis FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas).

Las siglas ya indican qué análisis se realizan: fortalezas y debilidades hacen referencia al análisis interno, es decir, los puntos positivos y negativos de la empresa o proyecto que se quiere implementar.

Se trata de factores que en su mayor parte están bajo el control de la empresa y pueden ser modificados por ésta. La influencia externa se analiza en términos de oportunidades y amenazas. Abarcan el análisis del mercado, de los competidores, de los proveedores e incluso el macroentorno político, económico, social y cultural.

Fortalezas

EFECTIVO

Es muy importante que el terapeuta sea consciente de cuáles son sus FORTALEZAS y habilidades únicas.

Para convertirnos en EXPERTOS, necesitamos saber con qué terapias nos sentimos más cómodos, en qué áreas y con qué perfiles de pacientes. Te recomendamos que reflexiones sobre esto a lo largo del curso: ¿En qué soy bueno? Con quién ¿facilidad?

Aunque no se trata de todo aquellos con el Más afinidad ayuda dedicación y estudio llegar a ser.

Puedes comparar identificación de pacientes, espectáculos tenemos una mala vida Conozca cuál es nuestro aporte

Descubre tu vista los dias...¿Porque hay gente contigo? ¿Cuál es su objetivo(s)?

Vale la pena mencionar que sólo de las fuerzas Uno, pero todo lo que fortalece los sueños.

Ej: Personas que lo tienen y están dispuestas



ANOTAR AQUÍ HACIA EFECTIVO HACER
TU NEGOCIO

Las oportunidades

OPORTUNIDADES

Al ser consciente de sus fortalezas y debilidades y las de sus pacientes, estará preparado para ver un mundo de oportunidades.

En todo momento el universo nos da oportunidades para prosperar y alcanzar nuestras metas. Sin embargo, muchos de nosotros estamos perdidos, a la deriva, sólo reaccionando y nunca actuando.

Cuando tu empresa de estos procesos para ser visto desde una perspectiva. Qué se vuelve viable; el ayudó, ahora Si todo conspira planes.

Recuerde tomar Entonces, ¿qué les pasa a sus pacientes?

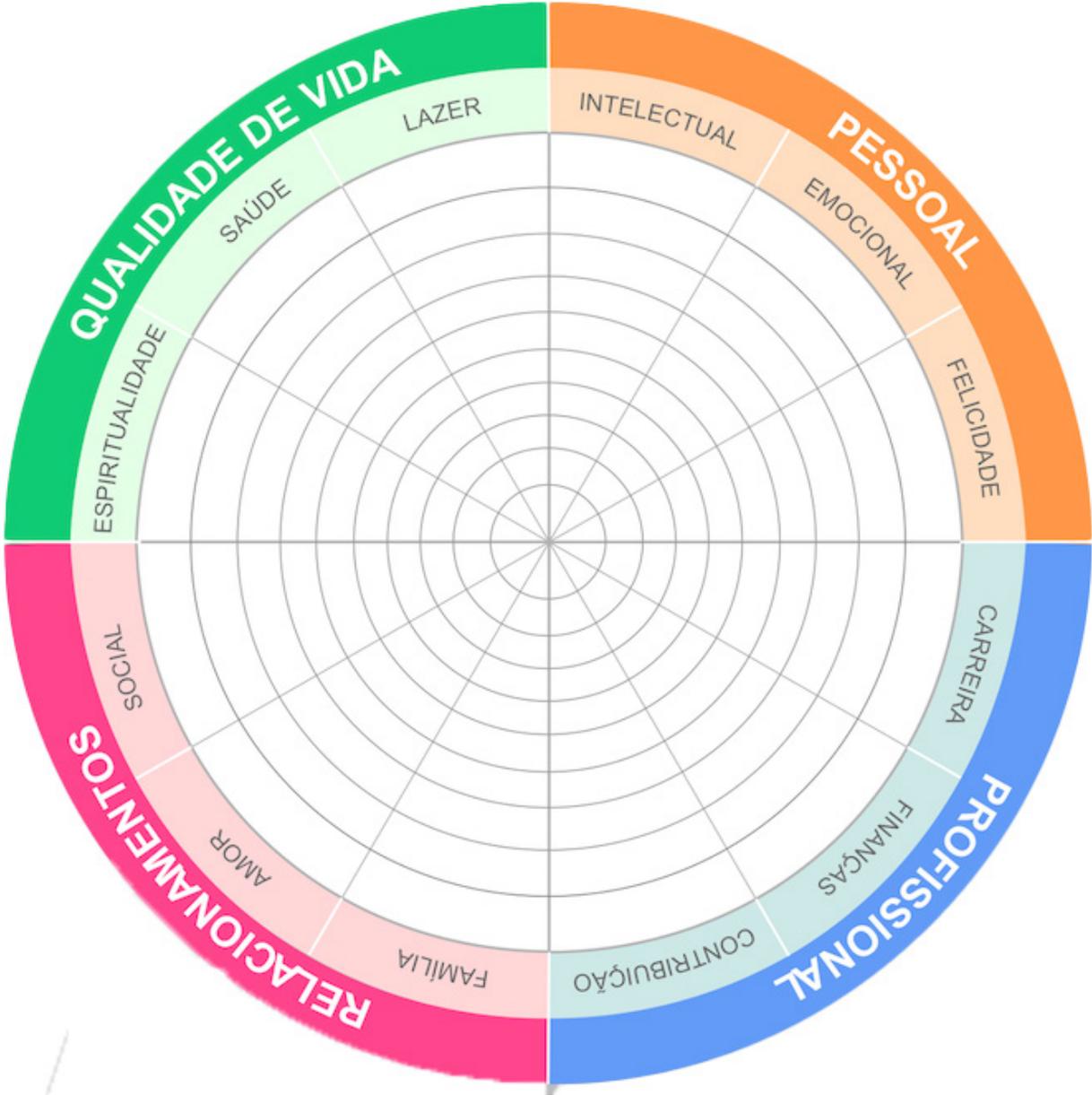
Falta de dinero conocimiento, ya sea lo siento... independiente Estado actual, hay un camino a seguir lograr tu objetivo

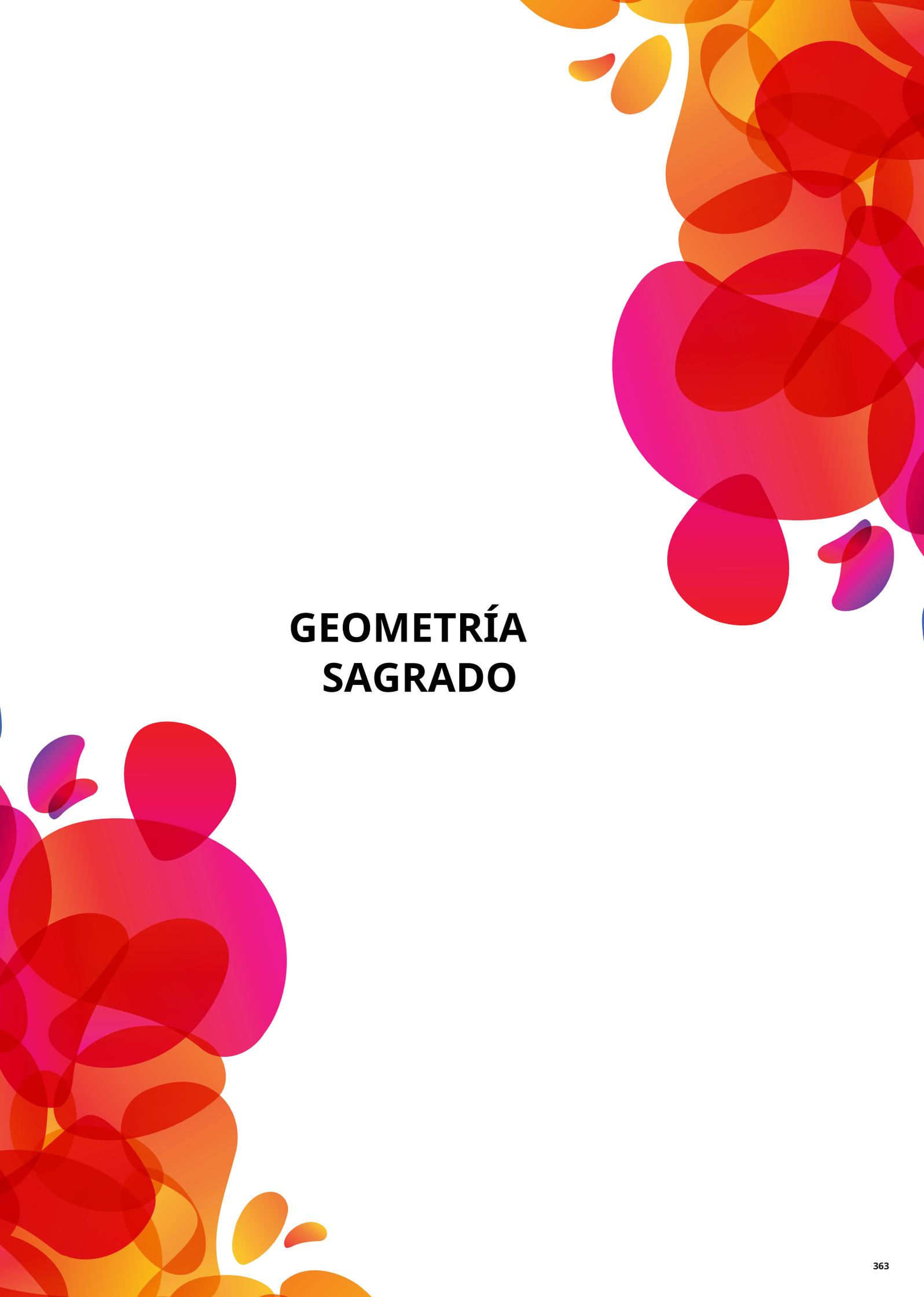
Necesitas oportunidad que atrás. Sólo entonces podremos lograrlo activamente. objetivo.



**NOTA AQUÍ LAS OPORTUNIDADES-
DE SU NEGOCIO**

GRÁFICOS Y HERRAMIENTAS





GEOMETRÍA SAGRADO

¿QUÉ ES LA GEOMETRÍA? SAGRADO ?

La geometría sagrada es esencialmente el estudio del significado espiritual de diversas formas. Se puede aplicar a las formas, números y patrones que se ven en todo el mundo natural.

La espiral de la concha de un caracol, el patrón cautivador de un solo copo de nieve y las ramas de un árbol pueden ser ejemplos de geometría sagrada. También se cree que la geometría sagrada existe más allá del ojo desnudo, tanto a nivel celular como en las estrellas y planetas en órbita.

La idea de que el universo sigue una ecuación compleja se remonta a las antiguas culturas egipcia y mesopotámica. Recibió más atención siglos después en la antigua Grecia, popularizada por filósofos como Pitágoras y Platón.

“En su naturaleza está arraigada la comprensión de que nada está aislado; todo está conectado”, explica Jemma Foster.

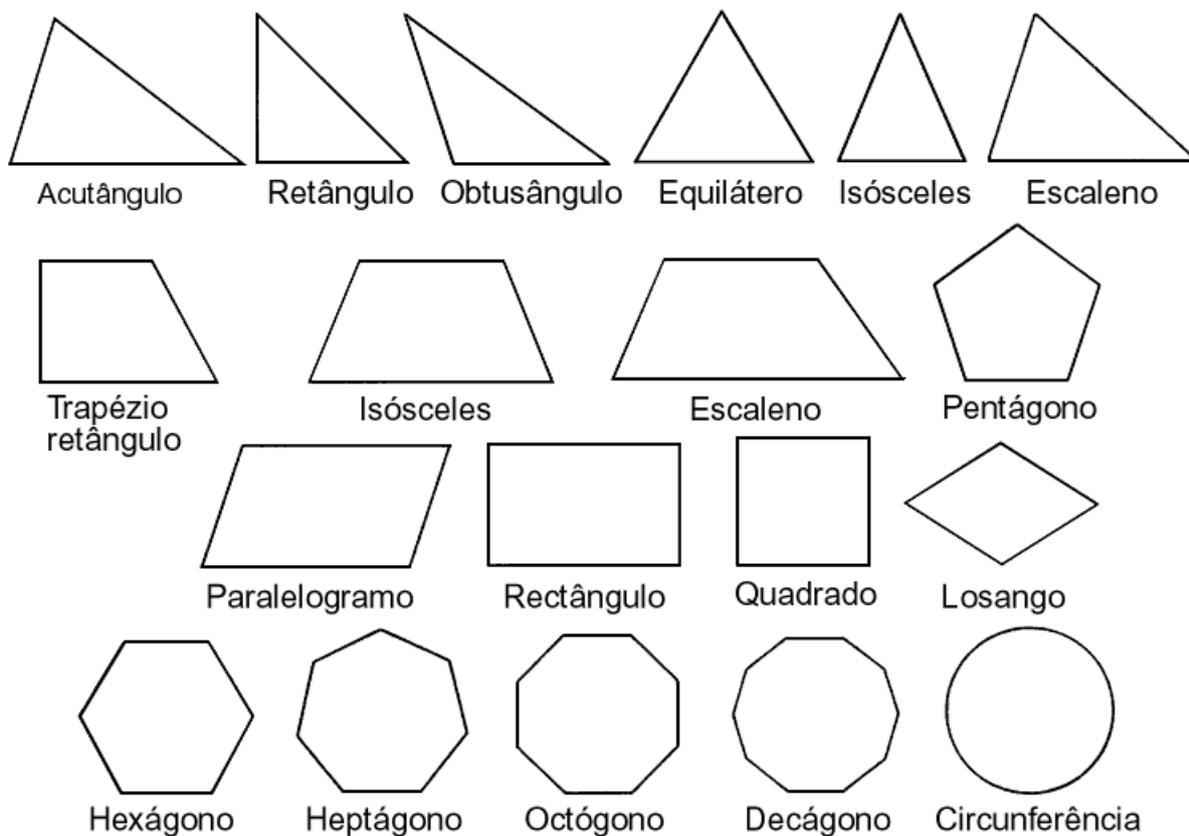
La geometría sagrada defiende la idea de que todo está conectado. Y simplemente observar cómo estos patrones se desarrollan en nuestras vidas puede ser muy reconfortante. Como explica a mbg la autora del Manual del buscador de almas, Emma Mildon, “La geometría sagrada tiene que ver con este sentido de alineación natural”.

Para introducir este principio de forma más activa en tu vida, también puedes trabajar con talismanes y símbolos de geometría sagrada.

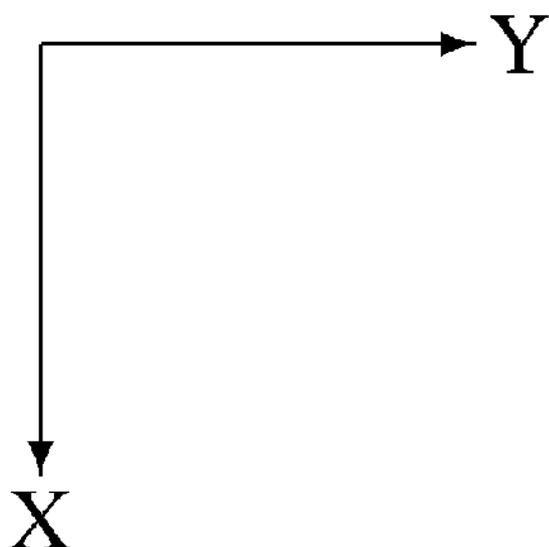
“Diferentes patrones formados a partir de la geometría sagrada proporcionan puntos focales para estados meditativos, como los mandalas y los Sri Yantras”, añade Mildon. Para activar estos estados, puedes usar símbolos geométricos sagrados como joyas o disponer tus cristales en patrones geométricos en una cuadrícula de cristales (aquí hay un video que te guiará a través de este proceso).

Si tienes curiosidad por ver cómo se desarrolla la geometría sagrada ante tus ojos, simplemente da un paseo por la naturaleza. “Los patrones naturales están a nuestro alrededor”, dice Mildon. Mira el centro de un girasol. Un copo de nieve. Estás observando, sintiendo o respondiendo a vibraciones y patrones de energía que se repiten.

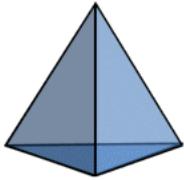
Como añade Foster, la espiral viviente de la concha de un nautilus o el cuerno de una oveja, los hexágonos entrelazados de una colmena, la formación subterránea de cristales, el remolino de una tela de araña y las formaciones de aves migratorias. – todos estos son diseños y patrones que son mucho más que sólo estética.



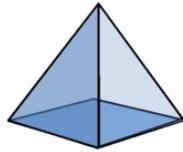
A través de la geometría sagrada podemos comprender la realidad y el mundo en el que vivimos. En geometría, una forma bidimensional se puede definir como una figura plana o una forma que tiene dos dimensiones largo y ancho. Las formas bidimensionales o 2D no tienen espesor y sólo se pueden medir en dos lados. Podemos clasificar las figuras según las dimensiones que tienen. De esta manera, cuando nos referimos a una "dimensión" 2d, nos referimos a la más simple de las dimensiones, la que sólo tiene elementos Y+X.



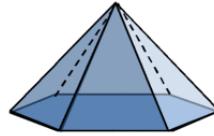
2D



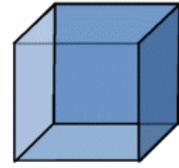
Tetraedro



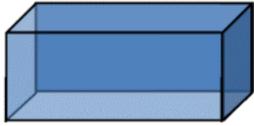
Pirámide Cuadrado



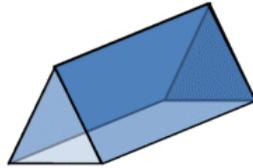
Pirámide hexagonal



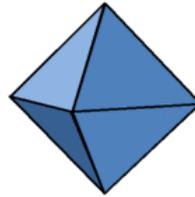
Cubo



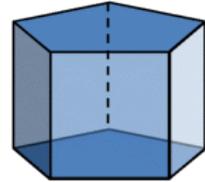
Cuboides



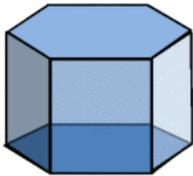
Prisma Triangular



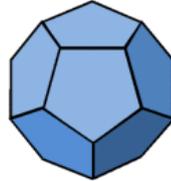
Octaedro



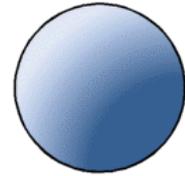
Primos Pentagonal



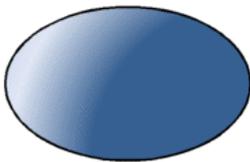
Prisma hexagonal



Dodecaedro



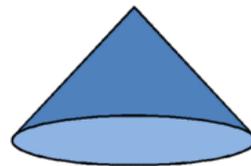
Pelota



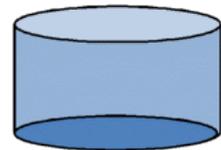
Elipsoide



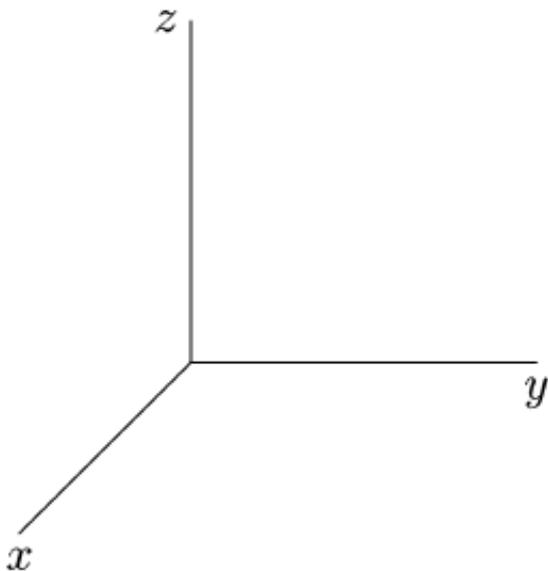
icosaedro



Cono



Cilindro



3D

Nuestro Universo, como podemos ver, tiene tres dimensiones espaciales y una dimensión temporal. Los humanos somos seres tridimensionales. Los objetos en el espacio 3D tienen diferentes longitudes, diferentes alturas y diferentes anchos. Ciertas teorías de la física sugieren que nuestro universo puede tener dimensiones adicionales, más elevadas. Los humanos, al ser organismos tridimensionales, no podemos sentir ni percibir estas dimensiones.

Para tener una idea aproximada de las dimensiones, comencemos con un punto. Un punto tiene dimensión cero, es decir, no tiene longitud, altura ni ancho. Para insertar la primera dimensión, extruya el punto en cualquier dirección deseada: obtendrá una línea. Una línea tiene sólo una dimensión, es decir, la longitud. Ahora, para pasar a la segunda dimensión, extruye la línea en una dirección perpendicular a la dirección original: obtendrás un plano. Para ingresar a la tercera dimensión, extruye el plano en una dirección perpendicular a las dos direcciones originales: obtendrás un cubo.

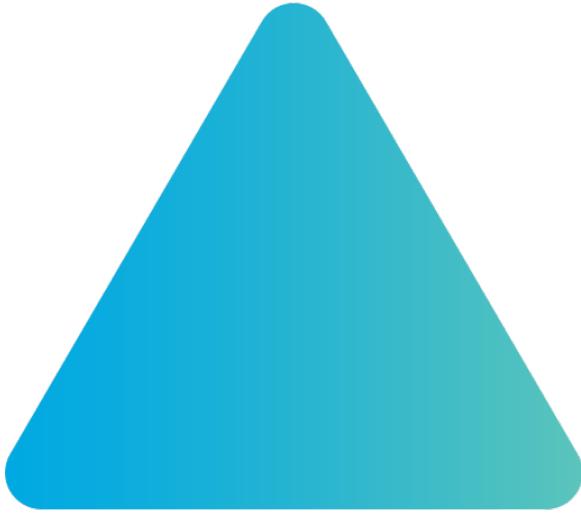
Ahora te estarás preguntando ¿qué pasa con la cuarta dimensión? ¿Cómo es? ¿Podemos percibirlo o comprenderlo? Y la respuesta es no... Por mucho que los seres humanos intentemos comprender esta dimensión, nuestra conciencia y percepción son limitadas y no permiten una comprensión completa de esta dimensión.

Ej: Hipotéticamente, si existieran seres que vivieran en una dimensión 2D sobre la superficie de una mesa... Tú, como ser 3D, decides posicionar una bola sobre la dimensión de estos seres. En este momento la única percepción que estos seres pueden tener es de un solo punto y no de la bola que estaba posicionada sobre la mesa.

Dado que su percepción está limitada a todo lo que ocurre entre la distancia y la anchura...

La espiritualidad también puede entenderse de esta manera. Podemos sentirlo, verlo e incluso ser conscientes de ello. Sin embargo, independientemente de lo que hagamos, nuestra percepción nunca será completa, ya que estamos limitados a la dimensión 2D.

4D?



Triángulo

Palabras clave:

Creatividad, Creación, Manifestación, Armonía, Equilibrio, Conexión Divina, Intuición, Habilidades Psíquicas, Inspiración, Aumenta la Energía, Libera Energía, Protección

Vibración numérica:3

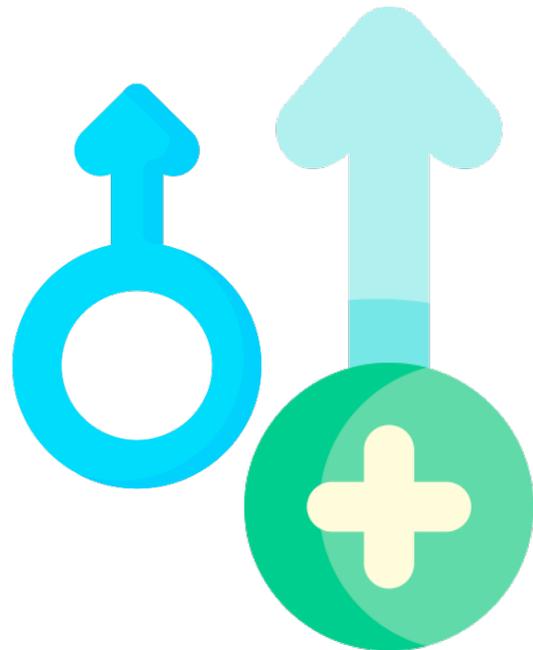
Historia y Simbolismo: Esta es una de las formas más místicas. El Triángulo está creado por tres líneas y tiene tres puntos, lo que lo convierte en una representación de una trinidad. Esta podría ser la Mente, el Cuerpo y el Espíritu, la Triple Diosa o la Santísima Trinidad. Se forma cuando dos puntos separados se crean y son equilibrados por un tercer punto.

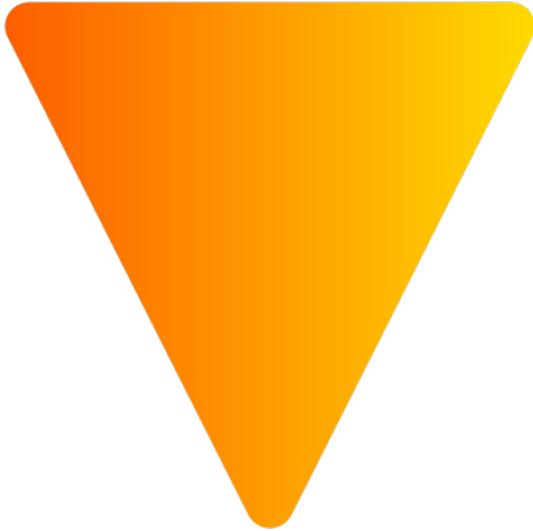
Se puede ver dentro del símbolo sánscrito del chakra del tercer ojo. Cuando apunta hacia arriba, un triángulo es símbolo de llama y fuego, o de una antorcha que ilumina la oscuridad. Se convierte en un símbolo masculino que eleva la energía hacia arriba y conecta con

lo divino. Cuando se invierte, un triángulo se convierte en una taza que contiene agua o un recipiente espiritual. Se convierte entonces en un símbolo femenino, que ancla la energía o recibe información espiritual.

Triángulo equilátero apuntando hacia arriba

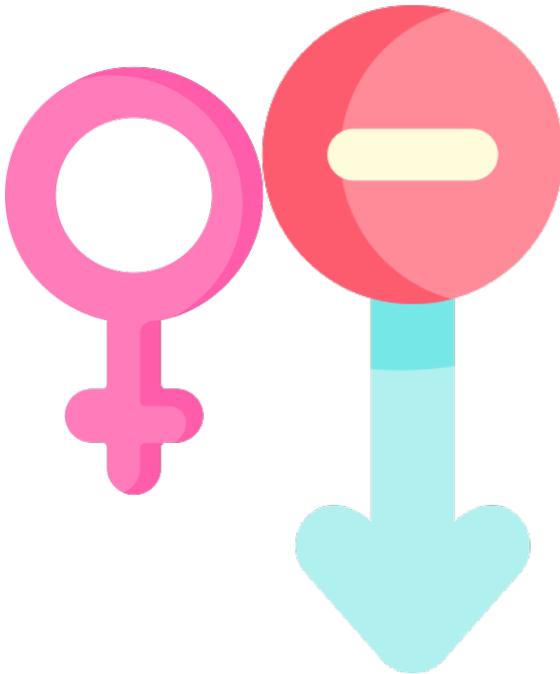
Con tres lados iguales, representa lo masculino y el elemento fuego para muchos pueblos antiguos, como por ejemplo los que practicaban la alquimia. Para el pueblo hitita simbolizaba la salud y el bienestar, además de estar vinculado al Sol y la fertilidad. Para los mayas representaba la montaña sagrada en el arte pueblo.





Triángulo equilátero hacia abajo

Como símbolo de la mujer, representaba el órgano genital femenino en la antigua India, Grecia y Roma. También simbolizaba el elemento agua.



Cuando se colocaban dos triángulos uno junto al otro, simbolizaban lo masculino y lo femenino, la Tierra y el Cielo cuando se tocaban.

Simbolismo del triángulo en la cultura egipcia, nórdica y griega. El triángulo-

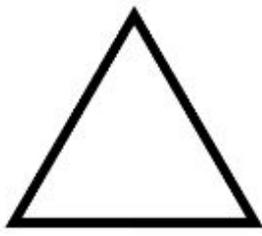


Se utilizaba a menudo en construcciones, métodos matemáticos o incluso se aplicaba a problemas espirituales, representando la ética y la precisión, como clave de la ciencia y la sabiduría para que se pudieran resolver los misterios de la vida.

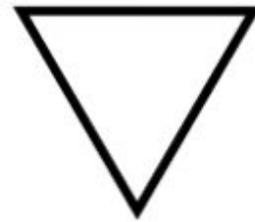
Las pirámides egipcias se basaron en el triángulo y fueron diseñadas en base a este diseño. Eran un símbolo de ascensión, de elevación, de estar conectado con lo divino.

Otro hallazgo del triángulo está en la composición de la figura nórdica llamada Valknut, que se remonta a la época vikinga. Este símbolo representa la muerte y hace referencia al dios Odín.

La letra delta del alfabeto griego se representa como un triángulo y se utiliza en varios cálculos matemáticos. Simboliza los cuatro elementos, además de representar la totalidad y la perfección.



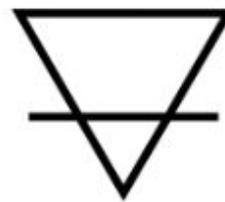
Fogo



Água



Ar



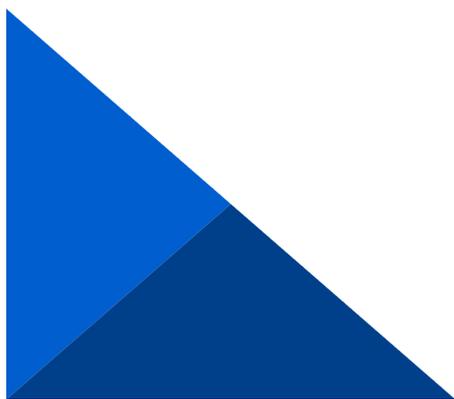
Terra

ELEMENTOSNATURALEZA

En Alquimia, los cuatro elementos están representados por triángulos equiláteros (con tres lados iguales):

1. **El triángulo que apunta hacia arriba:** simboliza el fuego;
2. **El triángulo que apunta hacia arriba y está cortado por una línea horizontal.**
: simboliza el aire;
3. **El triángulo que apunta hacia abajo:** simboliza el agua;
4. **El triángulo que apunta hacia abajo y está cortado por una línea horizontal:**
simboliza la tierra.

Así, los cuatro símbolos de los elementos se combinan en el Pentagrama, un poderoso símbolo de la Alquimia.



Triángulo rectángulo

Esta figura tiene un ángulo interno de 90 grados y simboliza la humanidad. Para la masonería se refiere al elemento agua.

Triángulo Masónico

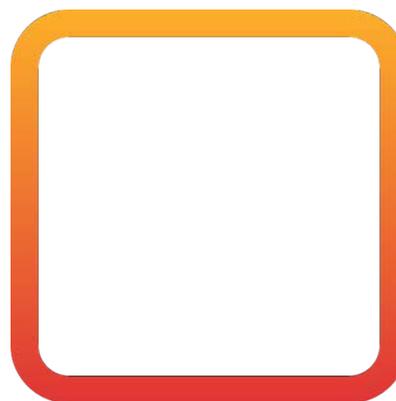
El triángulo de la masonería simboliza el desarrollo y la maduración espiritual, siendo su base la duración y sus lados la luz y la oscuridad. También simboliza la fe, la esperanza y la caridad.

Para esta sociedad secreta, los triángulos tienen el siguiente significado:

Triángulo rectángulo: simboliza el elemento agua;

Triángulo Isósceles (dos lados es igual a): simboliza el elemento fuego;

Triángulo escaleno(tres lados diferentes): simboliza el elemento aire.



Cuadrado

El cuadrado simboliza la pausa y el cese, reflejando estabilidad y perfección. Muchos espacios presentan la forma de esta figura geométrica, como altares y templos, y para muchas culturas, representa la Tierra y los puntos cardinales.

En el Islam, este símbolo es la representación del corazón ya que cada lado es una influencia de lo que sufre este órgano: divino, angélico, humano y diabólico. Para Pitágoras, el cuadrado representa la perfección y, en el arte cristiano, es una referencia a los cuatro evangelistas. Cuadrado mágico. El cuadrado mágico revela un significado secreto del poder.

El cuadrado está dividido y en cada cuadrado dentro de él hay un número cuya suma en columnas es siempre igual, lo que se llama "constante". Se utiliza en muchas culturas como talismán y se cree que tiene diversos poderes de adivinación, incluso con respecto a la longevidad y la salud de las personas. El más conocido se llama Lo Shu y formaba parte del sistema de adivinación chino.

Palabras clave: Estabilidad, Cimientos Fuertes, Fuerza, Resistencia, Límites, Material
Manifestación, Las cuatro direcciones, Estaciones y elementos, Mundo físico, Medio ambiente, Conexión a tierra

Vibración numérica:4

Historia y simbolismo:El cuadrado es una de las formas geométricas más fuertes. Se puede ver en algunos cristales como la pirita y otras formaciones rocosas naturales. Piénselo como un castillo o una fortaleza visto desde arriba, o como los ladrillos que forman una casa o una pared.

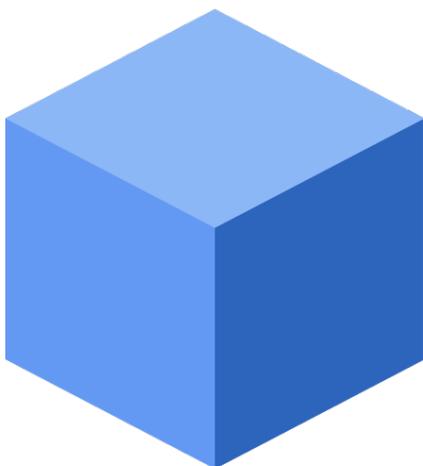
Como el diamante es una de las piedras más duras, también es un símbolo de fuerza y resistencia. Ambas formas de cuatro lados representan las cuatro direcciones de la brújula, las cuatro estaciones y los cuatro elementos: fuego, tierra, agua y aire. El cuadrado también es un símbolo del elemento tierra y del mundo físico.

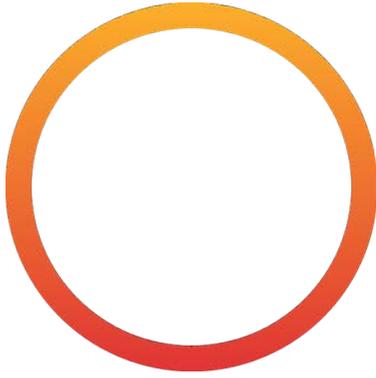
Es la imagen de la eternidad en virtud de su carácter sólido. Simboliza la estabilidad y místicamente es símbolo de sabiduría, verdad y perfección. Para los musulmanes, la Kaaba (cubo) erigida en el centro de la Gran Mezquita de la ciudad de La Meca alberga la Piedra Negra entregada a Abraham por el Arcángel Gabriel. Es una de las reliquias más sagradas del Islam.

El cubo es un CUADRADO tridimensional; Es un símbolo de estabilidad y permanencia, de perfección geométrica. Representa la etapa final de un ciclo de quietud, puede verse como la verdad porque parece igual desde cualquier perspectiva, comúnmente se piensa en ella como la contraparte de la esfera.

El cubo es, en esencia, la cuadratura de un círculo. Científicamente el cubo suele representar la sal. Es la tierra: un cuadrado más los cuatro elementos más tres dimensiones. Suele formar alegorías con solidez y persistencia de virtudes, de ahí su relación con tronos o carros.

Cubo





Círculo

El círculo representa la eternidad, la perfección y la divinidad ya que no tiene principio ni fin. De esta manera percibimos su proximidad a Dios, por lo que se utiliza en muchas religiones.

También es una representación del ciclo de la vida; Para los hindúes, así como para los budistas, simboliza el nacimiento, la muerte y el renacimiento. El círculo está presente en varias religiones, donde esta forma se compara con la esfera celeste.

En el simbolismo de las formas, el círculo se asocia al punto y ambos pueden considerarse como signos supremos de perfección, unión y plenitud. El círculo también es sinónimo de movimiento, expansión y tiempo. ...También representa el cielo, el firmamento y el orden cósmico en la astrología.

Palabras clave:

Protección, Plenitud, Renovación, Flujo Continuo, Apoyo Cósmico, Compromiso, Enfoque, Unidad

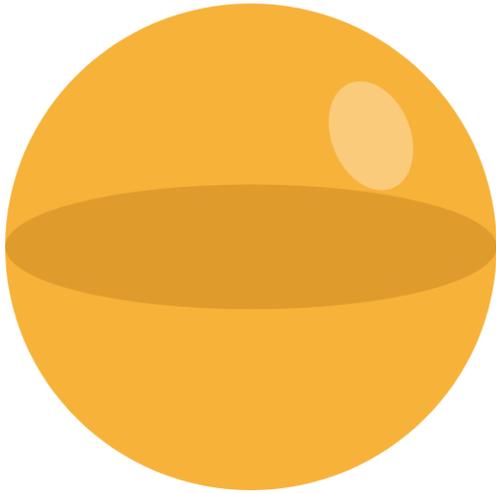
Vibración numérica:1, infinito

Historia y simbolismo:Se cree que el círculo es el símbolo más antiguo utilizado por los humanos y ha sido utilizado por todas las culturas a lo largo de los siglos.

El Círculo no tiene principio ni fin, representa la eternidad. Se puede dibujar con una sola línea. Se pueden ver formas circulares en los cuerpos celestes del Sol, la Luna, los planetas y la Tierra. Esta forma de anillo se utiliza como signo de compromiso en un anillo de bodas.

El Círculo también se utilizó para marcar un límite claro de protección para los antiguos.

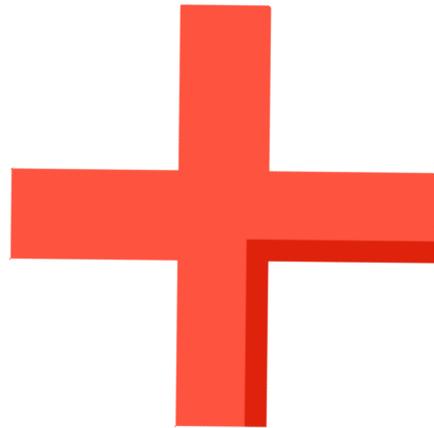
Este símbolo se utiliza en muchos amuletos y talismanes protectores. Las pulseras, cuentas y collares utilizan esta forma continua como base. Se puede ver en círculos de piedras en lugares sagrados de Europa y alrededor del mundo. Encontrarás el Círculo utilizado para protección casi en todas partes, incluso hoy en día.



Y esfera

La esfera es un símbolo de la totalidad del Universo y de Dios. Representa la perfección, el poder y la expansión y, por ello, fue elegida como símbolo de emperadores y reyes en muchas naciones, como fue el caso de la esfera armilar como símbolo de Portugal.

La esfera expresa el Cielo, mientras que, por oposición y complemento, el cuadrado es el símbolo de la Tierra. Tiene un simbolismo muy cercano al del círculo, ya que corresponde a su forma con volumen en tres dimensiones.



Cruz

Palabras clave:

Protección, Unión Física y Espiritual, Las Cuatro Direcciones, Estaciones y Elementos, La Tierra, El Año Solar, Nuevas Oportunidades

Vibración numérica:4

Historia y simbolismo:

La cruz se puede encontrar en todo el mundo y en muchas formas. Dos líneas simples crear cuatro caminos en cuatro direcciones opuestas. Al igual que el cuadrado, puede representar los cuatro elementos, las cuatro estaciones y las cuatro direcciones de la brújula. También puedes marcar los dos equinoccios y los dos solsticios del año solar. En algunas tradiciones, una encrucijada se considera un lugar mágico entre nuestro mundo y el Mundo Espiritual.

La línea horizontal puede simbolizar la Tierra y el Mundo Físico. La línea vertical es como un rayo de luz divina que atraviesa la tierra. Juntos forman

De una manera u otra, esto muestra cómo los mundos físico y espiritual se fusionan para convertirse en uno. La cruz se ha utilizado como símbolo de protección espiritual en varias culturas antiguas durante miles de años.



Estrella de cinco puntas

El pentagrama es una estrella de cinco puntas de origen incierto, que ha estado presente en la evolución de diversas culturas. El símbolo está asociado con el misterio y la magia, así como con aspectos astronómicos y religiosos. Por estar relacionado con el número 5, la figura simboliza la unión, la armonía, el equilibrio, además de representar lo sagrado y lo divino.

Los primeros usos del pentagrama fueron descubiertos en la antigua Mesopotamia, en fragmentos de vasijas de cerámica rotas. En el arte mesopotámico simbolizaba el poder imperial.

En relación a la geometría, el pentagrama fue considerado por los pitagóricos - seguidores de los conceptos y doctrinas

del filósofo griego Pitágoras - el emblema de la perfección. La estrella representa los cinco elementos que forman al hombre: fuego, agua, aire, tierra y espíritu. También haciendo referencia a la geometría, el pentagrama aparece en la pintura del "Hombre de Vitruvio", de Leonardo da Vinci (1452-1519), dentro de un círculo, representando las proporciones perfectas, la alineación sagrada entre el hombre y el universo.

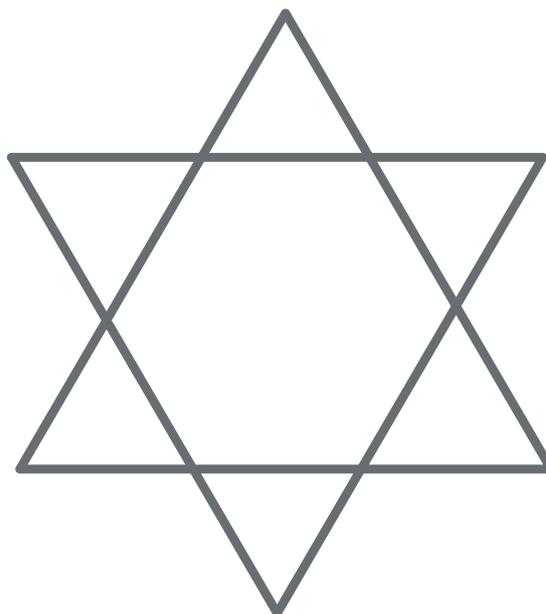
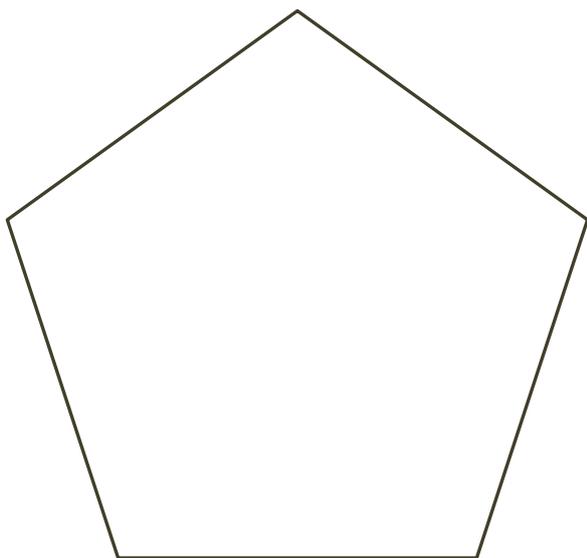
Para los druidas, pueblo indoeuropeo, el pentagrama simbolizaba lo divino, más precisamente, la cabeza de Dios. Para los celtas, representaba a la deidad Morrigham, diosa del amor y la guerra. En relación al paganismo y al esoterismo, específicamente los grupos neopaganos y aquellos que siguen la religión Wicca, actualmente utilizan el pentagrama para rituales y ceremonias.

La figura también simboliza los cinco elementos primordiales: fuego, agua, aire, tierra y espíritu, además de representar la unión entre la humanidad y el reino espiritual.

Palabras clave: Renacimiento, Renovación, Protección, Cambio, Libertad, Nuevos Comienzos, Cuatro Elementos y Espíritu, Diosa

Vibración numérica: 5

Historia y simbolismo: Las estrellas de cinco puntas se utilizaban en el Antiguo Egipto para ilustrar las estrellas en el cielo nocturno. La forma geométrica del pentagrama fue utilizada más tarde por místicos y astrólogos de Oriente Medio, mucho antes de que llegara a Europa. Puedes ver geometría pentagonal en los pétalos de muchas flores, en las semillas de las manzanas e incluso en el cuerpo humano.



Estrella de David y hexagon

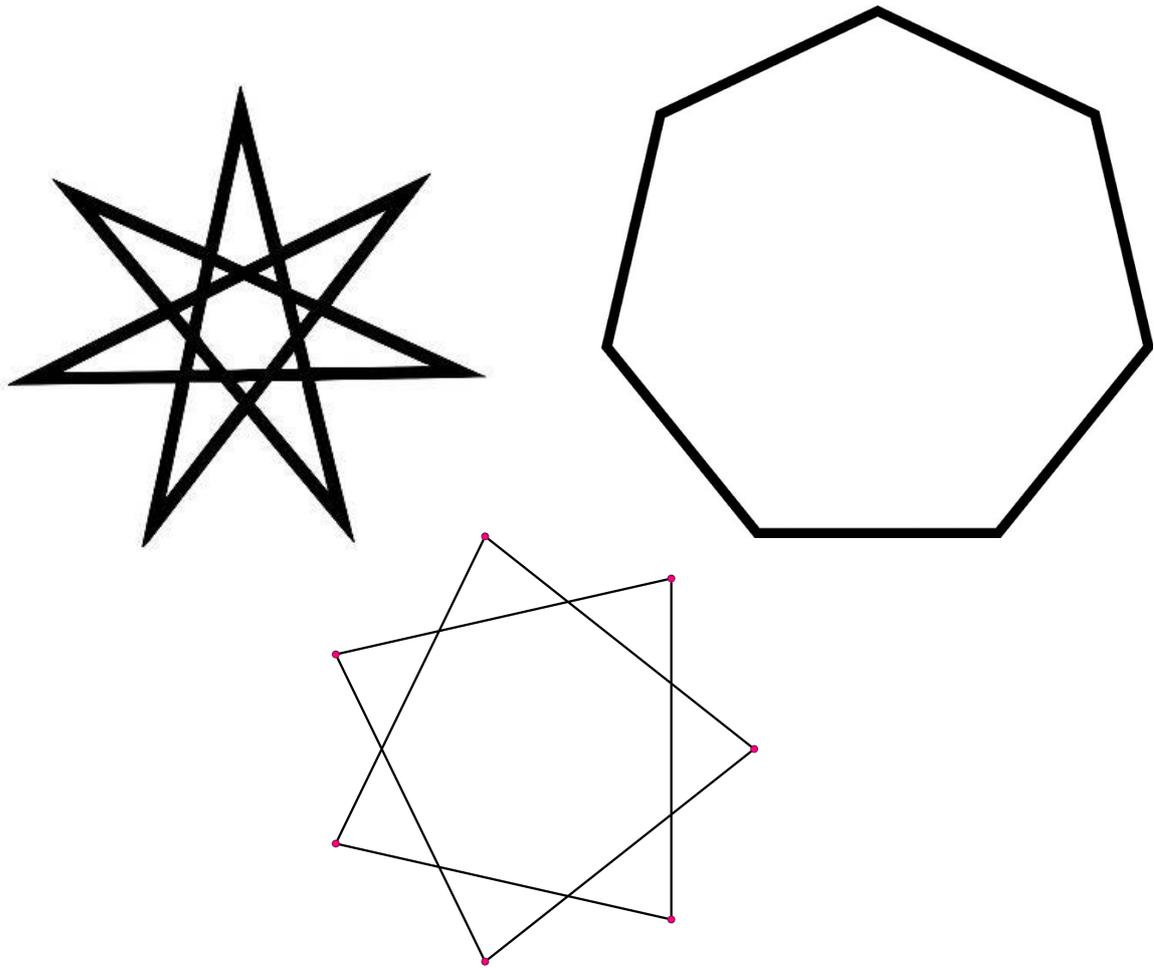
Palabras clave:

Equilibrio, Armonía, Cooperación, Asociaciones, Protección, Unión Espiritual, Conexión Divina, Alineación Cósmica, Propósito de Vida, Nuevas Oportunidades, Maestría, Activación del Cuerpo de Luz, Transmutación, Equilibrio Kármico, Justicia

Vibración numérica:6

Historia y simbolismo: También conocido como Escudo de David, Sello de Salomón o Hexagrama. La mayoría conoce la Estrella de David como un símbolo judío, asociado con la línea real del Rey David y el Rey Salomón. Este símbolo de estrella también se encuentra en otras culturas como el Tíbet y la India. La geometría hexagonal se puede observar en muchas formas minerales y cristalinas naturales, incluido el cuarzo. También se puede encontrar en la estructura de panal.

La Estrella de David está formada por dos triángulos interconectados. Uno apuntando hacia arriba y el otro hacia abajo, simbolizando la unión de los opuestos en perfecta armonía. El símbolo también se puede utilizar para crear los cuatro símbolos alquímicos de los elementos. Combinados, se convierten en la estrella del quinto elemento del espíritu. La estrella de seis puntas tiene una larga historia como símbolo poderoso de protección contra el mal.



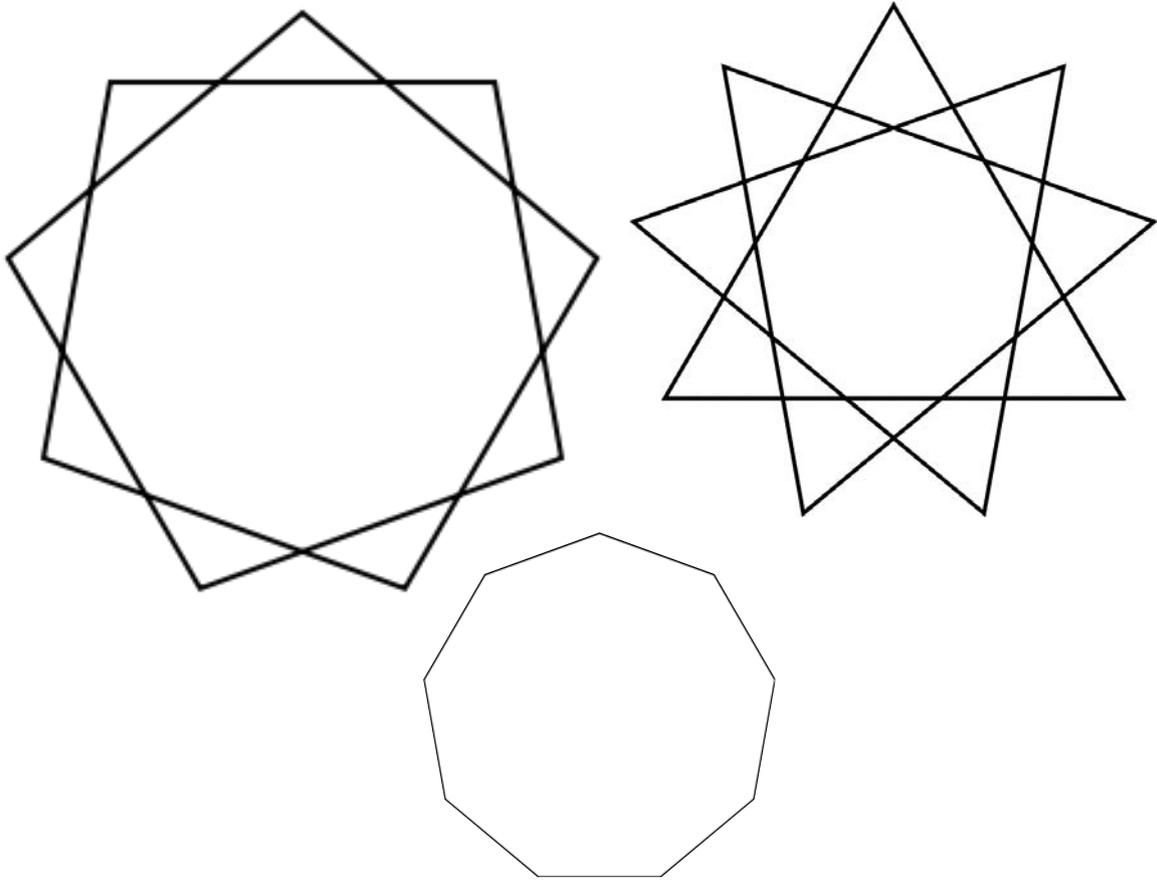
Septagrama y septágono

Palabras clave: Victoria, Éxito, Sabiduría, Conocimiento, Estudio, Espiritualidad, Conocimiento Esotérico, Elementales, Conexión Angélica, Chakras Principales

Vibración numérica: 7

Historia y simbolismo: La estrella que se muestra con puntas largas también se conoce como Estrella Élfica o Estrella Pleyadiana. El Septagrama representa muchos siete sagrados de todo el mundo. Los siete planetas clásicos de la astrología, los siete arcángeles, las siete estrellas de la Constelación de las Pléyades, los siete días de la semana, los siete Chakras Principales y los siete metales de los Alquimistas. Es aquí donde obtiene su asociación con el conocimiento antiguo y la sabiduría espiritual.

En la Cábala, la estrella de siete puntas está conectada a la esfera de Netzach, que representa la victoria. En el Tarot, la séptima carta es El Carro, también asociada con la victoria y el éxito. A veces aparecen esfinges en esta carta. En la mitología, la Esfinge es considerada la guardiana del conocimiento secreto. Para muchos, el Septagrama está asociado con seres elementales también conocidos como espíritus de la naturaleza.



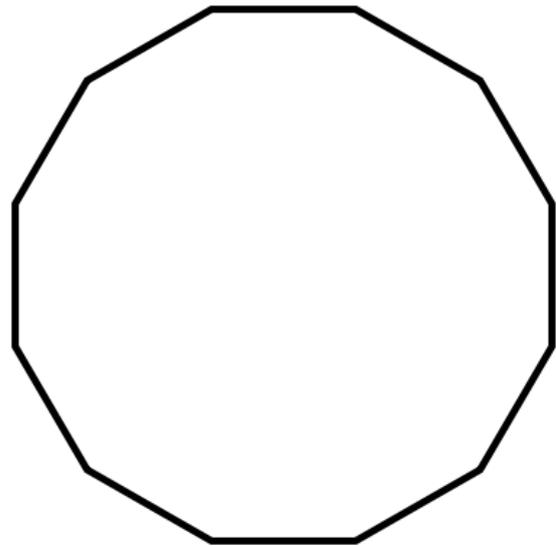
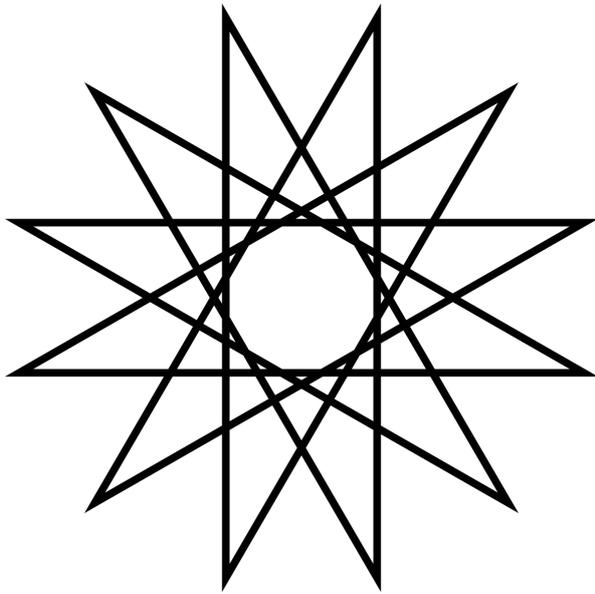
Y neagramas Y neagono

Palabras clave: Finalización, Logro, Unidad, Paz, Compasión, Humanidad, Talentos y Habilidades

Vibración numérica: 9

Historia y simbolismo: El Eneagrama y el Eneágono se componen de nueve puntos. Nueve es el número de la finalización, siendo el último número de un solo dígito. Contiene los nueve dígitos utilizados para crear todos los demás números con la adición del cero.

En el sistema del Eneagrama se utiliza una forma similar para representar los nueve tipos de personalidad. Un bebé humano tarda aproximadamente nueve meses en crecer y nacer. Tres por tres es igual a nueve, lo que lo convierte en un número mágico para muchas personas. En el hinduismo, el nueve está asociado con el Señor Brahma, el Dios creador. Esta forma geométrica puede verse como la inclusión de muchas energías diferentes juntas.



Dodecagrama y dodecágono

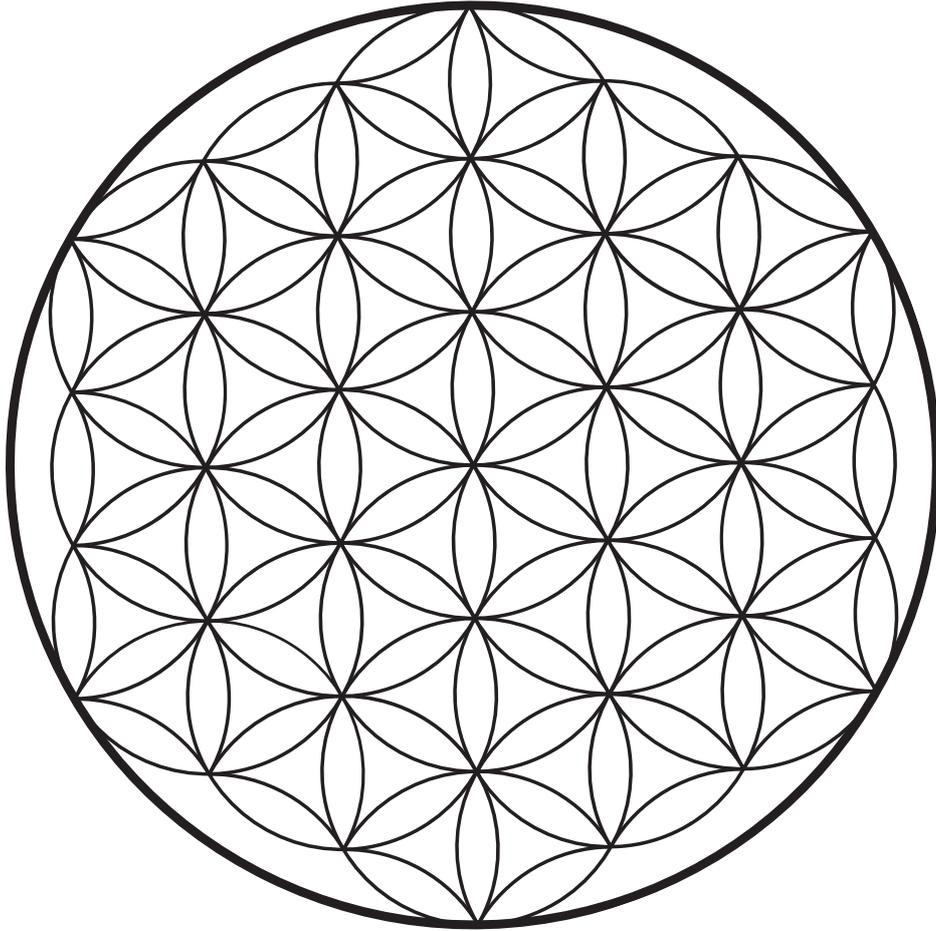
Palabras clave:

Conexión Celestial, Alineación Astrológica, El Zodíaco, Perfección, El Universo, Propósito de Vida, Destino, Sistema de los Doce Chakras, Activación del ADN

Vibración numérica:12

Historia y simbolismo:El dodecagrama de doce puntas puede estar formado por cuatro triángulos interconectados, dos estrellas de David o dos hexágonos. Históricamente, aparece en un antiguo libro cabalístico sobre el orden de la creación como el símbolo Sefer Yetzirah. La geometría de doce lados corresponde a los doce signos de los zodiacos occidental, védico y chino. En la Astrología Occidental, los doce signos del Zodíaco se dividen en cuatro grupos de tres, que están regidos por los cuatro elementos. Hay doce meses en el año solar.

El Dodecagrama puede verse como una representación simbólica del orden astrológico y cósmico de nuestro planeta. Históricamente, el número doce aparece repetidamente como los doce Caballeros de la Mesa Redonda, los Doce Apóstoles y las doce Tribus de Israel. En numerología, el doce se considera una representación de la perfección.



Flor de la vida

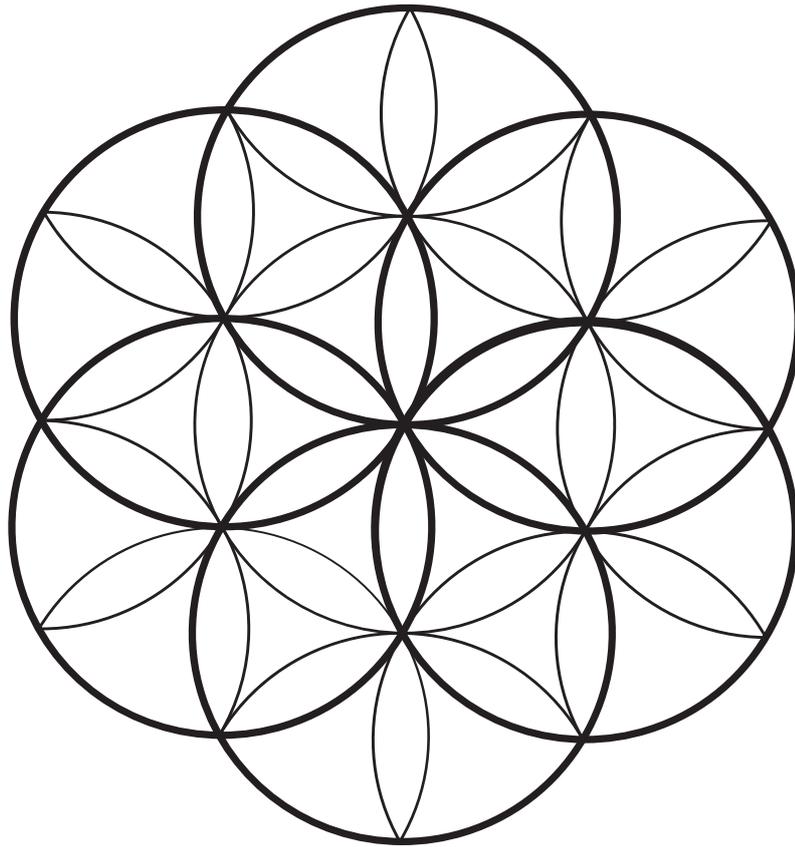
Palabras clave: Todos los propósitos, equilibrio, armonía, renovación, manifestación, creación, creatividad, el universo.

Vibración numérica: 6, infinito

Historia y simbolismo: La Flor de la Vida es un símbolo de orígenes misteriosos. Se puede encontrar en todo el mundo, desde el Antiguo Egipto, la India y Japón. Sigue encontrándose en nuevos lugares todo el tiempo.

Está formado por 19 círculos interconectados, que crean flores superpuestas en forma de Vesica Piscis. Muchos, si no todos, los símbolos de la geometría sagrada e incluso alfabetos enteros se pueden encontrar incrustados dentro de su estructura. Las geometrías hexagonales de la Flor de la Vida se pueden ver en la formación de cristales como el Cuarzo, Rubíes, Esmeraldas y Zafiros, por ejemplo.

También se ve escondido en la naturaleza dentro de frutas, flores, células y copos de nieve. Se ha descrito que la Flor de la Vida contiene el modelo de todo el Universo.



Semilla de vida

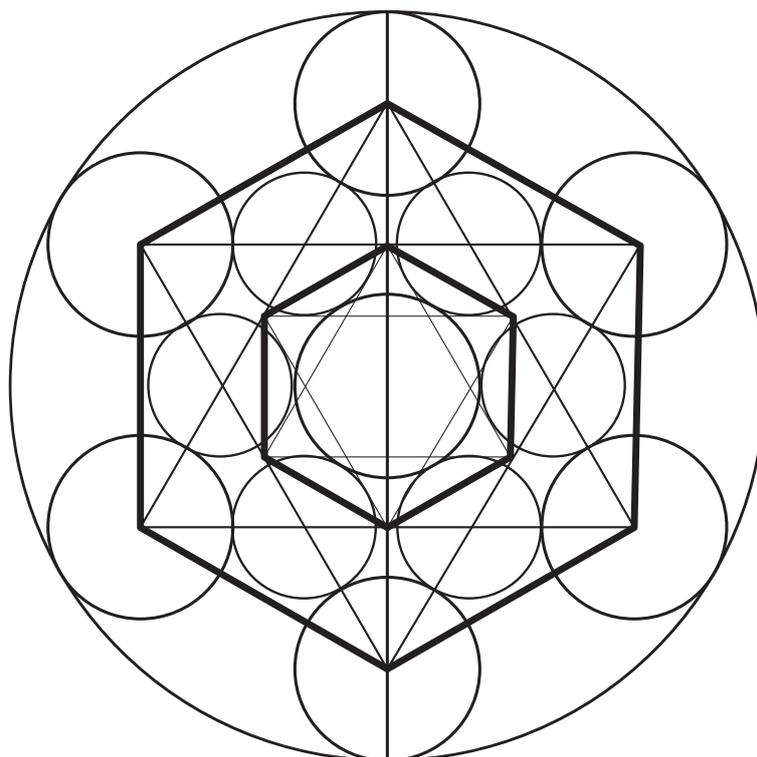
Palabras clave: Creación, Creatividad, Desarrollo, Crecimiento, Nuevos Comienzos

Vibración numérica: 7

Historia y simbolismo: La Semilla de la Vida se puede encontrar en el centro del símbolo de la Flor de la Vida. Esta forma de flor está creada por siete círculos superpuestos, a veces también bordeados por un octavo, como se muestra aquí. Al igual que su símbolo original, la Flor de la Vida, estas geometrías se pueden ver en cristales, flores y frutas.

El símbolo de la Semilla de la Vida se ha encontrado en muchos lugares, incluidos antiguos templos egipcios, iglesias inglesas medievales, bocetos de Leonardo da Vinci y la lápida de un caballero templario.

La Semilla de la Vida está asociada con los siete días de la creación y los siete días de la semana. Como componente de la Flor de la Vida, la Semilla de la Vida representa más el comienzo de un ciclo creativo. Es la semilla de la flor, que contiene en su interior el potencial y la energía para alcanzar la plena floración.



Cubo de Metatrón

Palabras clave: Purificación, Protección, Conocimiento Esotérico, Sabiduría, Espiritualidad, Conexión Angélica, Registros Akáshicos

Vibración numérica: 6, 13

Historia y simbolismo:

Este es otro símbolo de geometría sagrada que contiene muchas formas geométricas espiritualmente significativas. Esto incluye la Estrella de David, el Círculo, el Merkaba y el cubo. El Cubo de Metatrón a menudo se representa en forma tridimensional, pero como símbolo bidimensional, como se muestra aquí, contiene trece círculos.

Esta compleja forma geométrica debe su nombre al Arcángel Metatrón. Este es un ángel poderoso que registra toda la historia en un libro sagrado. El Arcángel Metatrón está asociado con el conocimiento y la sabiduría divina. Los cinco sólidos platónicos se pueden encontrar en este símbolo multidimensional. Muchas de las formas geométricas que componen el Cubo de Metatrón se consideran poderosos símbolos de protección en todo el mundo.



DECLARACIONES **PODEROSO**

1. Mis pensamientos fluyen libremente y fácilmente. Cambio de opinión fácilmente.
2. Decido ser yo. Me apruebo tal como soy.
3. Estoy en casa en el Universo. Estoy seguro, protegido y comprendido.
4. Me amo y me apruebo. Estoy en paz. Estoy tranquilo Todo está bien.
5. Creo un mundo alegre y pacífico para vivir.
6. Aumento mi conciencia del bien y el bien es lo que ahora atraigo.
7. Yo soy el centro mismo de la Vida y estoy totalmente conectado en el Amor.
8. Amo cada parte de mi cuerpo; Estoy sano, feliz y completo.
9. Mis pensamientos amorosos se conectan con personas de ideas afines y juntos bendecimos al mundo.
10. Me relajo por completo porque ahora sé que estoy a salvo.
12. Confío en la Vida y en mí.
13. Sólo creo experiencias alegres en mi vida.
14. Estoy agradecido por la generosidad de la vida hacia mí. Yo soy bendecida
15. Estoy completamente seguro en el Universo. Estoy en paz en todas partes. Confío en la Vida.

16. Protección divina. Seguridad. Paz. La Inteligencia del Universo opera en todos los niveles de la vida.
17. Vivo de acuerdo a mis más altos estándares con amor y alegría, amándome y aprobándome a mí mismo.

18. Libero el patrón en mi conciencia que creó esta condición.
19. Estoy dispuesto a cambiar. Me amo y me apruebo.
20. Estoy en casa en mi cuerpo.
21. Los demás reflejan el amor y la autoaprobación que tengo por mí mismo.
22. Estoy a salvo. Amo mi vida.
23. Yo creo mis propias experiencias.
24. A medida que me amo y me apruebo a mí mismo y a los demás, mis experiencias se vuelven cada vez mejores.

25. Yo soy mi propia autoridad. Me amo y me apruebo. La vida es buena.
26. Estoy seguro y nutrido por el amor del Universo mismo.
27. Equilibro mi energía masculina/femenina fácilmente y sin esfuerzo.
28. Me amo y me apruebo. Nadie,

El lugar o la cosa tiene poder sobre mí. Soy libre.

29. Estoy erguido y libre. Me amo y me apruebo.

30. Mi vida no es todos los días

completamente.

32. Me vuelvo joven de nuevo.

33. Yo soy la expresión viva, amorosa y alegre de la vida. Yo soy mi propia persona.

34. Me muevo por mi mayor bien.

35. Mi bien está en todas partes, estoy seguro y protegido.

36. Disfruto de mi sexualidad.

37. Me mantengo en la verdad y me muevo y vivo con alegría. Amo la vida y moverme libremente.

38. Acepto mi sexualidad y su expresión con amor y alegría.

39. Sólo acepto pensamientos que me apoyan y me hacen sentir bien.

40. Permito amorosamente que la ALEGRÍA fluya libremente en mi vida. Me quiero a mi misma.

41. Me amo y me apruebo.

42. Estoy en paz con el proceso de la vida.

43. Me rodeo amorosamente de pensamientos de alegría y paz.

44. El pasado se perdona y se olvida. Soy libre en este momento presente.

45. La vida sostiene todos mis pensamientos, por eso me amo y me apruebo y

Todo está bien.

46. Libero todo lo que sea diferente al amor y la alegría en mi mente.

47. Paso del pasado a lo nuevo, fresco y vital.

48. Confío en mi voz interior. Soy fuerte, sabio y poderoso.

49. Libero todas las restricciones y soy libre de ser yo mismo.

50. Expreso mis emociones de una manera feliz y positiva.

51. Me dejo llevar, me relajo y me dejo llevar. Estoy seguro en la vida.

52. Es seguro para mí vivir.

53. La vida siempre proveerá para mí. Todo está bien.

54. Libero todos los miedos. Ahora confío en el proceso de la vida. Sé que la vida es para mí.

55. Camino con la cabeza en alto y con amor.

56. Libero toda culpa y acepto la paz y la alegría de vivir.

57. Estoy sostenido por la Vida.
58. Me amo y me apruebo. Confío en que el
59. El proceso de la vida estará ahí para mí.
60. Estoy a salvo. Todo está bien.
61. Confío en que el proceso de la vida me conducirá sólo a mi mayor bien. Estoy en paz.
62. Confío en el proceso de la vida.
63. Siempre estoy en el lugar correcto, haciendo lo correcto, en el momento correcto. Me amo y me apruebo.
64. Es seguro ver otros puntos de vista.
65. Tengo la seguridad suficiente para ser flexible en mi mente.
66. Navego por la vida con facilidad.
67. La vida me sienta bien. Asimilo lo nuevo en cada momento de cada día. Todo está bien.
68. Los demás sólo reflejan los buenos sentimientos que tengo sobre mí mismo.
69. Amo y apruebo todo lo que soy.
70. Tomo mis decisiones basadas en los principios de la verdad.
71. Tengo la seguridad de que en mi vida sólo se llevan a cabo las acciones correctas.
72. Estoy relajado y en paz porque confío en el proceso de la vida. Todo está bien en mi mundo.
73. Elijo permitir que todas mis experiencias sean alegres y amorosas.
74. Este niño vive y respira la alegría de la vida y se nutre del amor.
75. Dios hace milagros todos los días.
76. Soy fuerte y saludable. Estoy bien estructurado.
77. Me siento seguro siendo yo.
78. Permito que el amor de mi propio corazón fluya a través de mí y limpie y sane cada parte de mi cuerpo y mis emociones.
79. Abro mi corazón y canto las alegrías del amor.
80. Voy más allá de viejas limitaciones y ahora me permito expresarme libre y creativamente.
81. Acepto mis decisiones con amor, sabiendo que soy libre de cambiar. Estoy a salvo.
82. Estoy aprobado para toda la Vida. Todo está bien. Estoy a salvo.
83. Confío en mi Ser Superior. Escucho con amor mi voz interior.
84. Libero todo lo que es diferente a la acción del amor.
85. Me regocijo por todos los regalos generosos en mi vida.

86. Mi bien ahora fluye libremente. Las ideas divinas se expresan a través de mí. Estoy en paz.
87. Estoy rodeado y habitado por paz.
87. Es mi derecho de nacimiento expresarme de manera creativa, de maneras que son profundamente gratificantes para mí. 88. Me divierto hoy.
91. Espero con ilusión las aventuras del día.
92. Aprendo a amarme y apoyarme a mí mismo y a los demás, y mi camino se vuelve más fácil.
93. Me encanta mi trabajo. Mi creatividad está felizmente satisfecha, porque amo lo que hago y el dinero viene después.
94. Estoy dispuesto a dejar que ocurran milagros en mi vida. Aprecio cuando ocurren.
95. La vida es cambio y me adapto fácilmente a lo nuevo. Acepto la vida: pasada, presente y futura.
96. Soy libre de hablar por mí mismo. Ahora estoy seguro de ver todo y a todos con alegría y amor.
98. Vivo en la totalidad de las posibilidades. Siempre hay otra manera. Estoy a salvo.
99. Calmo mis pensamientos y estoy sereno. La armonía me rodea.
100. Me amo y me apruebo ahora. Es seguro ser yo. Yo expreso quien soy.
101. Tengo el poder, la fuerza y el conocimiento para manejar todo en mi vida.
102. Estoy protegido por el Amor Divino. Siempre estoy seguro y protegido.
103. Estoy dispuesto a crecer y asumir la responsabilidad de mi vida.
104. Perdono a los demás y ahora creo mi propia vida como quiero. Estoy a salvo.
105. Me regocijo en mi feminidad. Me encanta ser mujer. Amo mi cuerpo.
106. Estoy amando pacíficamente.
107. Entrego todo el control al Universo.
108. Estoy en paz conmigo mismo y con la vida.
109. Mi concepto de Dios me sostiene. Soy normal y natural.
110. Me regocijo en mi propia sexualidad y en mi propio cuerpo.
111. Soy maravillosa.
112. Pienso y digo sólo palabras de amor. Estoy en paz con la vida.
113. Mi entendimiento es claro y estoy dispuesto a cambiar con los tiempos.
114. Avanzo con confianza y tranquilidad, sabiendo que todo está bien en mi futuro.
115. Tengo el derecho Divino a sentirme realizado en todos los ámbitos de la vida.

116. Soy digno del éxito y lo acepto ahora.
117. Soy una persona decidida. Me sigo y me apoyo con amor.
118. Yo soy el amor y la belleza de la vida en plena expresión.
119. Abro mi conciencia a la expansión de la vida.
120. Avanza en la vida, con alegría y facilidad.
121. Es seguro para mí disfrutar de mi propio cuerpo. Estoy feliz con mi identidad de género.
122. Vivo el momento presente, alegre y libre. Hay una alegre liberación del pasado. Vida
Es dulce y yo también lo soy.
123. Soy perfectamente feliz siendo yo. Soy suficientemente bueno tal como soy.
Yo mismo
Me amo y me apruebo.
124. Estoy expresando y recibiendo alegría.
125. Estoy en paz donde estoy.
126. Acepto mi bien, sabiendo que todas mis necesidades y deseos serán satisfechos.
llevado a cabo.
127. Estoy dispuesto a cambiar todos los estándares de crítica. Me amo y me apruebo.
128. Siento tolerancia, compasión y amor por todas las personas, incluido yo mismo.
129. Estoy dispuesto a cambiar los patrones en mí que crearon esta condición. Me amo a mí mismo y
Lo apruebo.
130. Estoy a salvo.
131. Me adapto fácilmente al cambio. Mi vida está guiada divinamente y siempre estoy
Yendo en la mejor dirección.
132. Yo creo todas mis experiencias. Yo soy el poder. Me regocijo en mi
masculinidad / feminidad. Soy libre.
133. Elijo vivir a través del espacio abierto en mi corazón.
134. Busco el amor y lo encuentro en todas partes.
135. Estoy a salvo. Confío en que la vida está aquí para mí. Me expreso con
libertad y alegría.
136. Vivo la vida en perfecto equilibrio.
137. Tengo la capacidad de absorber la plenitud de la vida. Vivo la vida con amor por
máximo.
138. Soy flexible y fluido.
139. Perdón. Comprensión. Compasión. Me doblo y fluyo con facilidad, y todo es
bien.
140. Tengo mucho espacio para crecer y cambiar.
141. Es seguro para mí estar vivo y feliz.
142. Yo perdono de buena gana. Inspiro vida en mi visión y veo con com-

pasión y
comprensión.

143. Creo paz en mi mente y mi cuerpo la refleja.

144. Yo soy el poder y la autoridad en mi mundo.

145. Estoy en paz.

146. Estoy lleno de vida, energía y alegría de vivir.

147. Amo mi cuerpo. Me quiero a mi misma. Amo todos mis ciclos. Todo está bien.

148. Escucho con amor y ternura.

149. La armonía y la paz, el amor y la alegría me rodean y habitan dentro de mí. Estoy a salvo y

protegido.

150. Libero voluntariamente el pasado. Es seguro para mí dejarlo ir. Ahora soy libre.

151. Me adapto fácilmente a nuevas experiencias, nuevas direcciones y nuevos cambios.

152. Soy poderosa y deseable. Es maravilloso ser mujer. Me amo y me siento realizada.

153. Elijo ver la vida como eterna y alegre. Soy eterno, alegre y estoy en paz.

154. Veo con amor y alegría.

155. Ahora creo una vida que me encanta mirar.

156. Ahora estoy dispuesto a ver mi propia belleza y magnificencia.

157. La vida es eterna y llena de alegría.

158. Es seguro para mí crear todo el amor que quiero.

159. Me alimento con alimento espiritual y estoy satisfecho y libre.

160. Estoy dispuesto a perdonar el pasado. Es seguro para mí superar las limitaciones de

mis padres.

161. Veo a mis padres como un hijo sin amor y los perdono fácilmente. Ambos

Somos libres.

162. Estoy entusiasmado con la vida y lleno de energía y entusiasmo.

163. Armonía, alegría, belleza y seguridad rodean ahora a este niño.

164. Es seguro para mí verlo. Estoy en paz.

165. Estoy seguro aquí y ahora. Lo veo claramente.

166. Veo con amor.

167. Acepto la guía divina y siempre estoy a salvo.

168. Ahora elijo apoyarme de una manera amorosa y alegre.

169. Todos los detalles se solucionan solos. Es seguro estarlo.

170. Afronto todas mis experiencias con sabiduría, con amor y con cuidado.

171. Me perdono y elijo amarme.

172. Me acepto como una persona bella y amada. Estoy a salvo.

173. Yo soy la expresión tranquila y pacífica de la paz y el amor.

174. Libero el patrón en mí que atrajo esta experiencia. Sólo creo cosas buenas en

mi vida.

175. Estoy en paz con los detalles de la vida.

176. Mi mente está en paz.
177. Estoy a salvo.
178. Me siento cómodo con mi sexualidad.
179. Yo soy yo mismo con la familia de la Vida.
180. Estoy a salvo. Confío plenamente en el proceso de la vida. La vida es para mí.
181. Tengo la fuerza, el poder y la capacidad para digerir todo lo que se me presente.
182. Le doy a mi mente unas felices vacaciones. Es seguro ser vulnerable.
183. Yo vivo mi vida con seguridad y alegría.
184. Sólo el bien viene a mí y a través de mí.
185. Amorosamente libero el pasado y dirijo mi atención a este nuevo día. Todo
- Él está bien.
186. Está bien hacer ruido. Me expreso con libertad y alegría.
187. Hablo por mí mismo fácilmente.
188. Ahora elijo pensamientos armoniosos y dejo que la alegría fluya libremente a través de mí.
- a mí.
189. Me relajo y dejo que la vida fluya a través de mí con facilidad.
190. Me amo y me apruebo. Estoy a salvo. Es seguro ser quien soy.
191. Me regocijo en mi propia expresión de vida.
192. Soy perfecto tal como soy. Me amo y me apruebo.
193. Yo soy el poder creativo de mi mundo.
194. Tengo todas las ideas y actividades divinas que necesito. Ahora sigo adelante
195. Yo soy el poder y la autoridad en mi vida. Soy libre de ser yo mismo.
196. Amo mi cuerpo. Amo mi sexualidad. Me quiero a mi misma.
197. Estoy seguro y a salvo. Estoy en paz conmigo mismo y con los demás.
198. Estoy en paz y cómodo en todas las áreas de mi vida. Soy fuerte y capaz.
199. Perdono fácilmente. Me amo y me recompensaré con pensamientos de elogio.
200. Soy una persona decidida. Me sigo y me apoyo con amor.
201. Hablo con bondad y amor. Sólo exudo lo que es bueno.
202. Elijo abordar todas mis experiencias con amor, con alegría y con facilidad.
204. Soy "uno" con toda la vida. Estoy seguro en todo momento.
205. Me amo y me apruebo. Me veo a mí mismo y lo que hago con ojos de amor. Estoy a salvo.
206. Mi corazón late al ritmo del amor.
207. Devuelvo la alegría al centro de mi corazón.
208. Expreso amor a todos.
209. Alegría. Felicidad. Felicidad. Permito amorosamente que la alegría fluya a través de mi mente,
- Cuerpo y experiencia.
208. Respiro libre y completamente. Estoy a salvo. Confío en el proceso

de la vida.

209. Libero todo lo que es diferente al amor. Hay tiempo y espacio para todo lo que quiero hacer.

214. Soy un padre amoroso para mí mismo.

212. Me colman de amor y aprobación. Es seguro para mí mostrar quién soy.

213. Traigo paz a cada rincón de mi vida.

218. Soy libre de pedir lo que quiera. Es seguro expresarme. Estoy en paz.

215. Mi energía masculina/femenina está perfectamente equilibrada.

216. La vida es para mí.

223. Escucho con amor lo agradable y lo bueno.

224. Yo soy un centro de amor.

225. Veo con ojos de amor. Hay una solución armoniosa y la acepto ahora.

220. Me notan y me aprecian de las maneras más positivas. Soy amado.

221. Estoy en paz con todas mis emociones.

230. Me amo y me apruebo.

231. Me relajo y reconozco mi valor. Soy lo suficientemente bueno La vida es fácil y alegre.

233. Es mi derecho de nacimiento vivir plena y libremente. Me encanta la vida. Me quiero a mi misma.

225. Me rodeo de seguridad y amor.

235. Creo espacio para que otros puedan sanar. Me encanta el otro.

236. Al liberar el pasado, entra lo nuevo, lo fresco y lo vital. Dejo que la vida fluya

a través de mí.

237. Avanzo libre del pasado. Estoy a salvo. Soy libre.

238. Soy "uno" con todo en la vida. El Universo me apoya plenamente. Todo está bien.

239. Me relajo y permito que mi mente esté en paz.

240. Equilibro amorosamente mi mente y mi cuerpo.

241. Ahora elijo pensamientos que me hagan sentir bien.

242. Creo una vida llena de recompensas.

243. Las películas en mi mente son hermosas porque elijo hacerlas de esa manera. Me quiero a mi misma.

244. La vida me ama y yo amo la vida. Ahora elijo vivir plena y libremente.

236. Escucho a lo Divino y me regocijo en todo lo que puedo oír. Soy "uno" con todos.

247. Avanzo con alegría hacia nuevos niveles de experiencia. Todo está bien.

248. Estoy en mi lugar perfecto y estoy seguro en todo momento.

249. Ahora voy más allá de los miedos y limitaciones de los demás. Yo creo mi vida.

250. Este momento está lleno de alegría. Ahora elijo experimentar la dulzura del hoy.

251. Mi ingesta, asimilación y eliminación están en perfecto orden.

252. Estoy en paz con la vida.

253. Estoy profundamente centrado y en paz en la vida.

254. Avanzo con confianza y alegría, sabiendo que todo está bien en mi vida.

futuro.

255. Estoy por encima de todas las limitaciones. Estoy divinamente guiado e inspirado. Amar cura toda la vida.

256. Voy más allá de las limitaciones del pasado hacia la libertad del ahora. Es seguro ser yo.

257. Hablo por mí mismo libremente y reclamo fácilmente mi propio poder. Me amo a mí mismo y

Lo apruebo.

258. Soy libre y estoy seguro.

259. Ahora estoy completamente centrado en el amor y en la alegría de estar vivo.

260. Fluyo con la vida. La paz del espíritu es mía.

261. Estoy unido y en equilibrio con todo en la vida. Estoy a salvo.

262. Expreso mi creatividad. Estoy dispuesto a cambiar.

263. Yo libero voluntariamente y con alegría.

264. Estoy a salvo. Toda presión se disuelve. Soy lo suficientemente bueno.

265. Mi mente está clara y libre. Dejo el pasado y paso a lo nuevo. Todo está bien.

266. Mi mente es gentil y armoniosa.

267. Me amo y me apruebo. Soy libre de ser yo mismo.

268. Hip Hip Hooray – Hay alegría en cada día.

269. Soy equilibrado y libre.

270. Estoy en perfecto equilibrio. Avanza en la vida con facilidad y alegría en todo.

siglos.

271. Los milagros ocurren todos los días.

262. Voy hacia dentro para disolver el patrón que creó mi situación y ahora acepto

Una sanación divina. ¡Y así es!

263. Sé digerir y asimilar todas las nuevas experiencias con paz y alegría.

275. Amor, paz y alegría es lo que conozco.

276. Yo estoy en el centro de la vida. Me apruebo a mí mismo y a todo lo que veo.

277. Estoy seguro en cualquier lugar del Universo. Me amo y confío en el proceso de la vida.

278. Ahora elijo hacer mi vida ligera, fácil y alegre.

279. Creo una nueva vida con nuevas reglas que me apoyan plenamente.

280. Me amo y me apruebo. Estoy haciendo lo mejor que puedo. Soy maravilloso

Estoy en paz.

281. Ahora permito que todo el poder de mi principio sexual opere con facilidad y

felicidad.

282. Estoy dispuesto a sentir. Es seguro para mí expresar mis emociones. Me quiero a mí misma.

283. Elijo ser pacífico y armonioso.

284. Mi pensamiento es pacífico, tranquilo y centrado.

285. Estoy más allá de las creencias del grupo o del calendario. Estoy libre de toda congestión e influencia.

286. Es mi derecho divino tomar mi propia dirección en la vida. Estoy a salvo. Soy libre.

287. Ahora libero la ira de maneras positivas.

288. Me amo y me valoro.

289. Esta mente conoce su verdadera identidad y es el punto creativo de la Autoexpresión.

Divino.

290. Amorosamente libero el día y caigo en un sueño tranquilo, sabiendo que mañana

se cuidará solo

291. Asimilo y absorbo fácilmente todo lo que necesito saber para liberarme del pasado.

con alegría.

292. Mis pensamientos amorosos mantienen fuerte mi sistema inmunológico.

293. Estoy seguro por dentro y por fuera. Me escucho con amor.

294. Creo bases firmes para mí y para mi vida.

295. Elijo mantener mis creencias con alegría.

296. Declaro que la paz y la armonía habitan dentro de mí y me rodean en todo momento. Todo

Él está bien.

297. Estoy vivo a las alegrías de vivir. Merezco y acepto lo mejor de la vida. I

Me amo y me apruebo.

298. Mi sexualidad está segura.

299. Me apruebo a mí mismo y mis decisiones siempre son perfectas para mí.

300. Es mi derecho de nacimiento que mis necesidades sean satisfechas. Ahora pido lo que quiero.

con amor y con facilidad.

301. Hay tiempo y espacio para todo lo que quiero hacer.

302. Estoy entusiasmado con la vida. Soy bendecido en cada ocasión.

303. Tomo decisiones acertadas siempre que escuche mi guía interior.

304. Yo creo mi propia realidad y atraigo a todos los que atraigo a ella. La vida es lo que yo hago de ella.

305. Todas mis necesidades y deseos se satisfacen incluso antes de pedirlos. Todo

Está bien en mi vida.

306. Cultivo mi esencia cada día. Cuento mis bendiciones.

307. Yo soy el único pensador en mi mente.

308. Mi creatividad fluye porque elijo amar mi trabajo.

309. Permito que mis ingresos crezcan de forma constante y ahora vivo cómoda y bellamente.

310. Vivo bajo la creencia de que estamos aquí para bendecirnos y prosperarnos unos a otros.

311. Hoy hago un acto de bondad al azar. ¡Qué alegría es hacer sonreír a alguien!

312. La paz y la armonía divinas me rodean y me habitan.

313. Soy un oasis de paz, amor y alegría. Todo está bien en mi mundo.

314. Me amo y me apruebo. Estoy en paz conmigo mismo. Soy maravillosa-

solo.

315. La alegría ahora fluye libremente dentro de mí y estoy en paz con la vida.

316. Calmo mis pensamientos y estoy sereno.

317. Libero la necesidad de tener razón. Estoy en paz. Me amo y me apruebo.

318. Mi mente y mi cuerpo están en perfecto equilibrio. Yo controlo mis pensamientos.

319. Avanzo con confianza y facilidad. Confío y fluyo con el proceso de la vida.

320. Absorbo libremente las ideas Divinas que están llenas del aliento y la inteligencia de la Vida. Este es un nuevo momento.

321. Soy poderoso, seguro y protegido. Todo está bien.

322. Hay suficiente para todos. Yo creo mi bien y mi libertad con pensamientos.

de amor.

323. Reconozco y acepto que yo soy el poder creativo en mi mundo.

324. Ahora elijo disfrutar mi vida.

325. Ahora controlo mi mente y mi vida. ¡Soy un ser poderoso y dinámico!

326. Cada parte de mi cuerpo funciona perfectamente. Me quiero a mi misma.

327. Acepto y me regocijo en mi masculinidad/feminidad.

328. Me amo y me apruebo. Acepto mi propio poder. Soy eternamente joven en

espíritu.

329. Este niño está divinamente protegido y rodeado de amor. Reclamamos inmunidad mental.

330. Estoy dispuesto a cambiar y crecer. Ahora creo un futuro nuevo y seguro.

331. Me libero cómoda y fácilmente de lo viejo y doy la bienvenida a lo nuevo en mi vida.

vida. Estoy a salvo.

332. Yo soy la alegría de la Vida expresándose y recibiendo en ritmo perfecto.

333. Creo que la acción correcta siempre está ocurriendo en mi vida. Estoy en paz.

334. Fluyo suavemente con la vida y cada nueva experiencia. Todo está bien.

335. Respiro libre y completamente. Confío en el proceso de la vida y estoy seguro.

336. Hay un cambio positivo en el aire y espero que me lleguen sorpresas maravillosas.

337. Puedo manejar cualquier cosa que se me presente. Soy un individuo

poderoso.

338. Cada parte de mi cuerpo es especial. Acepto la salud perfecta como estado

natural a mi ser. Amo y apruebo mi cuerpo.

339. A la gente le encanta estar conmigo y a mí me encanta estar con otras personas. La vida es tan buena.

340. Sólo yo puedo saber lo que es correcto para mí. Escucho mi propia sabiduría.

341. Hoy es un día maravilloso. Elegí divertirme, jugar y reír.

342. Visualizo un mundo de paz y abundancia.

343. Siento armonía y unidad entre las naciones y contribuyo a esta armonía cada día.

días.

344. Siempre habrá nuevas cosas que aprender y nuevas lecciones que aprender.

345. Estoy abierto y receptivo a nuevas ideas.

346. El cambio puede comenzar ahora mismo. Estoy dispuesto a cambiar ahora.

347. La vida refleja todos mis pensamientos.

348. Mientras mantenga mis pensamientos positivos, la vida sólo me traerá cosas buenas.

experiencias.

349. Estoy dispuesto a liberar el patrón en mí que está creando cualquier condición.

negativos en mi vida.

350. Me relajo y experimento la paz del pensamiento ilimitado. Soy "uno" con toda la vida.

351. Mis ingresos aumentan constantemente. Yo prospero dondequiera que voy.

352. Me resulta fácil expresar y recibir amor porque soy un ser amoroso.

353. Constantemente me llega el bien para que pueda relajarme y disfrutarlo.

mi vida.

354. Mis pensamientos alegres y amorosos crean mi mundo alegre y amoroso.

355. Me pagan bien por hacer el trabajo que me encanta. Me permito prosperar.

356. Es seguro crecer. El mundo está seguro. Estoy a salvo.

357. Es con flexibilidad y facilidad que veo todos los lados de una cuestión.

358. Hay innumerables maneras de hacer y ver las cosas. Estoy a salvo.

359. En mi vida sólo se llevan a cabo acciones correctas.

360. Libero lo viejo y doy la bienvenida a lo nuevo. Todo está bien.

361. Me comunico con facilidad y alegría.

362. Abro mi corazón y creo sólo comunicación amorosa. Estoy a salvo. Estoy bien.

363. Estoy en un viaje sin fin a través de la eternidad y hace mucho tiempo.

364. Me comunico con mi corazón. Todo está bien.

365. Libero el patrón de demora dentro de mí y ahora permito que el éxito sea mío.

366. Me amo y me apruebo. Reconozco mi verdadero valor. Soy maravilloso

367. Me amo y me consuelo de maneras que me agradan.

368. Me amo y me aprecio. Comparto mis sentimientos y mi amor.

Respondo al amor de todos.

369. Estoy en paz y confío en el proceso de la vida. Estoy seguro y protegido.
370. Me defiende y la Vida me apoya de maneras inesperadas y amorosas.
371. Estoy equilibrado en mi flujo creativo.
372. Estoy en paz con mis propios sentimientos.
373. Estoy seguro donde estoy. Yo creo mi propia seguridad. Me amo y me apruebo.
374. Sé que la Vida me sostiene de una manera grande y gloriosa. La vida me ama y

cuidame

375. Libero el pasado amorosamente. Él es libre y yo también. Todo está bien.

en mi corazón ahora.

376. Soy un pensador libre y tengo maravillosas experiencias con facilidad y alegría.

377. Mi vida es dulce.

378. Me amo y me apruebo y sólo yo creo dulzura y alegría en mi vida.

379. Estoy a la par con todo en la vida. Soy totalmente adecuado para todas las situaciones.

380. Retiro amorosamente mi poder y elimino toda interferencia.

381. Me relajo sabiendo que estoy a salvo. La vida es para mí y confío en el proceso de la vida.

382. Ahora puedo tomar el control de mi propia vida de forma segura. Yo elijo ser

gratis.

383. Este niño está seguro y amado. Este niño es bienvenido y amado.

384. Me amo y me apruebo. Me permito seguir adelante. Es seguro moverse.

385. Confío en el proceso de la vida. En este contexto sólo se llevan a cabo acciones correctas y buenas.

mi vida.

386. Sé que la vida siempre me apoya.

387. Confío en el proceso de la vida. Siempre me atienden en todo lo que necesito.

Soy

seguro.

388. Me amo y me apruebo. La vida me apoya y me ama.

389. Libero el pasado con amor. Elijo expresar sólo amor.

390. Es seguro ser yo. Soy maravillosa tal como soy.

391. Yo elijo vivir. Elijo la alegría y la autoaceptación.

392. Dejo ir fácil y cómodamente aquello que ya no necesito en la vida.

393. Me acepto total y completamente, con todos mis problemas y todas mis fortalezas.

deficiencias.

394. Es seguro dejarlo ir. Sólo lo que ya no necesito sale de mi cuerpo.

395. Siempre hay una manera nueva y mejor de experimentar la vida.

396. Perdono y libero el pasado. Me muevo hacia la alegría.

397. Me regocijo en quien soy. Soy una hermosa expresión de vida, fluyendo perfectamente en cada momento.

398. La inteligencia, el coraje y la autoestima están siempre presentes. Es seguro estar vivo.
399. Sé que valgo la pena. Es seguro para mí tener éxito. La vida me ama.
400. Es seguro para mí sentir alegría en todas las áreas de mi vida. Me encanta la vida.
401. Me concentro en la seguridad y acepto la perfección en mi vida. Todo está bien.
402. Estoy a salvo. Me amo y me apruebo. Confío en la vida.
403. Este niño es visto con amor, compasión y comprensión. Todo está bien.
404. Hay tiempo y espacio para todo lo que necesito hacer. Estoy en paz.
405. Es seguro expresar mis sentimientos. Me perdono a mí mismo.
406. Este bebé ahora comienza una nueva, alegre y maravillosa vida. Todo está bien.
407. Cada experiencia es perfecta para nuestro proceso de crecimiento. Estoy en paz donde Soy.
408. Me perdono y me amo ahora y siempre. Soy libre.
409. Estoy libre de todas las irritaciones. Todo está bien.
410. Merezco disfrutar la vida. Acepto todo el placer que la vida tiene para ofrecer.
411. Es seguro sentir. Me abro a la vida, estoy dispuesto a experimentar la vida.
412. Estoy seguro, me relajo y dejo que la vida fluya con alegría.
413. Estoy a salvo. Es seguro sentir. Mis sentimientos son normales y aceptables.
414. Me amo y me apruebo. Estoy a salvo. La vida es segura y alegre.
415. Abrazo y sostengo amorosamente mis experiencias con facilidad y alegría.
416. Estoy lleno de alegría. Fluye a través de mí con cada latido de mi corazón.
417. Estoy totalmente abierto a la vida y a la alegría. Yo elijo ver con amor.
418. Yo soy Amor. Ahora elijo amarme y aprobarme.
419. Veo a los demás con amor.
420. Atraigo automáticamente experiencias positivas a mi vida.
421. Siempre se me presentan oportunidades nuevas y maravillosas.
422. Fluyo con lo que sucede en el momento.
423. Me regocijo por el éxito de los demás, sabiendo que hay mucho para todos nosotros.
424. La libertad es mi derecho de nacimiento. Todo está bien en mi mundo.
425. Un nuevo pensamiento trae nuevas experiencias.
426. Sé que estoy total y completamente apoyado por el Universo.
427. El bien ahora inunda mi vida desde canales esperados e inesperados.
428. Me muevo fácilmente a través del tiempo y el espacio.
429. Sólo el amor me rodea.
430. Perdono y libero amorosamente todo el pasado. Elijo llenar mi mundo con felicidad. Me amo y me apruebo.

431. Me permito ser todo lo que puedo ser.
432. Merezco lo mejor en la vida. Me amo y me aprecio a mí mismo y a los demás.
433. Libero el pasado y permito que el tiempo sane todas las áreas de mi vida.
434. Ahora elijo crear una vida alegre y abundante. Estoy tranquilo
435. La vida es eterna y llena de alegría. Espero con ansias cada momento.
436. Perdono a los demás. Me perdono a mí mismo. Soy libre de amar y disfrutar la vida.
437. Contribuyo a una vida familiar unida, amorosa y pacífica. Todo está bien.
438. Soy libre de difundir amor y alegría por todo mi mundo. I

Me encanta la vida.

439. Sólo creo experiencias pacíficas porque me amo. Todo está bien.
440. Permito que mi mente se relaje y esté en paz.
441. La claridad y la armonía están dentro de mí y a mi alrededor. Todo está bien.
442. Este niño sólo responde al amor y a los pensamientos amorosos. Todo esta dentro
paz.
443. Dejo ir fácilmente aquello que ya no necesito.
444. El pasado ha terminado y soy libre.
445. Soy parte del ritmo y flujo perfecto de la vida.
446. Todo está en orden divino.
447. Ahora descubro lo maravillosa que soy. Elijo amar y divertirme.
448. Es con el amor que me libero completamente del pasado. Soy libre. Yo soy amor.
449. El pasado ya pasó. Elijo amarme y aprobarme en el ahora.
450. Me amo y me apruebo y confío en el proceso de la vida. Estoy a salvo.
451. Me perdono con amor. Soy libre.
452. Libero el pasado. Soy libre de seguir adelante con amor en mi corazón.
453. Veo con amor y comprensión. Considero todas mis experiencias a la luz de amar.
454. Confío en el proceso de la vida. Estoy a salvo.
455. Permito que mis pensamientos sean libres.
456. El pasado ya pasó. Estoy en paz.
457. Libero el patrón en mí que creó esto.
458. Estoy en paz. Yo lo valgo.
459. Me encanta la vida. Es seguro vivir
449. Es mi derecho de nacimiento vivir plena y libremente. Vale la penaamarlo. Ahora elijo vivir la vida plenamente.
450. Me amo y me apruebo. Me preocupo por mí mismo. Soy totalmente adecuado en todo los momentos.
463. Declaro paz y armonía dentro de mí y a mi alrededor. Todo está bien.
464. Me amo y me estimo. Soy amable y gentil conmigo mismo. Todo

Él está bien.

465. Me amo a mí mismo tanto o más de lo que amo a los demás.

466. Soy amado, nutrido y apoyado por la Vida misma.

467. Es seguro para mí estar vivo.

468. Corro alegremente a saludar las maravillosas experiencias de la vida.

469. Sólo creo paz y armonía dentro de mí y en mi entorno.

470. Merezco sentirme bien.

471. El amor relaja y libera todo lo que es contrario a él.

472. Uso mi poder sabiamente.

473. Soy fuerte. Estoy a salvo. Todo está bien.

474. Es seguro ver y probar nuevas ideas y nuevas formas. Estoy abierto y receptivo al bien.

475. Sólo creo experiencias alegres en mi mundo amoroso.

476. Estoy seguro y protegido en todo momento.

477. El amor me rodea y me protege. Todo está bien.

478. Elijo amar la vida. Mis canales de alegría están abiertos. Es seguro recibirlo.

467. Soy cariñoso y amable.

481. Yo soy una expresión divina de la vida. Me amo y me acepto donde estoy ahora mismo.

482. Cuido amorosamente mi cuerpo, mente y emociones.

483. Este niño es deseado, acogido y profundamente amado.

484. Me amo y me apruebo. Es seguro para mí cuidarme.

485. Me amo y me acepto a todas las edades.

486. Cada momento de la vida es perfecto.

487. Soy parte del diseño universal. Soy importante y soy amado por la Vida misma.

488. Soy poderoso y capaz. Me amo y me aprecio por todo mi ser.

489. Vivo en el ahora. Cada momento es nuevo.

490. Elijo ver mi valor. Me amo y me apruebo.

491. El mundo es seguro y amigable. Estoy a salvo.

492. Estoy en paz con la vida.

493. Estoy equilibrado y en paz con todos los ciclos cambiantes y bendigo mi cuerpo con amar.

494. Acepto todo mi poder y acepto todos mis procesos corporales como normales y naturales. Me amo y me apruebo.

495. Me relajo en el flujo de la vida y dejo que me proporcione todo lo que necesito con facilidad y comodidad. La vida es para mí.

496. Permito que el amor de mi propio corazón sane todo lo que veo.

497. Elijo la paz. Todo está bien en mi mundo.

498. La acción divina correcta está siempre ocurriendo en mi vida.

499. De cada experiencia sólo surge lo bueno. Es seguro cultivarlo.

500. Resuelvo todos los problemas pasados con facilidad.

501. Confío en el proceso de la vida. Pido fácilmente lo que quiero. La vida me apoya.

502. La acción correcta divina está siempre ocurriendo en mi vida.
503. Me amo y me apruebo. Todo está bien.
504. Me amo, me aprecio y me cuido. Soy suficiente.
505. Siempre tengo el control de mis pensamientos.
506. Estoy a salvo. Me amo y me apruebo.
507. Me alimento con amor.
495. Me perdono. Me amo y me apruebo. Me comunico con amor.
496. Reconozco mi propia capacidad intuitiva.
511. Acojo nuevas ideas y nuevos conceptos y los preparo para su digestión y asimilación.
512. Utilizo todos mis sentidos con igual y perfecta claridad.
513. Libero y disuelvo el pasado. Soy un pensador claro. Vivo en el ahora en paz y

felicidad

514. Al elegir pensamientos amorosos y alegres, creo un mundo amoroso y alegre.
Soy

seguro y gratuito.

515. Experimento la vida como una danza alegre.
516. Yo soy la alegría de la Vida expresándose y recibiendo.
517. Libero felizmente el pasado. Estoy en paz.
518. Ahora elijo vivir en el siempre alegre ahora.
519. Mi vida es una alegría.
520. Nuevas ideas alegres circulan libremente dentro de mí.
521. Despierto una nueva vida dentro de mí. Yo fluyo.
522. Me amo y me apruebo. Estoy a salvo.
523. Expreso amor y alegría y estoy en paz. Estoy bien estructurado y equilibrado.

524. El Espíritu Divino es la estructura de mi vida.
525. Estoy seguro, amado y totalmente apoyado.
526. En mi mundo, yo soy mi propia autoridad. Porque soy el único que piensa con la
mi mente.
527. Respiro vida plenamente.
528. Me relajo y confío en el flujo y el proceso de la vida. Dejar ir es fácil.
529. Libre y fácilmente libero lo viejo y doy la bienvenida a lo nuevo con alegría.

530. Merezco lo mejor de todo lo que es importante para mí.
531. Yo soy el operador amoroso de mi mente.
532. Es fácil reprogramar la computadora en mi mente.
533. Todo en la vida es cambio y mi mente siempre es nueva.
534. Absorbo y distribuyo los alimentos en perfecto equilibrio.
535. Soy importante. Te lo diré. Ahora me cuido y me alimento con amor y alegría.

536. Permito a los demás la libertad de ser quienes son.
537. Todos estamos seguros y libres.
538. Voy más allá de las limitaciones de mis padres.
539. Soy libre de ser lo mejor que pueda ser.
540. Confío en el proceso de la vida. Estoy a salvo.

