

# DESARROLLO DEL SER

MÓDULO 4

## GUÍA DE MEDITACIÓN



NUESTRO ESPACIO

BY MI ESPACIO Y ARTEMISA SANACIÓN

## MÓDULO 4

### DESARROLLO DEL SER

## LIMPIEZA ENERGÉTICA



Siempre antes de dar un taller, hacer algún trabajo energético o simplemente con mantenimiento de la energía de tu espacio, es necesario hacer limpiezas energéticas. Esto es porque **la energía necesita movimiento y se estanca**, al mismo tiempo recuerda que no conocemos por qué procesos estén pasando nuestros alumnos, en qué frecuencia estén vibrando o simplemente lo que todos queremos al llegar a una clase es sentir un espacio libre y renovado.

Para hacer esto te vamos a poner distintas opciones:

#### Limpieza con humo:

Ésta puede ser con palo santo, salvia, copal o incienso. Recuerda siempre conectar con el que más resuene en tu interior. Una vez que lo tengas, simplemente pide permiso al elemento e intenciona tu limpieza, por ejemplo:

“Doy gracias al copal que tengo en mis manos, pido que con ayuda del humo, se transmute la energía estancada en este espacio, que por medio de su sabiduría libere la energía que no me pertenece y pido que entren los códigos sagrados de luz para iluminar cada rincón, que el espacio este disponible para la práctica que haré y que se llene este espacio de amor incondicional, permitiendo que cada persona que llegue aquí pueda limpiarse de energías estancadas, liberarlas en forma de códigos de luz y amor”

## MÓDULO 4

### DESARROLLO DEL SER

## LIMPIEZA ENERGÉTICA



Una vez que intencionas, puedes **poner música en frecuencias de Hz**, **música medicina** o **mantras** (en la sección de Spotify puedes encontrarlas) y simplemente pasar el humo por todo el espacio, recuerda que siempre las esquinas, espejos y puertas son importantísimos.

#### Visualización:

Es otra forma sencilla de limpiar espacios, para ella encuentra una postura cómoda, siéntate en el centro del salón o del espacio y poco a poco ve conectando con tu respiración, pide permiso al espacio para poder ingresar a su energía; llama a los guardianes del espacio (tótems, ángeles o seres de luz) y pide que liberen cualquier energía estancada o de baja densidad y que ésta sea transmutada en códigos de luz y amor incondicional. Simplemente visualiza cómo esto sucede, una vez que sientas el espacio listo simplemente agradece.

Mi forma consentida de mantener la energía del espacio con alta frecuencia y en constante movimiento es siempre tener muchas plantas y flores, sin duda son unos grandes guardianes de los espacios.