

TENDENCIAS

Mira cómo limpiar tu cuerpo de la energía de tus ex parejas

El Ciudadano · 16 de noviembre de 2016





Las relaciones sentimentales implican un intercambio de energía muy fuerte entre los seres humanos. El **contacto físico y sexual**, además, implica el intercambio de **información sensorial, datos químicos y hormonales, vibraciones, sensaciones que percibimos de forma consciente e inconsciente, y por supuesto de energía.**

Además, cuando intimas con una persona, tu cuerpo no solo intercambia información y energía con ella, sino también con las personas con las que a su vez ella la intercambió antes.

Cuando nos relacionamos con una persona, sus siete chakras conectan con los nuestros. El más receptivo es el corazón. En las relaciones románticas y en la intimidad, el contacto y el intercambio entre los chakras es mucho más profundo.



Cómo limpiar el cuerpo de la energía de las ex parejas

Cuánto más cercana e íntima es nuestra relación con una persona, los **«hilos invisibles»** que se forman con ella son más fuertes y transmiten más energía.

En las **relaciones sexuales**, se forma otro lazo, muy íntimo y cercano, que no tiene que ver con que la relación esté acompañada o no de sentimientos; porque el cuerpo en sí mismo da y recibe energía, y la

mente percibe cosas, aunque no nos detengamos a reflexionar sobre ellas.

Durante el sexo, energéticamente pasan cosas que van más allá de nuestra capacidad de comprensión, y se crean lazos energéticos que nos unen a esa persona con la que estuvimos, al menos hasta que seamos conscientes de ellos y logremos cortarlos.

Los lazos energéticos tienen un aspecto positivo y uno negativo: el positivo es que, cuando amamos a una persona, esa conexión nos llena de su amor y le transmite el nuestro. La negativa es que, cuando una relación ha terminado pero seguimos unidos, ese vínculo energético nos perjudica y se vuelve una carga pesada que se debe cortar.

Meditación y visualización para cortar los lazos energéticos



Cómo limpiar el cuerpo de la energía de las ex parejas

Una de las formas de cortar un lazo energético y liberar nuestro cuerpo y alma de la energía de la o las personas con las que tuvimos una relación y ya no la tenemos es mediante una **meditación y visualización**.

Puedes seguir estos sencillos pasos:

1. **Siéntate en una postura muy cómoda**, pero que no te de sueño. Respira conscientemente varias veces hasta sentirte relajado.
2. Cuando estés sereno, **visualiza el canal central que recorre todos tus chakras** y que une también el cielo y la tierra. Imagina cómo la energía del cielo y de la tierra llegan a tu chakra corazón cuando respiras.
3. Cuando sientas lleno el chakra corazón, **visualiza cómo se expande esa energía** hasta todo tu cuerpo, que se vuelve luminoso. Imagina cómo la luz rompe las barreras y sale hacia afuera de tu cuerpo.
4. Rodeado de luz, **empieza a hacer contacto con la persona con la que vas a cortar un lazo**. Recuerda que es un ser de luz maravilloso; pero que lo que vas a hacer ahora es parte de tu camino de evolución personal.
5. Si tienes algo que perdonarle, **perdónalo**. No dejes que ninguna acción del pasado te perjudique.
6. Visualiza tus chakras y los suyos: **observa los lazos** que hay entre ellos, siente la conexión.
7. **Imagina unas tijeras energéticas**. Con ellas, ve cortando cada uno de los lazos. Cuando hagas los cortes, afirma: «corto este lazo con (di su nombre)».

8. **Luego de cortar los lazos, afirma:** «no te permito que vulvas a engancharte a mí». Así impides que la otra persona pueda volver a crear lazos contigo.

9. **Despídete de él o ella**, deseándole lo mejor en su camino y evolución.

10. Observa cómo estás **libre y en paz**.

Es posible que tengas que repetir la meditación si los lazos son muy fuertes. Siéntete libre de hacerlo. Además, debes asegurarte de que no te quede ninguna negatividad hacia la otra persona antes de cortar los lazos. Si no sanas esa relación, seguirás sufriendo, por más lazos que intentes cortar.

Pequeño ritual

 Cómo limpiar el cuerpo de la energía de las ex parejas

Algunas personas se sienten mejor con la meditación y ya tienen experiencia con ella, pero a otros les resulta difícil o no pueden despejar sus mentes de otros pensamientos.

En esos casos, puede ser útil hacer un «**pequeño ritual**», que también es una forma de meditación, pero resulta más simbólico y concreto.

1. Piensa en todas las parejas sexuales que haz tenido, pronuncia sus nombres uno a uno. Si no lo sabes o no lo recuerdas, visualízalos.
2. Mientras lo haces, realiza en un hilo rojo un nudo por cada persona. Repite: «Nada de ti en mí, nada de mí en tí. Gracias. Paz.» Tienes que tener la intención honesta de quedar en paz con esa persona.
3. Enciende una vela blanca, siéntate frente a ella.
4. Ofrece de corazón un pensamiento generoso por la salud y liberación espiritual de cada una de las personas que acabas de nombrar, y quema el hilo.
5. Permanece unos minutos meditando y luego apaga la vela. Recoge los restos de hilo, y no los guardes.

Vía: **La bioguía**