

CURSO PRIMER NIVEL

Camino de Amor y Conciencia



FUNDACIÓN
Suzanne Powell



RESPIRACIÓN CON CONCIENCIA

REFUERZA Y EXPANDE EL CAMPO MAGNÉTICO, NOS PROTEGE Y DA PAZ

- Respiración torácica
- Inhalamos por la nariz
- Exhalamos por la boca
- Apneas entre inhalación y exhalación
- Al inhalar tomamos energía del Universo, la que da vida a todos los seres
- Al exhalar enviamos fuera la vibración de la enseñanza, el amor incondicional

USOS: regular temperatura, controlar hambre y sed, calmar el sistema nervioso, para dormir, en problemas respiratorios, situaciones difíciles

MEDITACIÓN

PASOS

PRACTICA OBLIGATORIA PARA MANTENER NUESTRA CAPACIDAD

- Dos meditaciones al día
- Mínimo 5 min, máximo 30 min

- Sentados o tumbados con espalda recta y piernas sin cruzar (excepto en loto)
- Manos hacen mudra y se apoyan en muslos con palmas boca abajo
- Expulsamos aire viejo de pulmones
- Tres respiraciones con conciencia
- Intención de dejar la mente en blanco e ir a la nada
- Cerramos los ojos y respiramos normalmente por la nariz
- Al terminar, abrimos los ojos y respiramos al menos una vez con conciencia de salir de la meditación

Chakra 7

- ❖ Sistema nervioso
- ❖ Aparato locomotor
- ❖ Dolor
- ❖ Comodín
- ❖ Tratamiento de:
 - Artritis, contracturas, fracturas
 - Fibromialgia, osteoporosis
 - Ansiedad, estrés



Chakra 7

❖ Toque de emergencia

- 100% capacidad
- Respiramos con conciencia todo el tiempo
- No hay límite de tiempo, permanecemos hasta que lleguen servicios de emergencia o se recupere la persona
- No hay límite de veces ni de personas al día



Chakra 6

- ❖ Siempre en conjunción con chakra 7
- ❖ Sistema nervioso
- ❖ Tratamiento de:
 - Dolor de cabeza intenso con confusión
 - Amnesia total
- ❖ Mayor lucidez y clarividencia
 - Humildad y sencillez
 - Quitar la mente de en medio



Chakra 5

- ❖ Cinco sentidos
- ❖ Aparato respiratorio
- ❖ Tratamiento de:
 - Miopía, conjuntivitis, cataratas
 - Otitis, llagas, quemaduras
 - Pulmonía, asma
 - Psoriasis, alergias cutáneas
- ❖ Precaución con audífonos
 - Quitamos o apagamos



Chakra 4

- ❖ Aparato circulatorio
- ❖ Sistema linfático
- ❖ Tratamiento de:
 - Flebitis, retorno venoso
 - Varices, hemorroides
 - Ch 7 + 4 para cardiopatías, arritmias, problemas de tensión o triglicéridos, colesterol
- ❖ Precaución con marcapasos
 - Chakra 7 con conciencia de ch 4



Chakra 3

- ❖ Aparato digestivo
- ❖ Sistema excretor
- ❖ Tratamiento de:
 - Gastritis, cólicos
 - Gases, intestino irritable
 - Diabetes
 - Infección orina, incontinencia
- ❖ Buenos hábitos diarios
 - Alimentación saludable
 - Evacuación



Chakra 2

- ❖ Aparato reproductor
- ❖ Órganos genitales
- ❖ Tratamiento de:
 - Menstruación, menopausia
 - Problemas de ovarios, útero
 - Infertilidad, impotencia
 - Próstata, apetito sexual



Chakras resumen

SEIS PUNTOS ENERGÉTICOS
PARA PASAR ENERGÍA

CHAKRA 7



CHAKRA 6



CHAKRA 5



CHAKRA 4



CHAKRA 3



CHAKRA 2



¿A QUIÉN PODEMOS TRATAR? ~ PROTOCOLO

PAREJA CONVIVIENTE Y DOS HIJOS CONSANGUÍNEOS MENORES DE 12 AÑOS

- Meditamos 5-10 minutos antes de tratar
- Preparamos a la persona (mejor sentada, piernas sin cruzar, manos sobre los muslos, ojos cerrados)
- Hacemos una respiración con conciencia de ir a tocar el chakra X para lo que necesite
- Una vez tocando chakra respiramos normal y estamos atentos al reloj (máximo 5 min)
- Levantamos la mano y respiramos con conciencia de trabajo terminado

NOTA: *si no hemos meditado el día anterior no podemos pasar energía a nadie, excepto a nosotros mismos*

BENEFICIOS Y PROHIBICIONES EN ESTE NIVEL

- Dos meditaciones diarias con conciencia de mantener la capacidad
 - o 5 minutos mínimo y 30 minutos máximo
- Si no meditas, no puedes tratar a nadie al día siguiente, pero sí a ti mism@
- Dos días seguidos sin hacer las meditaciones hacen que pierdas la capacidad
 - o Solamente dos oportunidades de repetir en toda tu vida
- Puedes hacer el tratamiento a tu pareja si sois convivientes y hasta a dos hijos consanguíneos menores de 12 años más a ti mism@
- Antes de hacer tratamiento, meditar entre 5-10 minutos por persona
 - o Esta meditación caduca a las dos horas
- No puedes negar el toque zen a alguien que viva bajo el mismo techo si te pide ayuda, lo tienes que dar o al menos ofrecer ese mismo día
- No puedes hacer tratamiento a alguien de segundo nivel o más (sí locales y toque de emergencia)
- No se puede beber alcohol hasta 2h antes ni tú ni el paciente, excepto emergencias; esperar 2h si es poca cantidad o al día siguiente si es mucha
- No podemos tratar el cáncer, a esquizofrénicos, casos de leucemia y SIDA

2022



INFORMACIÓN DE CONTACTO

GRACIAS

Fundación Suzanne Powell

cursos@amoryconciencia.org

WEB: www.amoryconciencia.org

