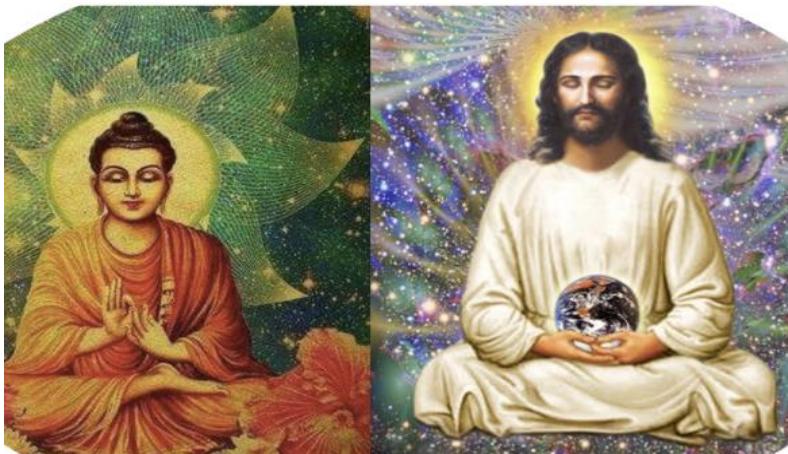


## La Meditación con más energía y fuerza del año



# Wesak 2019

Este día millones de personas de todo el planeta sin importar sus creencias meditamos juntos

La luna llena más fuerte, poderosa y con más energía del año.

**18 de Mayo del 2019**

**19.30pm. Tierra & Co  
C/O.Donell Sala Grande**  
Aportación mínima 5€

Informes y Reservas:

[s.pranicamadrid@gmail.com](mailto:s.pranicamadrid@gmail.com)  
626677046  
[www.saludpranica.com.es](http://www.saludpranica.com.es)

**Mira la preparación y recomendaciones en nuestro Facebook  
Saludpranicamadrid**



## Meditación Wesak 2019

**18 de mayo  
De 19.30 a 21.00  
C/O. Donell 4. Tierra & Co  
Reservas. 626677046 o [info@saludpranica.com](mailto:info@saludpranica.com)**

El Festival de Wesak es parte de las tres festividades grandes del año la **primera es la Festividad de la Pascua** o Festividad del Cristo Resucitado (amor y Misericordia) **La segunda es Wesak que es la Festividad del Buda** (sabiduría y conocimiento del plan divino). Se lleva a cabo la luna llena de Tauro **La tercera es El día de la Gran Invocación**. Es la luna llena de Géminis

En la hora del plenilunio el Señor Buda desciende nuevamente a la tierra y se activa como un catalizador para el paso de la energía de Sabiduría y conocimiento de Dios proyectando esta energía a su hermano el Señor Jesucristo quien a su vez transforma la energía a través del amor para bendecir a la tierra y a la humanidad con el fin de mover conciencias, alinear con el propósito divino, estimular el conocimiento de Dios y alimentar la búsqueda interna todo esto manifestándose en buena voluntad y la voluntad para hacer las cosas bien. Es tal el poder y el esfuerzo espiritual pero a su vez el amor de estos dos seres (Buda y Jesús) quienes deben volver desde lo alto desde los planos donde trabajan continuamente para hacer entrega de una cantidad de energía tan poderosa y sanadora que solo se realiza una vez cada año.

Todos los seres humanos independientes de sus creencias, razas, credos etc. son invitados a participar desde el lugar donde se encuentren mediante la activación de la invocación y con el trabajo previo y posterior para ser recientes para mantener estas bendiciones durante más tiempo activas en la tierra y en nuestra búsqueda interna, manifestándose en el plano físico.

Desde sanación pránica en todos los países nos reunimos para realizar esta meditación desde hace más de 30 años así que te ofrecemos la oportunidad de vincularte a esta gran meditación y facilitar tu experiencia al conectar con la energía y las almas de personas que trabajamos a lo largo para es UNICA bendición que se realiza cada año. Facilitando tu experiencia y sobre todo recargándote de lo que más necesitas para el resto del año. Obviamente este es un trabajo continuo se recomienda reavivar con las meditaciones mensuales.

Este año 2018 hemos realizado varias actividades con el fin de prepararnos para las bendiciones en el Wesak, mediante el Reto de Meditación preparatoria para Wesak, ejercicio de perdón. A continuación vamos a compartir algunas recomendaciones para sacar el mayor beneficio del Wesak.

## Preparación del Cuerpo Físico

### \* Se recomienda incrementar la actividad física.

Cuando se realiza deporte se incrementa la respiración, la circulación y el flujo de energía, favoreciendo a remover el prana debilitado, enfermo utilizado. Permite eliminar toxinas y favorece al metabolismo del organismo.

\*Incrementar ingesta de alimentación que aporte prana fresco.

Los alimentos procesados contienen más azúcares y conservantes que los alimentos naturales, si se mira el nivel de energía o prana de los alimentos también se observa una gran variación tanto en cantidad como en calidad de prana. Por ello se recomienda consumir alimentos preferiblemente verdes, ya que sus características nos permitirán limpiar y depurar el cuerpo de toxinas. Consumir fruta fresca de temporada y abundante agua para favorecer al movimiento de los alimentos, mejorar y hacer más fluida la circulación favoreciendo a la eliminación de toxinas..

\*Evitar carnes:

Se recomienda evitar el consumo de carnes por dos aspectos concretos, en el momento de ser sacrificados los animales también tienen impresiones psíquicas relacionadas con la forma en que han sido criados y la forma en que mueren esas impresiones quedan en la carne cuando se consume esto se evidencia fácilmente al mirar el nivel de energía de los alimentos.

Por otro lado la carne requiere de más cantidad de energía, circulación enfocada en el intestino para poder desintegrarla y digerirla por ello cuando consumimos carne en algunas ocasiones no sentimos bajos de energía, cansados y con sueño; porque la circulación está en el intestino por lo tanto nos reduce la capacidad de concentración, trabajo y enfoque.

Las carnes rojas en especial requieren mucha más energía que las carnes blancas por ello si aún consumes carne que sean pollo, pescado blando.

La carne de cerdo no se recomienda ya que es de todos los tipos de carnes la energía más sucia y densa cuando se revisa la calidad energética del cerdo y sus derivados lo puedes constatar. EL CERDO NO ES CARNE BLANCA. Antes de consumir algún tipo de carne te invitamos a revisar la cantidad de prana y lo que te puede aportar al igual que la cantidad de congestión y suciedad.

\*Ayuno:

Cuando comemos nuestro cuerpo va realizando diferentes procesos para digerir los alimentos, si es una dieta pesada puede tardar varios días en liberar o terminar los procesos de digestión es como una pequeña fábrica que trabaja continuamente. Por lo cual se recomienda realizar ayuno ocasional primero para permitirle un descanso a nuestro sistema digestivo, esto le permite relajarse, recuperar y mantener un mejor funcionamiento; se podría decir que es como darle tiempo para un mantenimiento preventivo.

El ayuno debe ser realizado con conocimiento y claridad sobre lo que se busca para ello se recomienda ponerse en contacto con un profesional para que te guie y acompañe. No excederse si es la primera vez que lo realizas. Se recomienda realizarlo los dos días previos a Wesak o por lo menos mantener dieta líquida y frutas, verduras frescas.

\*Evitar bebidas alcohólicas, refrescos azucarados

Tanto el alcohol como el azúcar tienen un proceso metabólico que convierte el azúcar en aditivo y requiere de un trabajo excesivo del hígado para su procesamiento convirtiéndolos en grasa, requiriendo grandes cantidades de sangre y energía para su proceso por eso después de consumir tienes subidón y luego sueño, cansancio, sensación de agotamiento. Esto sin tener en cuenta los aspectos tóxicos y dañinos al sistema inmune, crecimiento anómalo de células, resequedad en los tejidos del cuerpo entre otros.

\*Respirar correctamente.

Se recomienda realizar respiraciones abdominales de manera habitual, además de permitirte entrar más oxígeno en tu cuerpo, limpiar más tu sangre, te permitirá absorber y digerir más cantidad de prana. (Simplemente respira profundo con el abdomen despacio sin forzar realizar pausa antes de exhirar y mismo proceso para inspirar) Puedes ver nuestro video sobre sanación Física.



## Preparación de las emociones y la mente

\*Practicar diariamente reflexión interior y firme resolución u otras Técnicas de purificación interior. Para tomar conciencia sobre nuestras debilidades de carácter y transformarlas en bondad amorosa, generosidad, honestidad, moderación, laboriosidad ser mejores seres humanos.

\*Medita.

Realizar la meditación con la intención de purificarte física y energéticamente. Te invitamos a realizar Meditación de Corazones Gemelos lo puedes seguir a través de nuestro canal de Youtube .

La Meditación te permite además de limpiar y purificar mantener un estado mental de apertura y receptividad, te permite ir más rápido y centrar tu energía en los aspectos importantes.

También te permite crear el espacio y ambiente adecuado para escuchar tu voz interior a tu propio maestro interior.

\*Uso de mantras.

Utilizar mantras nos permite mantener un estado mental de tranquilidad y paz, emitir ondas con una vibración sutil desde nuestro ser. Puedes utilizar mantras de limpieza u amorosos como el Ohm, Ohm Mani Padme Hum.

\*Bendice.

Bendecir quiere decir desear el bien. Hazlo a tu manera u utiliza alguna oración con la que te sientas a fin, puede utilizar LA GRAN INVOCACION u ORACION DE SAN FRANCISCO DE ASIS.

Con el fin de alinearnos se recomienda realizar La Gran Invocación los dos días previos al Wesak se realiza una por el planeta, una por el país donde vivimos, una por la ciudad puedes realizar otra por tu familia y por tus proyectos.

Para el Wesak es importante permanecer en actitud de servicio, trabajando el desapego por nuestras necesidades y pensando más en las necesidades de nuestra comunidad y del planeta. Recordar que dando es como recibimos por ley del Karma.

## Dos días antes y dos días posteriores

Los dos días previos al Wesak se recomienda mantener un estado de apertura y mantener la mayor cantidad de paz interior posible se recomienda realizar la gran invocación. Se repite un mínimo de tres veces

1. Por el planeta
2. Por el país o zona donde estemos
3. Por nuestra familias y por nosotros

Los días posteriores al Wesak son días de distribución de energía por ello se recomienda los dos días posteriores se recomienda continuar en estado de dejar fluir, ser canal para que la energía llegue a más personas por ello además de mantener actitud de bondad hacia todos incluidos nosotros mismo se recomienda realizar La Gran invocación por lo menos tres veces al día.

## LA GRAN INVOCACIÓN

Desde el punto de Luz en la mente de Dios,  
Que afluaya luz a las mentes de los hombres;  
Que la Luz descienda a la Tierra.



Desde el punto de Amor en el Corazón de Dios,  
Que afluaya amor a los corazones de los hombres;  
Que el Cristo retorne a la Tierra.

Desde el centro donde la Voluntad de Dios es conocida,  
Que el propósito guie a las pequeñas voluntades de los hombres,  
El propósito que los Maestros conocen y sirven.

Desde el centro que llamamos la raza de los hombres,  
Que se realice el Plan de Amor y de Luz  
Y selle la puerta donde se halla el mal.

Que la Luz, el Amor y el Poder restablezcan el Plan Divino sobre la Tierra.

## Recomendaciones para el día de Wesak

Este día se recomienda dieta ligera (sólo fruta y verdura) o ayuno según la preparación individual de cada persona, se recomienda haber comido como máximo una hora antes de empezar a meditar.

Ingreso a la sala desde las 19.30

Se recomienda vestir color blanco o en su defecto colores claros

Se recomienda traer velón o vela para cargar, consagrarse y bendecir

Se recomienda una botella de agua para consagrarse y cargar con la energía de la meditación

Traer propósitos, proyectos por escrito para bendecir

**Muy importante realizar reserva previa vía email a [s.pranicamadrid@gmail.com](mailto:s.pranicamadrid@gmail.com) o al 626677046**

NO ES NECESARIO EXPERIENCIA PREVIA

Te esperamos con mucho cariño para compartir esta fecha tan especial

*"Ningún precio que se nos exija será demasiado elevado para ser útil a la jerarquía en el momento de la luna llena de Tauro, el Festival de wesak, ningún precio es demasiado elevado para obtener la iluminación espiritual posible, particularmente en este momento"*

*Djwhal Dhul*

**Más información y Reservas:**  
[www.saludpranica.com.es](http://www.saludpranica.com.es)  
626677046

# CUENTA LA LEYENDA

Que cada año, en el momento exacto del plenilunio, durante el Wesak, baja el señor Buddha y derrama torrentes de bendiciones espirituales y energías divinas, que el señor Cristo recibe y distribuye hacia la humanidad.



Master Choa Kok Sui, reconocido en el mundo como el Científico del alma y el Maestro de la energía de los siglos XX y XXI, nos enseñó con su ejemplo que la mejor forma de aprovechar este inmenso potencial de bendiciones es reuniéndonos en grupo y de manera simultánea en todos los países, a la hora exacta de la luna llena y realizar la Meditación en Corazones Gemelos. De esta manera abrimos nuestro ser para recibir la Energía Espiritual en grandes cantidades y compartirla, proyectándola mediante bendiciones a todo el planeta, a todos los seres sintientes, a todos los países, a nuestro país y a nuestros proyectos personales y grupales.