

**Artículo escrito para la
Revista Predicciones Ángeles
Se autoriza su reproducción, citando la fuente**

Desbloquear los canales energéticos con la ayuda de los Arcángeles

Lisseth Ángel Valencia

Coach sistémica, comunicadora social y tallerista. Experta en sanación holística, cristales y entrenamiento personal. Caminante de la medicina de la montaña y de los Arcángeles. Creadora del concepto de Aguamor, que busca a través de servicios y productos armonizar las propias aguas con las aguas de la vida. Creadora de las botellas medicinales, una propuesta única que ayuda a programar el agua con un propósito personal con ayuda de cristales. Actualmente realiza de manera periódica talleres de aproximación a los cristales en diferentes niveles, que incluyen meditación y conexión con el propio corazón y el del planeta.

Facebook: Aguamor

Twitter: LissethAngelV

<http://taconesyabiosrojos.blogspot.com/>

<http://larisadeeva.blogspot.com/>

La tristeza o la ira, el exceso de racionalidad y la negación a ser quienes somos realmente, van ocasionando bloqueos en el sistema energético hasta convertirse incluso en enfermedades crónicas. A través de meditación con los Arcángeles, se pueden revitalizar los canales energéticos y vivir de manera más fluida y consciente.

El cuerpo, las emociones y la mente, hacen parte de un mismo campo energético, sin embargo, vivimos disociados y en medio de la ilusión de creer que cada uno de estos aspectos va por su propio lado.

Cuando esto pasa nos sentimos cansados, tristes, enfermos o simplemente, abrumados por nuestra cotidianidad. Lo contrario a este estado es el bienestar, que se puede definir como la conexión entre nuestro cuerpo físico, nuestras emociones y nuestros pensamientos, a los que con frecuencia no los miramos de una manera conjunta.

El ser humano está conformado por un sistema interdependiente de campos energéticos que funcionan naturalmente. Por tanto, podemos afirmar que cada uno de nosotros es dueño de una *tecnología espiritual de alto rendimiento* absolutamente maravillosa que nos permite restablecer la fluidez y el orden en nuestra vida.

El conjunto de centros energéticos o chakras, las glándulas y los meridianos, hacen parte de esta *tecnología* y funcionan con la misma perfección como lo hacen el sistema circulatorio o respiratorio de nuestro cuerpo.

Para activarlos, utilizamos dos grandes recursos: el poder sanador de los Arcángeles y la respiración, el principio básico que posibilita nuestra existencia.

Los Arcángeles y la activación energética

Los Arcángeles juegan un papel muy importante en la fluidez energética, en tanto son portadores de la energía de la creación, trabajan para la luz y precisamente son energía poderosa disponible para la sanación.

Existen cuatro Arcángeles con los que contamos para activar nuestro sistema energético. El Arcángel Miguel, que nos permite realizar una meditación libre de interferencias, que con su cualidad sanadora nos ayuda a integrar en totalidad cuerpo, mente y espíritu. Es un Arcángel poderoso que ayudará a revitalizar la energía a pesar de nuestras resistencias, enfocándonos en nuestras más altas prioridades.

Al momento de meditar, podemos representarlo delante nuestro con un cuarzo blanco, una aguamarina o una amatista, piedras y cuarzos que reúnen la cualidad de la totalidad.

También contamos con el Arcángel Rafael a quien se le atribuye un profundo conocimiento de nuestra genética. No obstante, es conocido como el médico de Dios, por tanto, nos ayuda a activar la energía de cada chakra y a energizar nuestro sistema endocrino atendiendo a la unidad, que es su principal cualidad arcangélica.

En la meditación podemos usar jade, cuarzo rosa o turmalina para representarlo, ubicándolo de frente muy cerca a nosotros. Si al meditar nos sentimos incómodos o distraídos, podemos colocar el cristal detrás.

El Arcángel Gabriel nos ayuda a elevar la conciencia a vibraciones elevadas y trabaja del centro hacia afuera. Por tanto, nos conecta con el propósito espiritual de cada chakra con el fin de amplificar nuestra intención cuando accedamos a cada uno.

Podemos representarlo con ámbar, ópalo blanco o cuarzo ahumado, al costado derecho nuestro.

Para conectarnos con la luz radiante está el Arcángel Uriel, de modo que todo aquello que se encuentre bloqueado en nuestro sistema energético será iluminado a través de este Arcángel, que es muy especial, ya que nos conecta con la chispa de la vida.

Para lograr mayor conexión con esta luz radiante podemos usar cuarzo blanco, perla blanca y piedra de sal, y ubicarlo a nuestra izquierda en la meditación.

Los Arcángeles son de suma importancia ya que nos acompañan amorosamente en el proceso de amplificar nuestras intenciones en pro de la sanación y armonización de nuestro sistema energético. Con ellos y su dulce compañía, nos sentiremos guiados y protegidos.

Los chakras, las glándulas y los meridianos

Para reactivar nuestro campo energético de la mano de los Arcángeles, es necesario familiarizarse con los chakras que son los principales centros de energía ubicados en el cuerpo y que en conjunto, conforman nuestra columna energética, nutriendo los diferentes niveles dimensionales de nuestro ser.

En sánscrito significan “rueda” y es de entenderse, porque actúan como vasijas receptoras de la fuerza de la vida. Se mueven en espiral de atrás hacia adelante y viceversa y están localizados en siete puntos del cuerpo.

Contienen una sustancia llamada el prana, energía vital que nos regala el universo y que posibilita todas las funciones orgánicas, emocionales y mentales del ser humano.

Cada chakra está asociado a una localización física en nuestro cuerpo, un elemento, un color y unas cualidades espirituales. Además, cada uno sostiene al mismo tiempo una glándula endocrina, sin las cuales no podríamos vivir.

Los chakras inhalan energía divina y las glándulas la convierten en energía química, radiando información de luz a los órganos. Por tanto, chakras y glándulas tienen una relación íntima de mutuo apoyo y de complementariedad muy importante para nuestro equilibrio vital.

Así mismo, los meridianos o nadis hacen parte importante de toda esta interconexión, en tanto son canales a través de los cuales circula la energía que inhalan los chakras y exhalan las glándulas.

Los meridianos actúan como una especie de arterias que se interconectan con cada chakra y glándula permitiendo que el prana fluya de arriba abajo y viceversa, con el fin de propiciar su movimiento.

Preparándonos para meditar: la respiración

Cuando hacemos consciente la respiración, podemos volver al equilibrio original, permitiendo desbloquear y armonizar la energía, así como activar nuestros órganos, ADN, células, moléculas y en general, propiciar el flujo energético.

No sólo se trata de respirar para meditar, es necesario re aprender la manera como respiramos en nuestra vida cotidiana con el fin de mejorar la calidad de entrada de aire a nuestro organismo, ya que esto tiene una incidencia directa en nuestro bienestar.

Re aprender a respirar significa llevar nuestra atención a la inspiración y espiración que hacemos de manera mecánica. Poner atención a este proceso devuelve nuestra mente a nuestro cuerpo.

El reto consiste en sentir la bocanada de aire que entra a nuestro cuerpo y de allí cómo recorre nuestro ser, atravesando órganos, tejidos, sangre, chakras y glándulas, hasta llegar a activar nuestra tecnología espiritual.

Ahora sí a meditar

Con la información que hemos entregado sobre el funcionamiento del campo energético, de los chakras, glándulas y meridianos, la respiración consciente y por supuesto, la maravillosa compañía de los cuatro Arcángeles Miguel, Rafael, Gabriel y Uriel, a continuación presentamos una meditación sencilla que permitirá entrar en contacto con el campo energético con el fin de ir reconociéndolo, activándolo y desbloqueándolo con el paso del tiempo.

Vale aclarar que esta meditación se va construyendo de manera personal con amor y paciencia, y que por tanto, hace parte de un proceso de descubrimiento personal, y en ningún caso reemplaza un tratamiento médico.

Primer paso: preparando el espacio

Es indispensable elegir un lugar donde podamos estar solos y no ser interrumpidos. Si se pudiera contar con un altar donde podamos prender una vela e incienso, sería lo más óptimo, ya que se le considera un amplificador de energía.

Se puede armonizar la meditación con música suave y sentarse en una posición cómoda. Al encender la vela y el incienso pedimos la presencia amorosa de los

cuatro Arcángeles y agradecemos su protección y disposición para acompañarnos.

No olvides encerrarte en un círculo de cuarzo y piedras ubicando a cada Arcángel al frente (Arcángel Miguel), derecha (Arcángel Gabriel), izquierda (Arcángel Uriel) y muy cerca o detrás de ti (Arcángel Rafael), convocando sus cualidades.

Segundo paso: la respiración

Siguiendo la propuesta del movimiento *Wake up Spain*, a continuación presentamos la siguiente práctica de introducción a la respiración consciente, que te permitirá empezar a entrar en contacto con tu campo energético:

Mientras inspiras y espiras, siente el flujo de aire entrando y saliendo de la nariz. Al comienzo puede que tu respiración no sea relajada. Pero después de practicar la respiración consciente durante algún tiempo, sentirás cómo se va haciendo más ligera y calmada.

Para iniciar puedes decirte: Inspirando, sé que estoy inspirando. Espirando, sé que estoy espirando. Es otro modo de decir 'Inspirando, me siento vivo'. Es muy importante ir al momento presente para entrar en contacto con los elementos sanadores, y nutrientes de la vida que hay en tu interior y a tu alrededor. Una ligera sonrisa puede relajar todos los músculos de tu cara.

Nunca fuerces la respiración. Si tu inspiración es corta, deja que sea corta. Si no es muy tranquila, déjala que sea así. Nos limitamos a percatarnos de ello, y tras un tiempo, la calidad de nuestra respiración mejorará de forma natural.

Inspirando, noto que mi inspiración se hace más profunda. Espirando, noto que mi espiración se hace más lenta. Cuando notes que tu inspiración y espiración se han hecho más tranquilas, profundas y lentas, podrás ofrecer esa paz y armonía a tu cuerpo. Ahora es tu oportunidad de empezar a entrar en contacto con tu sistema energético.

Cabe anotar que la respiración consciente es producto de la práctica, la voluntad y la dedicación.

Tercer paso: la activación de chakras y glándulas

La activación se inicia de abajo hacia arriba. Continuando con la respiración consciente, se inicia la meditación ubicando físicamente el chakra y la glándula correspondiente, luego visualizando el color del chakra, rodeado por delante y

detrás de su elemento y posteriormente, conectando con sus propiedades y las cualidades espirituales de las glándulas.

Primer chakra:

Está ubicado en la base del cóccix, entre el ano y los genitales.

Su elemento es la tierra y el color es el rojo.

Aquí reposa nuestra raíz física, ancestral y vital. Es el chakra que nos sostiene y da la energía a los demás chakras.

A partir de éste nos arraigamos en la tierra y nos reconocemos como parte de ella.

Palabra: Soy

Asociado a las glándulas suprarrenales. Propósito espiritual: nos mantiene enfocados en nuestro propósito sagrado, recordándonos nuestro origen divino.

Segundo chakra:

Se encuentra dos dedos de ancho por debajo del ombligo, abarcando los órganos sexuales y reproductivos, la vejiga y el colon, entre otros.

Su elemento es el agua y el color es el naranja.

Está relacionado con la asimilación, tanto de conceptos como de alimentos.

Es el responsable de transformar la energía sexual en capacidad creativa a través de la sensualidad y la sana autoexpresión.

El agua hace referencia a la creación, la fluidez y las emociones.

Palabra: Siento

Asociado a las glándulas gónadas que tienen como propósito espiritual: sostiene nuestra matriz divina, donde se encuentran nuestras semillas creativas para ser manifestadas.

Tercer chakra:

Está ubicado entre el ombligo y la base del esternón.

Su elemento es el fuego y el color es el amarillo.

La cualidad que lo caracteriza tiene que ver con el poder personal, la fuerza de voluntad y la fuerza de carácter. De allí obtenemos la energía para cumplir nuestra misión individual y cósmica.

Está asociado a la auto estima y escuchar la propia voz conectado con el ser superior y el respeto propio.

Palabra: Puedo.

Asociado a las glándulas llamadas islotes de langerhans (o islotes pancreáticos) que tienen como propósito espiritual: radiar las bendiciones que provienen de Dios, para que a su vez nosotros la radiemos a toda manifestación divina, para así sostener nuestro plan divino.

Cuarto chakra:

Se encuentra al lado izquierdo del centro de la caja torácica, donde está ubicado el corazón físico.

Su elemento es el aire y el color es el verde esmeralda.

Es un chakra muy especial ya que es el puente entre los chakras inferiores y superiores. Tiene como función el balance emocional y el perdón a través de la integración.

Su cualidad es el amor, la aceptación de sí mismo y del otro, la inspiración, la confianza y la capacidad de recuperarse.

En este chakra reconocemos ser parte del amor divino incondicional y nos conectamos en amor con toda forma de vida tal cual como es.

Palabra: Amo.

Asociado a la glándula timo que tienen como propósito espiritual: permitir la transmutación y purificación para que aquello que no esté vibrando en las frecuencias de claridad divina se transforme para lograr radiar sólo luz divina.

Quinto chakra:

Está en el centro de la garganta.

Su elemento es el sonido y el color es el azul brillante plateado.

Aquí se da la manifestación de la propia verdad interior. Su cualidad es la comunicación, la afirmación de la intención, la decisión y la voluntad.

Este chakra lo pueden trabajar especialmente las personas a quienes les cuesta decir lo que piensan y se tragan todo en silencio, ó por el contrario aquellas personas que hieren con sus palabras, no escuchan a los demás y no “piensan para hablar”.

Palabra: Quiero

Asociado a la glándula tiroides que tienen como propósito espiritual: radiación del resplandor de la vida en la tierra, a través de su diseño divino.

Sexto chakra:

Se ubica en el entrecejo.

Su elemento es la luz y el color es el azul índigo o el añil.

Llamado también el tercer ojo al ser el portal de la verdad divina.

Allí se encuentra la intuición, la sabiduría para reconocer la realidad más allá de las apariencias, la inteligencia emocional.

Palabra: Amo universalmente.

Asociado a la glándula pituitaria que tienen como propósito espiritual: la verdad divina.

Séptimo chakra:

Se encuentra en la base de la coronilla, en el centro de la cabeza.

Su elemento es el éter (en griego: el aire más puro de las mañanas) y el color es el violeta o el blanco brillante.

Este es el chakra maestro que armoniza a los demás. Está relacionado con la conexión de la persona con su espiritualidad y con la integración de todo su ser físico, emocional, mental y espiritual.

Palabra: Soy uno con Dios.

Asociado a la glándula pineal que tienen como propósito espiritual: radiar el amor divino que permea todo nuestro ser y la creación. Radiar la unidad e interconectarnos con todo ser viviente.

Cuarto paso: el cierre

Una vez hayas activado los colores y propiedades de cada chakra y glándula, tómate imaginariamente una foto de tu sistema energético encendido vibrando en perfección y armonía.

Sigue en conexión con tu respiración y siente cómo la energía sube y baja por tu cuerpo de manera energética y pon la intención en que esta respiración permita que la activación que acabas de hacer se ancle en tu campo energético.

Respira profundo y empieza a imaginar tu respiración de color blanco reluciente y siente su movimiento en tu cuerpo, disfrútalo, activa, desbloquea y comunícalo a tu ser divino.

Ahora somos uno con la energía sanadora de los cuatro Arcángeles, nuestros chakras, glándulas y meridianos. Respiramos y empezamos a volver a lentamente, a sentir el cuerpo físico, a escuchar los sonidos que nos rodean y a mover despacio las manos, los pies y la cabeza.

Seguimos respirando y cuando estemos listos, abrimos los ojos lentamente, agradeciendo la presencia amorosa de los cuatro Arcángeles. Si podemos, escribimos en un diario, las sensaciones, imágenes y demás percepciones resultantes de la meditación. Esto con el fin de ir conectando con los mensajes que cada campo energético tiene para darnos y que poco a poco vamos entendiendo con la práctica meditativa.

**Este artículo se construyó inspirado en información contenida en LAS HUELLAS DE UN ANGEL. Carrión, María Elena. México, 2011.*

RECUADRO

Tips para activar tu campo energético:

- Meditar a diario.
- Hacer cosas que nos conecten con nuestra misión divina.
- Tomar agua reconociendo en ella su poder sanador.
- Hacer actividades que eleven la energía como bailar, caminar, reír y en general, todas aquellas que nos hagan felices.
- Visualizar los chakras, glándulas y meridianos, como parte de una tecnología de alto rendimiento disponible para nuestra sanación.