

## DÍA 5

El centro de la meditación de hoy y de los ejercicios es el Tercer Ojo, localizado en el cerebro, entre las glándulas pituitaria y pineal. La naturaleza de este chakra es la luz pura y se relaciona con la visión y con la intuición.

A nivel físico este chakra corresponde e influye los siguientes sistemas:

- ❖ Cerebro
- ❖ Sistema nervioso
- ❖ Ojos y oídos
- ❖ Glándula pineal y pituitaria
- ❖ Tálamo e Hipotálamo

Los bloqueos del Tercer Ojo se manifiestan como:

- ❖ Tumores cerebrales
- ❖ Ictus
- ❖ Meningitis
- ❖ Epilepsia
- ❖ Trastornos neurológicos
- ❖ Problemas de vista y oído
- ❖ Dislexia y dificultades del aprendizaje
- ❖ Hiperactividad

Los dones que contiene este chakra son:

- ❖ Intuición
- ❖ Clarividencia
- ❖ Clariaudiencia
- ❖ Intención
- ❖ Visión
- ❖ Enfoque

La intuición es la habilidad de percibir las dimensiones más sutiles de la realidad. Todo el mundo tiene esta habilidad, pero algunos tienen más facilidad para utilizarla al igual que ciertas personas tienen un talento natural para tocar un instrumento musical y otros para la pintura.

La intuición es la habilidad para percibir la inspiración y la guía que procede del Ser Superior. Todas las respuestas que necesitaremos y busquemos ya existen en la vida insufladas por nuestro Ser Superior y la Luz Dorada nos las trae como mensajera de las dimensiones más elevadas de nuestro ser.

Todo lo que tenemos que hacer es permanecer lo suficientemente en calma como para oír la voz de nuestro Ser Superior de modo que nos sintamos como el reflejo perfecto de las maravillas, la gloria y el poder que habita en nosotros, el reflejo de nuestro eterno YO SOY.

La visión del Tercer Ojo incluye la capacidad de clarividencia y clariaudiencia, pero sobre todo es el poder de centrarse claramente en lo que queremos manifestar en nuestras vidas. Liberad@s de las limitaciones del pasado y entregad@s al plan divino, nuestra mente divina puede centrarse en sí misma a través del Tercer Ojo como un brillante rayo láser con el que creamos para nosotros mismos y para el bien más elevado de todo lo viviente.

Practiquemos el poder de la visión colocando nuestros deseos terrestres, sueños y objetivos como semillas estelares en el suelo fértil de las infinitas posibilidades y centremos el láser de nuestra visión interior sobre ellas. Este proceso nos mostrará el creador o creadora en nosotros, hech@ a imagen de Dios/Fuente/Divinidad. El pájaro en el árbol no tiene un conocimiento consciente del proceso de manifestación, simplemente confía en que en cada momento sus necesidades serán cubiertas, y así es. A nosotros se nos ha dado el don de la consciencia y albergamos en nosotros el poder de la Fuente. Nuestra alma conoce esta verdad, pero nuestro yo terrestre tiene que integrarlo a través del corazón donde este conocimiento se convierte en una realidad. Una vez que esto ocurre significa que la transformación ha comenzado.

Trabajemos con el poder de la intuición y de la visión y sintamos gratitud por los milagros que podemos crear. Y a medida que plantamos nuestros sueños y deseos en el fértil suelo de nuestra mente creativa, aceptemos que todos ellos culminarán en los deseos de nuestra alma para volver a casa con la paz, el gozo y el amor infinito de la Unidad.

## **MEDITACIÓN**

- ❖ Expresamos la intención de que la luz dorada descienda hasta el Portal Estelar (centro de arriba), la Estrella del Alma, el chakra del Pasado y el centro Corona.
- ❖ A medida que la luz dorada crea un calidoscopio de patrones en el centro Corona, expresamos la intención de que fluya hacia el Tercer Ojo.
- ❖ Sentimos la vastedad y el azul profundo de este espacio y observamos cómo la luz dorada crea remolinos de luz que se manifiestan como estrellas brillantes en el firmamento de vuestra mente creativa.
- ❖ Traemos a la mente nuestros objetivos, nuestros sueños, lo que necesitamos crear para ser felices y sentirnos plenos y los soltamos como semillas en la noche azul del Tercer Ojo.
- ❖ Estando totalmente presentes en el esplendor de este espacio nos preguntamos qué es lo que realmente buscamos más allá de las necesidades del ego. Permanecemos en calma y escuchamos al tiempo que afirmamos en silencio:

Soy el o la que soy  
Soy la luz, soy el amor  
Soy la sanación, soy la gratitud, soy la compasión  
Soy la sabiduría, soy la paz  
Soy el o la que soy

- ❖ A medida que el discurso mental del día a día se acalla, sentimos cómo nos expandimos y nos fundimos con la conciencia de nuestro Ser Infinito y una paz profunda penetra en cada fibra de nuestro ser. Permanecemos con este sentimiento de paz y de amor infinito.
- ❖ Nuestras preguntas han sido respondidas y por el hecho de preguntar, nuestras vidas pueden tomar una dirección diferente, en consonancia con el propósito de nuestra alma y en armonía con el plan divino.
- ❖ Tomamos la decisión aquí y ahora de ser una fuente de sanación y de amor para todo lo que es y enviamos esta energía a través de nuestro campo energético a nuestros compañeros de viaje y a todos los seres vivos.
- ❖ Nos centramos una vez más en el Tercer Ojo y dirigimos la energía dorada, lo llenamos de amor y gratitud. A continuación enviamos esta energía a través de nuestro cuerpo hasta la Madre Tierra para que ella también alcance la visión más elevada de sí y de todos sus hijos e hijas.
- ❖ Cuando estemos preparados, salimos de la meditación, nos aseguramos de estar bien anclados y expresamos la intención de estar presentes durante todo el día.

## **ENFOQUE DEL DÍA**

Hoy es un día para la meditación, para buscar en el interior la luz que guía, la luz que siempre ha estado ahí y que es la expresión del nuestro Ser Divino.

Dirijamos la energía hacia la visión interior y escuchemos la guía de nuestro Ser Superior. El Golden Light Project comenzó como una inspiración que recibimos en un momento lleno de dificultades y de retos y lo que podemos hacer es observar nuestro interior, comprender nuestra responsabilidad y resonar con el Plan Divino.

No sabemos cómo serán usados nuestros talentos en el Plan Divino, pero siempre conducirán a más paz, amor y bendición. El secreto es PERMANECER DISPONIBLES.

“La naturaleza de la luz es iluminar”, Sai Baba

Namaste

## **A NIVEL PRÁCTICO**

- ❖ Beber agua con la esencia Intuition que proporciona estabilidad y conexión con la luz interna.

- ❖ Prestar atención a los sentidos del gusto, el olfato y el tacto cuando comáis. Dejad que los ojos capten la vibración de los colores de la comida como una forma de nutrirse profundamente.
- ❖ Centrarse en el color azul índigo y sentir la paz que aporta este color.
- ❖ Vive todo lo que te rodea sin prejuicios. Dejad que cada experiencia hoy sea nueva.
- ❖ Que los ojos descansen en los árboles y las plantas. Siente su energía por cualquier medio de percepción.
- ❖ Presta atención a los pensamientos, palabras y actitudes con las que realizas tus tareas. No dejes lugar a la negatividad y las limitaciones. Ten pensamientos que potencien la vida y siente como con ellos estás más viv@, más expansiv@ en tu Tercer Ojo.

La esencia recomendada hoy es INTUITION