

## DÍA 4

La Luz Dorada es un gran poder que viene directamente de las dimensiones más elevadas para ayudarnos a sanar y transformar lo que se interpone en nuestro camino hacia la iluminación. Hoy la Luz Dorada nos ayuda a abrir y limpiar el primer chakra que se localiza en el cuerpo físico, el centro Corona. En Medicina China se llama "el punto de encuentro cien" donde los seis meridianos yang convergen con el vaso gobernador. Localizado en el área de la fontanela, este chakra está situado allí donde la energía de la Voluntad Divina se encuentra con la densidad de nuestra humanidad. Es una puerta a través de la que nos alineamos con el plan divino de nuestras vidas. Es el punto de entrada de la fuerza de la vida humana, una corriente invisible de energía que mana sin cesar en el sistema energético humano en la medida en que nosotros permitimos que la energía circule. Cuando consciente o inconscientemente bloqueamos ese flujo de información y de energía nos separamos de la Voluntad Divina e inhibimos el flujo de la fuerza vital o prana a nuestro sistema.

Todos somos parte del Plan Divino y cada uno de nosotros tiene talentos únicos y dones que son necesarios para que ese plan se cumpla. No es una cuestión de si aceptamos o no el plan divino. La verdadera cuestión es: ¿con qué facilidad nos entregamos?

Cuando el Chakra de la Corona está bloqueado nos sentimos sin esperanza. La vida parece no tener sentido, nos sentimos solos y sin apoyo, no confiamos en la generosidad del universo y en consecuencia no confiamos en los demás ni en nosotros mismos. Tenemos miedo de lo que el futuro nos traerá, sin darnos cuenta de que estos pensamientos y sentimientos de miedo pueden crear lo que más tememos. No nos sentimos seguros. Hemos perdido el camino y no sabemos cómo volver al camino de la paz y de la felicidad.

A nivel físico este chakra corresponde e influye en la salud de los siguientes sistemas:

- ❖ Sistema nervioso
- ❖ Sistema muscular
- ❖ Piel y esqueleto

Los bloqueos de este chakra pueden manifestarse como:

- ❖ Depresión
- ❖ Fatiga crónica
- ❖ Trastornos nerviosos
- ❖ Trastornos de la piel
- ❖ Fibromialgia

Los dones de este chakra son:

- ❖ Claridad
- ❖ Humanitarismo
- ❖ Generosidad
- ❖ Capacidad para ver el cuadro completo
- ❖ Confianza
- ❖ Entrega
- ❖ Devoción
- ❖ Valor

## **MEDITACIÓN**

- ❖ Expresamos la intención de que la Luz Dorada descienda hasta el Portal Estelar y hasta la Estrella del Alma como hemos hecho en las meditaciones anteriores.
- ❖ Dirigimos la Luz Dorada a través del Chakra del Pasado para continuar el proceso de limpieza y liberación que iniciamos ayer.
- ❖ Ahora enfocamos la Luz Dorada sobre nuestra corona y expresamos la intención de que la Luz Dorada fluya hacia nuestro chakra corona. Dejamos que se acumule hasta que palpite con fuerza.
- ❖ Si el chakra de la corona está bloqueado podemos sentir resistencia a la entrada de energía en forma de una presión en la parte alta de la cabeza o como si clavaran una aguja. Permanecemos en calma y observamos lo que ocurre sin juzgar y manteniendo la intención de que la energía dorada fluya hacia el chakra corona.
- ❖ Pensamos en las áreas de la vida en las que hay problemas: ¿es en la salud? ¿en las relaciones? ¿el sustento? ¿la vida ha perdido sentido y el brillo que da saber que hacemos algo que tiene valor?
- ❖ Tomamos una respiración profunda, la mantenemos un momento y al expirar dejamos partir todas las preocupaciones. Se las damos a la Fuente/Dios/Creador y nos abandonamos a los cuidados de este poder que es todo sabiduría, amor, fuerza y es eterno. Hacemos el vacío para llenarnos de nuestra Fuente.
- ❖ La entrega abre el chakra Corona de manera que la luz dorada penetra en él, limpiando, dando energía y bendiciendo.
- ❖ Suavemente, pero con profunda convicción decimos: "Se hará tu voluntad en mi vida". Al principio puede resultar difícil de decir, pero a medida que lo repetimos y nos abandonamos al

poder de la Vida sentiremos que el cuerpo se relaja, la mente se aclara y el corazón comienza a abrirse.

- ❖ Nos sentimos apoyados, reconfortados y comprendidos por este poder que nos crea y que nos conoce mejor que nadie. Un poder sabio, comprensivo, creativo y por supuesto que nos ama.
- ❖ Dejamos que este sentimiento se extienda desde el centro de la corona hasta todo el cuerpo y hasta cada una de las millones de células que conforman el cuerpo físico.
- ❖ Observamos cómo el cuerpo y el campo energético se iluminan y se expanden a medida que afirmamos nuestra confianza en un poder que está más allá de todo lo imaginable con la mente humana. "Se hará tu voluntad en mi vida".
- ❖ Repetimos interiormente una y otra vez: Confío en la vida, confío en que el camino será claro.
- ❖ Permitimos que el chakra Corona se llene completamente e irradie luz dorada hasta que se funda con el color morado del centro corona creando formas y patrones cada vez más complejos y hermosos.
- ❖ Permitimos que la luz dorada fluya con intensidad a través del canal central y que penetre en la Tierra iluminando el entramado energético y limpiando el chakra Corona de la Madre Tierra.
- ❖ Damos las gracias por nuestras vidas y por las bendiciones que ya están presentes en ellas.
- ❖ Cuando estemos preparados, salimos de la meditación, nos aseguramos de estar bien anclados y expresamos la intención de estar presente durante todo el día.

## **ENFOQUE DEL DÍA**

Hoy queremos ser uno con el Cielo y la Tierra. Si es posible, libérate de las restricciones del tiempo, si te sientes ansios@ o estresad@, céntrate en el chakra corona, da golpecitos en lo alto de la cabeza y di: "confío en que el camino será claro. Todo está bien". Usa el canto armónico o simplemente canta usando la vocal E para estimular la glándula pineal que está localizada en la corona y juega un importante papel en el crecimiento espiritual y en la transformación.

Sé consciente de la respiración, manteniendo el ritmo de respiración con la fuerza vital y liberando los problemas con la expiración. Date un momento de calma y mantente abiert@ a ideas e inspiraciones que no vengan del ego.

"Mi promesa es darte siempre lo que pides. Tu promesa es pedir", de Conversaciones con Dios, libro I.

Namaste

### **ALGO PRÁCTICO**

- ❖ Bebe agua
- ❖ Añade esencias como la esencia Rainbow Clarity para ayudar a soltar las resistencias a la Voluntad Divina.
- ❖ Come ligero. Elige alimentos de color morado o blanco.
- ❖ Céntrate en el color morado y/o lleva una amatista, una fluorita o un cuarzo lavanda.
- ❖ Entregarse al plan divino no significa perder el poder, lo contrario. Cuando te entregas comienzas a recibir dones, curación y amor.

La esencia recomendada para el chakra de hoy es CLARITY