



IPHM International Practitioners
of Holistic Medicine

Espacio Avalon®
Escuela de Terapias Holísticas



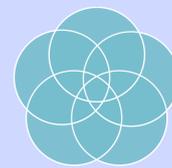
ESPACIO
ÁVALON

PRACTICAS Y EJERCICIOS:

- Además de realizar las prácticas de las sesiones auriculares (lectura + limpieza + sellado) pueden practicar los siguientes ejercicios.

- 1) TÉCNICA DE DESPEJAMIENTO DEL AURA
- 2) MEDITACIÓN CORRIENDO EL VELO
- 3) OBTENIENDO INFORMACIÓN A TRAVÉS DE LOS SENTIDOS





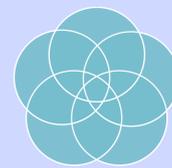
1) TECNICA DE DESPEJAMIENTO DEL AURA

1. Conéctate a Tierra.
2. Con los ojos cerrados siente el área alrededor del cuerpo. Para empezar, haz que la respiración llegue hasta unos 35cm de tu campo áurico, utilizando tu intención, tu atención, tu visualización. Al respirar dentro del área siente si tu aura está contraída y espesa, débil y disipada o vibrante y blanda. (Cuando aprendes a visualizar con tu tercer ojo, logras ver tu aura, y aun si no lo ves, solo siente tu estado de ánimo, eso te ayudará a identificar en un principio, como está tu aura)
3. Mediante la respiración y la visualización (escuchando un mensaje, utilizando la intuición) observa hasta dónde se extiende el aura en dirección frontal.
4. Observa el ancho de tu aura a ambos lados.
5. Ahora mira y siente el aura sobre la cabeza y bajo los pies. Compara las dos áreas.²⁹
6. Utiliza la respiración, los sentimientos, la visión y cualquier otra forma que te sea natural para identificar el espacio que abarca el aura por detrás. Cómo lo ves en relación a la parte frontal?
7. Ahora que ya conoces más sobre la naturaleza del aura ajústala, solo piénsalo, visualiza los cm a un radio de unos 60 o 90 en forma ovoide o de huevo. Utiliza la respiración, como si se inflara un globo en tu pensamiento, que se mantenga de la mejor forma tu intención... Si te es útil, puedes abrir tus brazos y con tus manos abarcar físicamente el espacio alrededor de tu cuerpo y tirar o empujar el aura cuanto desees. Para algunos les resulta difícil tirar hacia abajo por debajo de los pies, lo importante es que visualices que tus pies y todo tu cuerpo queda dentro del huevo, ya que literalmente, realmente se hará.
8. Observa cualquier cambio de sentimientos, sensaciones físicas y conciencia que traiga el ajuste del campo energético a tu alrededor. 9. Visualiza una lluvia de luz líquida de oro que cae y atraviesa el aura. Visualízala como cuando te paras bajo la lluvia y sientes como roza tu piel, su frescura. Deja que la primera vez caiga de dos a 5 minutos, por lo pronto. Poco a poco, notarás lo maravilloso que es.
10. Luego de realizar la lluvia de oro, disemínala, en el aire, y visualiza un intenso color violeta del tamaño del aura. Extiéndelo por toda el aura, también bajo los pies. No destruirá nada esta llama violeta, al contrario, simplemente transmutará las energías de baja frecuencia en energías de mayor frecuencia. Lo que verás de una forma natural de ser. Mantente en este hermoso fuego violeta de uno a dos minutos, si es tu primera vez con el fuego violeta... Si lo haces bien, sentirás calorcito, no olvides respirar, (recomendable respiración abdominal). Pero si la utilizas demasiado, puedes sentirte abrumado por la combustión de energías entéricas. Así que te recomendamos moderación, hasta que halles tu nivel.
11. al concluir, elimina el fuego violeta y abre los ojos.



IPHM International Practitioners
of Holistic Medicine

Espacio Avalon®
Escuela de Terapias Holísticas



ESPACIO
ÁVALON

2) MEDITACION CORRIENDO EL VELO

Bienvenido, bienvenida a la meditacion n2 de la maestria aurica "Descubriendo que hay detras del velo"

Vamos a visualizar que estamos en un lugar, lleno de telas, lleno de velos, donde la luz es muy tenue. Lo unico que vemos son todas telas que cuelgan del techo y qye no nos permiten ver el camino.

Lo unico que podemos ver es a nuestra izquierda un espejo. Nos vamos a acercar a ese espejo y vamos a deternernos unos minutos a mirarnos, Prestenle la atencion a sus emociones, que sienten cuando se miran en el espejo? como se sienten?

Se siente felices, capaz se sientan trsites, quizas esten conformes quizas no, Quizas te enojas verte en el espejo, sea lo que sea experimentenlo, Vamos a alejarnos lentamente del espejo y vamos a pararnos enfrente mirando a este camino de Velos, de telas, vamos a comernzar a caminar y lentamente vamos a quitar cada una de estas telas de nuestro camino.

A medida que vamos avanzando vamos sacando las telas, comenzamos a ver que la habitacion se ilumina cada vez mas, con cada tela que sacamos, ilumina mas la habitacion quizias algunas cuesten un poco mas quizas algunas no tanto, observen si estas telas que estan quitando llevense algun nombre o aklgun colo en partiucelar

llevense su tiempo en sacar cada una de estas telas, asefureense de sacarlas bien,va a llegar un momento donde solo nos queda una tela por sacar, ya podemos ver que detras de esa tela hay una habitacion completamente iluminada, vamos a sacar la ultima tela y vamos a observa que hay una plataforma blanca totalmente olumnada con un espejo, muy similar al que habiamos visto antes de sacar las telas, nos vamos a acercar y vamos a volver a mirarnos, pero esta ves vamos a observar que solo se refleja un reyo de luz, porque en realidad eso es lo que sos, una gota de luz, lo que observamos al principio, que nos enojaba, entreistecia o nos ponía felices, esa estructura que veniamos, esa forma personaficada, es una lusion es solamente el vechiulo que utlizamos para relacionarnos con otros, pero en realidad ese destello de luz que estamos observando en este momento es lo que somos, espero unos segundos para sentir la expansasion, sentir la alegria de redescubrise para saber la verdad

Cuando esten listos vamos a realizar una ultima inhalacion profunda y lentamente vamos a abrir los ojos.



3) OBTENIENDO INFORMACION A TRAVES DE LOS SENTIDOS

- El acceso a una información que se encuentra más allá del alcance de los medios normales
- Acceso directo significa eso: conectar directamente y recibir la información deseada.
- Este proceso ha sido etiquetado de diversas formas: elevada percepción sensorial, clariaudiencia, clarividencia, clarisensibilidad o lectura psíquica.
- La información nos llega a través de los cinco sentidos.
- De forma tradicional se denominan vista, tacto, gusto, oído y olfato.
- La mayoría de nosotros hemos desarrollado alguno de estos medios informativos en mayor medida que los otros.

- El proceso interno de pensar, sentir y ser tiene mucho que ver con el modo de acceder a la información. También la experiencia interna circula por determinados canales habituales. Se puede trabajar principalmente con una combinación de procesos visuales y kinestésicos, auditivos y kinestésicos o visuales y auditivos.

- Cualquier combinación es posible. Para los distintos procesos internos se emplean diferentes combinaciones. Uno puede saber si piensa principalmente en imágenes, sonidos o sentimientos.

PROCEDIMIENTO:

- **Entramos en estado de relajación, podemos utilizar cualquier técnica de respiración o respirar naturalmente.**
- Al entrar en ese estado de silenciosa calma vamos a concentrarnos en nuestros propios sentidos y al llevar la atención conseguimos mejorarlos.
- Mantenerse la concentración en los sentidos.
- Lo que va a suceder que vamos con la práctica a comenzar a recibir información ya sea con la vista, tacto, gusto, oído y olfato.
- Registrar por escrito cada sesión.