



SOY ALTAR

MERECESBRILLAR
BY INESWILLIS

Dejar lo cotidiano, la vida ordinaria para entrar en lo sagrado
entrar en ti.



¿Qué es un altar?

Un altar es un lugar sagrado para tu reflexión personal y espiritual.

Un altar personal refleja este antiguo concepto: *un lugar respetado, reservado para este fin y cuidado a fondo, imbuido de belleza y devoción, donde se encuentran lo sagrado y lo cotidiano.*

No hay regla para crear un altar, puede ser minimalista y sencillo, o estar repleto de colores y texturas. Ante tu altar puedes recitar oraciones y mantras, establecer tu propósito, reflexionar sobre él, meditar, realizar rituales y ceremonias, hacer ofrendas y cantar canciones.



¿Qué es un altar?

Un altar es un lugar para descansar del ritmo frenético de la vida cotidiana. Es una ventana para conectar con los mundos invisibles.

Tu altar **también es una expresión de tu arte**. Es un reflejo orgánico y espiritual de tu historia de vida.

Deja que su belleza sea un recordatorio de lo bello que eres.

Prepara tu altar personal

Tener un espacio reservado a tu conexión contigo y con lo sagrado en ti es crucial para iniciar este proceso.

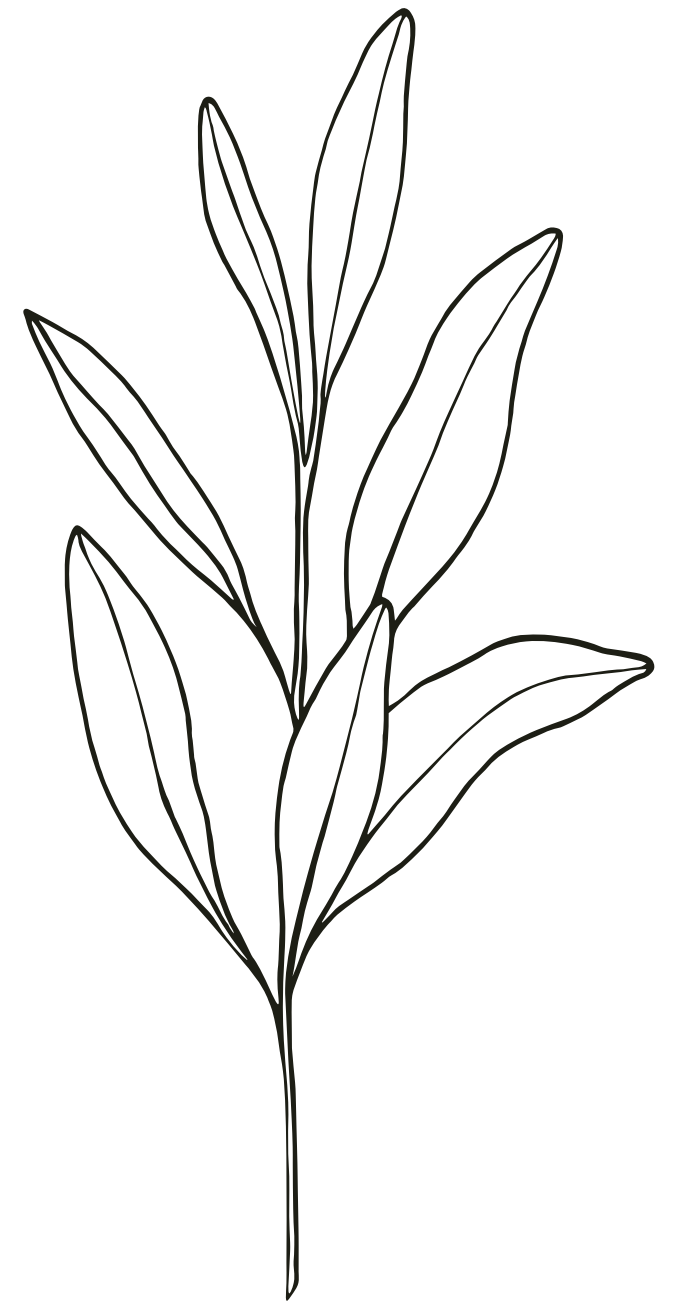
¡Elígelo!

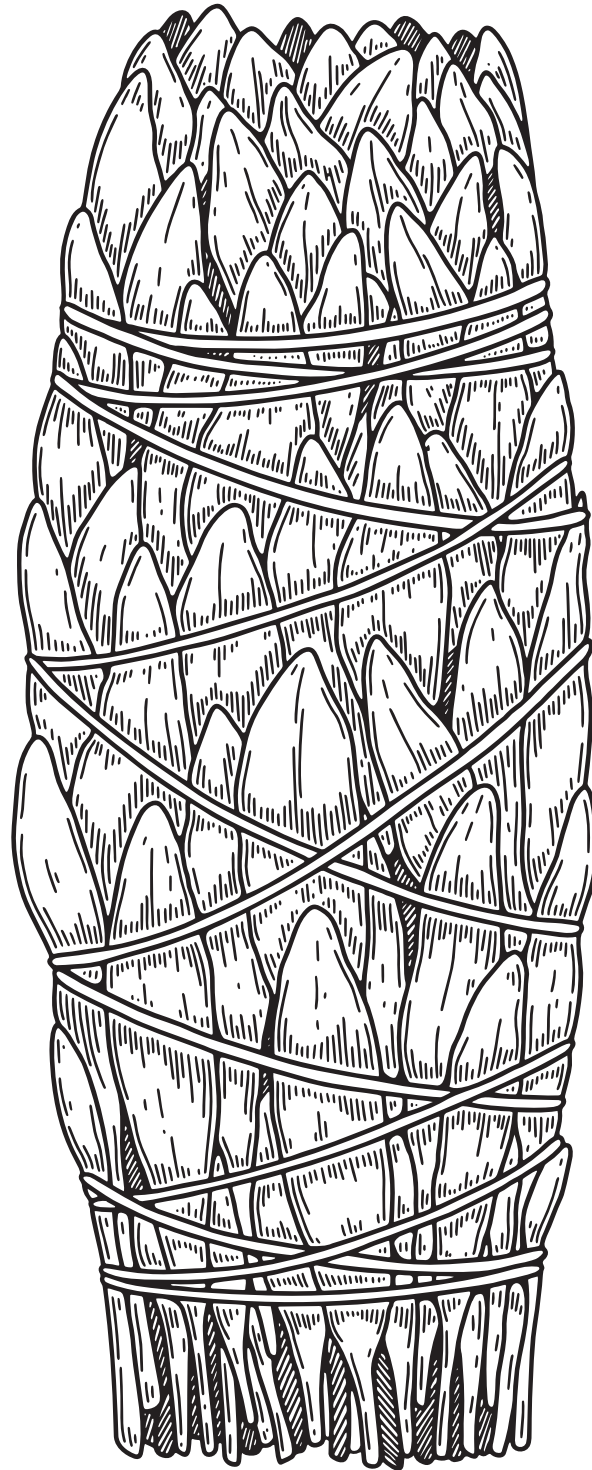
Puede ser literalmente cualquier rincón. Cualquier estante. El lugar que tú decidas será perfecto.

¡Purifícalo!

Purificar es una práctica que consiste en usar el humo sagrado de hierbas y plantas para limpiar la energía de un lugar o de una persona. El proceso es bastante sencillo, pero muy intenso.

MERECESBRILLAR
BY INESWILLIS





¿Con qué limpiar tu espacio?

Salvia blanca o salvia del desierto: ayuda a deshacerse de la energía negativa y a restablecer las vibraciones de una sala.

Palo santo: es similar a la salvia, pero un poquito menos potente. Ayuda a despejar la mala energía de una habitación.

Cedro: ayuda a purificar un espacio o una persona, manteniendo los niveles de energía.

Mientras lo limpias
puedes lanzar el hechizo:

*"Limpio y purifico este espacio de
cualquier energía que no actúe en mi
favor.*

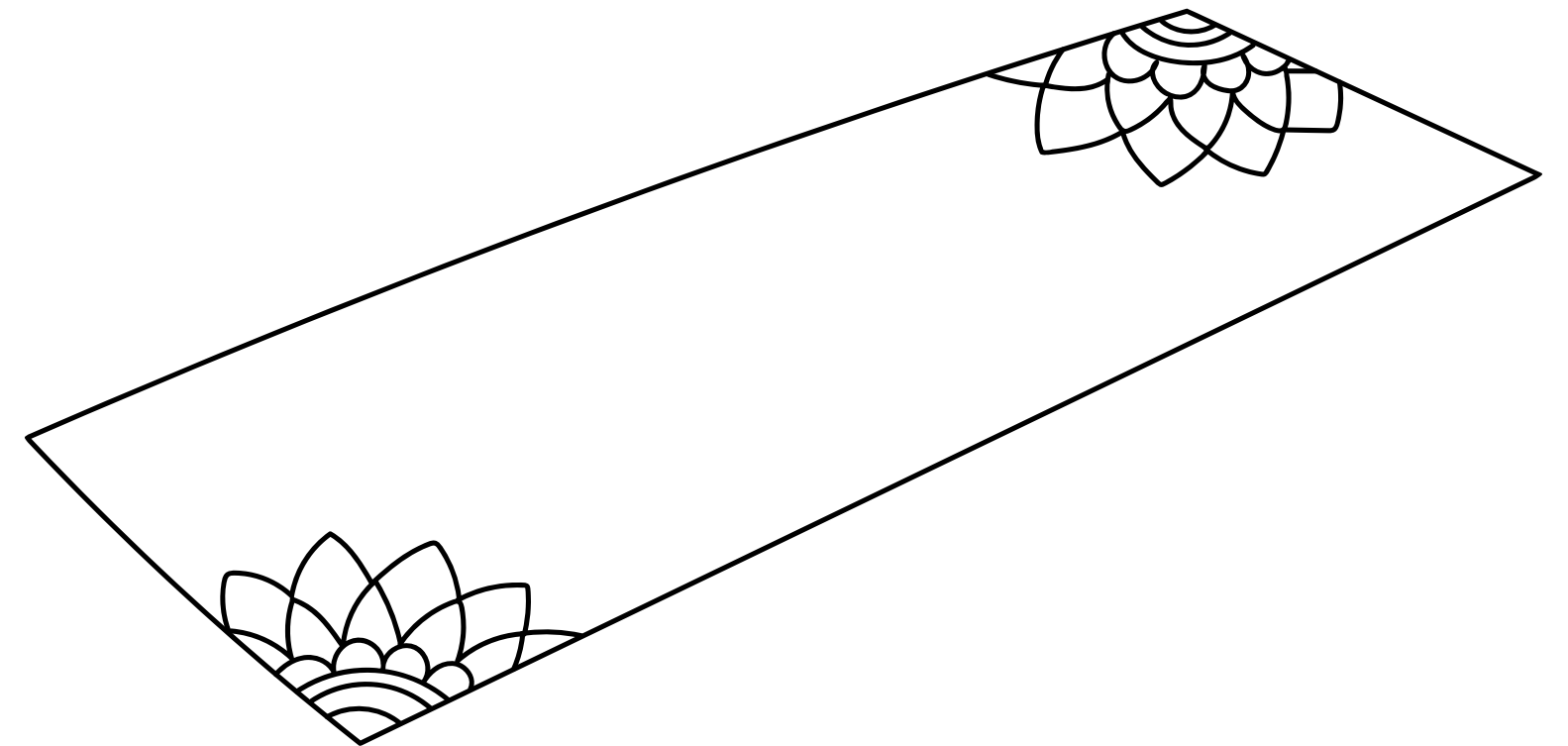
*Este es un lugar sagrado que venera la
bondad de todas las cosas.
Que toda forma de energía negativa se
desplace hasta la luz."*

Decora tu espacio

Aquí te dejo mis recomendaciones aunque no son obligatorias, lo importante es lo que conecte en este momento contigo.

Un mat o Zafu

Si quieres un Zafu con causa, te recomiendo que veas el proyecto de [Dharana Movement](#).



Decora tu altar

Honra los elementos

Puedes traer a tu espacio los elementos de la naturaleza.

Tierra:

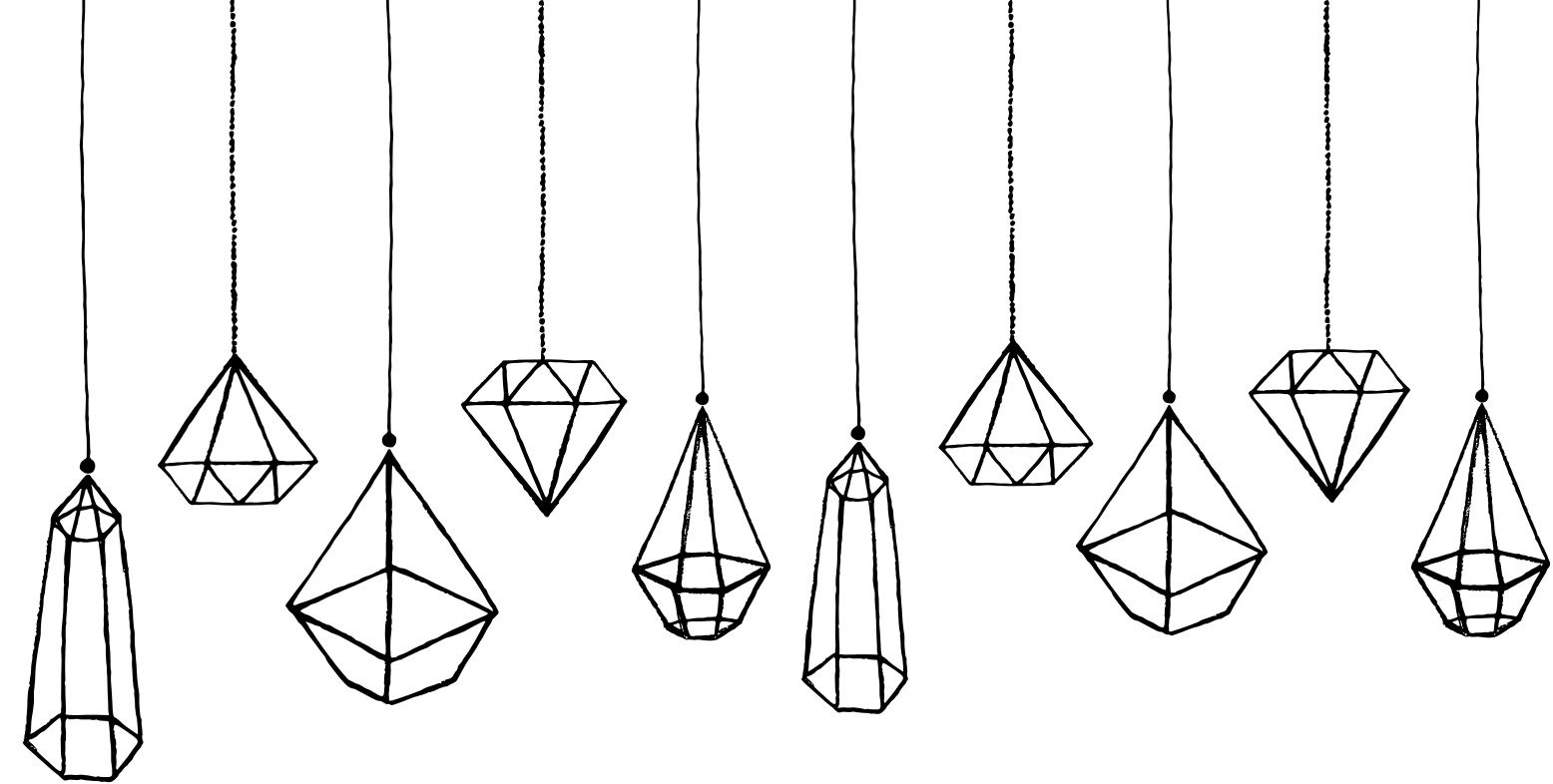
(Cuarzos, plantas)

La tierra está vinculada a la seguridad, la estabilidad y la estructura del hogar.

Aire:

(Incensos/ aceites esenciales/ salvia, palo santo, copal)

El aire, conectado con el alma y el aliento de vida, está relacionado con la comunicación, la sabiduría y la eliminación de problemas.



Decora tu altar

Honra los elementos

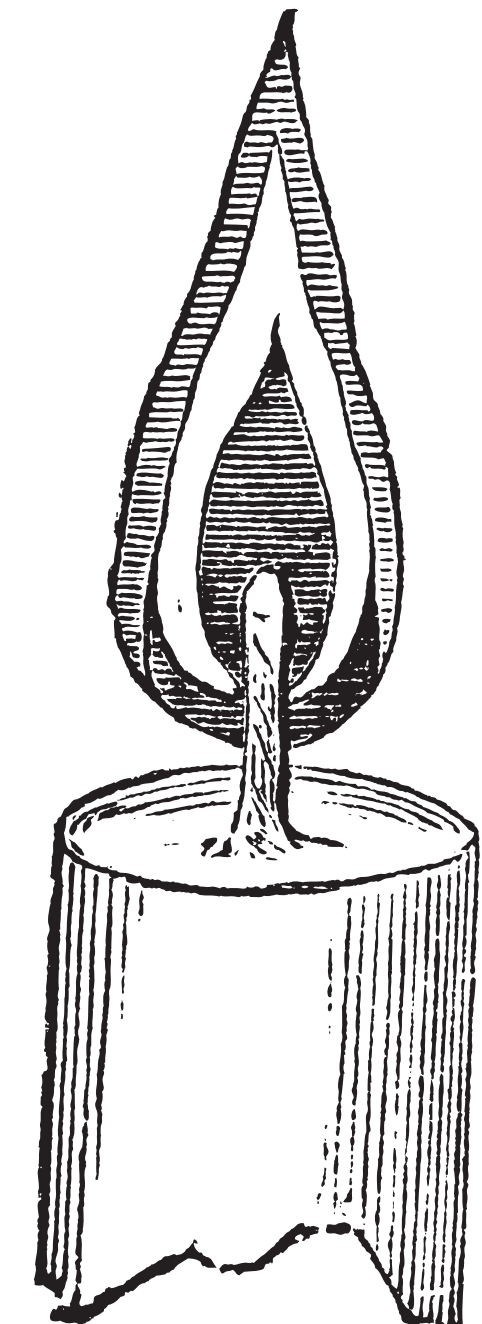
Fuego:
(Velas)

El fuego está ligado a la pasión, la fuerza de voluntad y la energía, y el poder tanto de crear como de destruir.

Agua:

(Recipiente con agua)

El agua es un elemento de emociones, curación, limpieza y purificación.



Decora tu altar

Cristales o cuarzos

Los cristales se forman a lo largo de milenios aprovechando naturalmente los elementos que le dan vida y el poder de la madre tierra y el universo.

Estos cristales ricos en energía se extraen de las profundidades de este planeta y a través de ellos *podemos conectar y acceder a los poderes curativos del suelo, el sol, la luna y de hecho, el universo entero.*



¿Por qué y cómo funcionan los cristales?

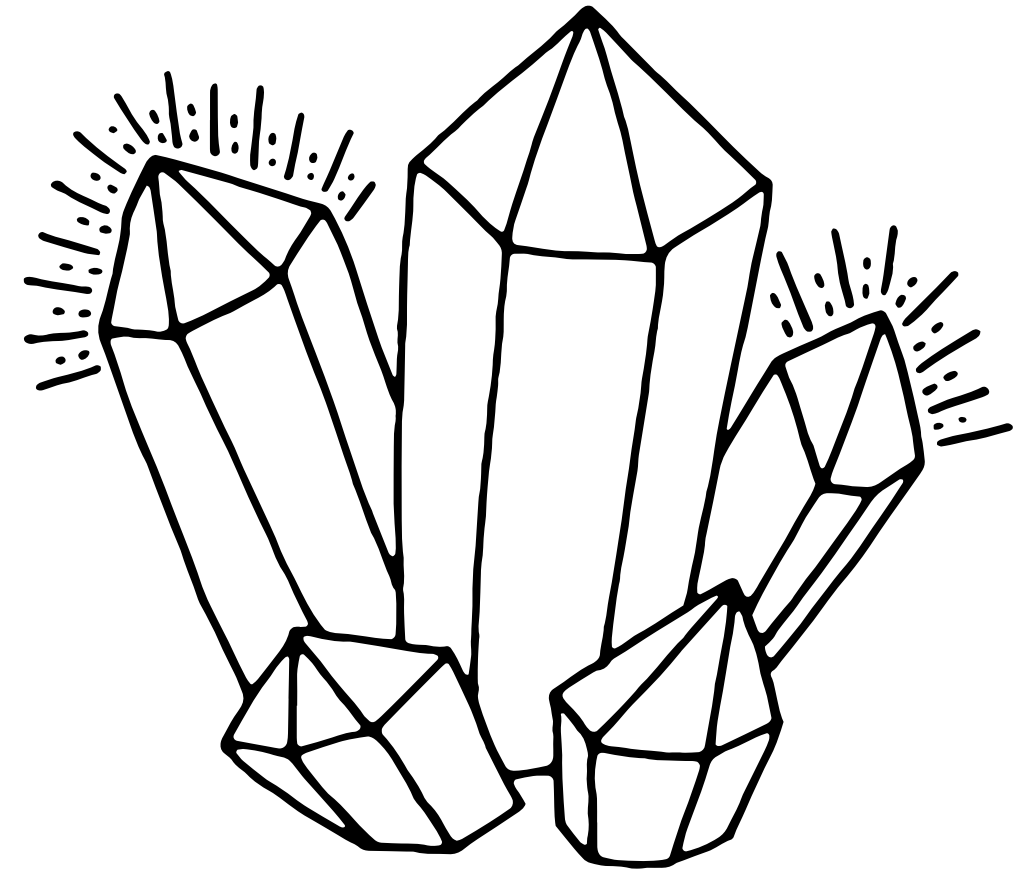
Los cristales se forman bajo la superficie de la tierra a lo largo de muchos, muchos años.

Se crean en rincones ricos en minerales de las profundidades de la tierra.

Múltiples estudios de investigación han demostrado que todo el universo y todo en él, incluidos los cristales está compuesto de vibraciones energéticas.

La energía inherente a un cristal se utiliza para varios propósitos, incluido la curación.

La energía dentro de los cristales funciona como la de un imán que atrae ciertas fuerzas y repele otras.



Cada cristal vibra con su propia frecuencia en función de su color, opacidad y estructura interna.

Cuando uno los trae a su entorno, se combinan con la energía de los seres y las cosas cercanas a ellos, de tal manera que *la vibración del cristal y la de aquello que lo rodea se encuentran en algún lugar en el medio.*

El resultado es que los cristales elevan la frecuencia vibratoria de todo lo que los rodea mientras reducen ligeramente su propia frecuencia.

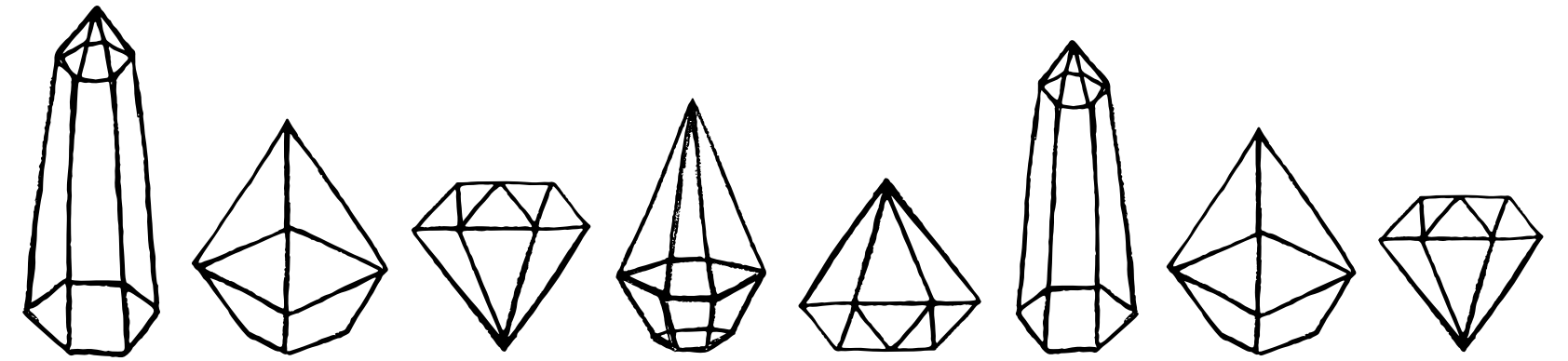


Cada cristal vibra con su propia frecuencia en función de su color, opacidad y estructura interna.

Cuando uno los trae a su entorno, se combinan con la energía de los seres y las cosas cercanas a ellos, de tal manera que *la vibración del cristal y la de aquello que lo rodea se encuentran en algún lugar en el medio.*

El resultado es que los cristales elevan la frecuencia vibratoria de todo lo que los rodea mientras reducen ligeramente su propia frecuencia.





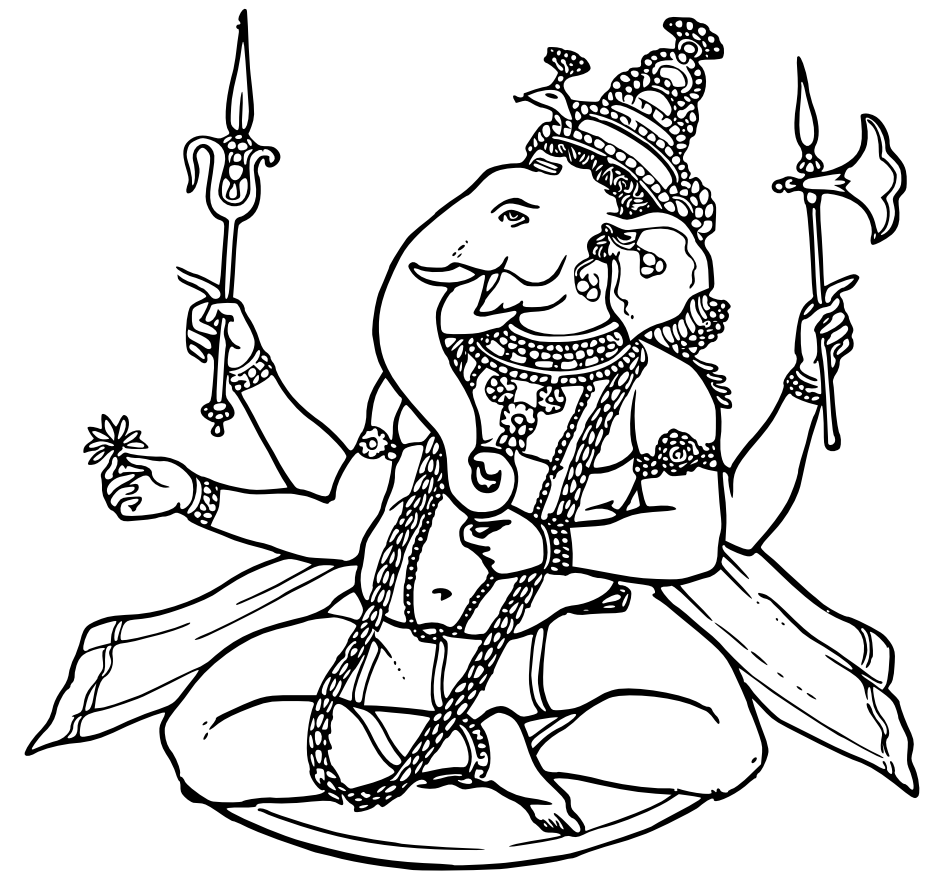
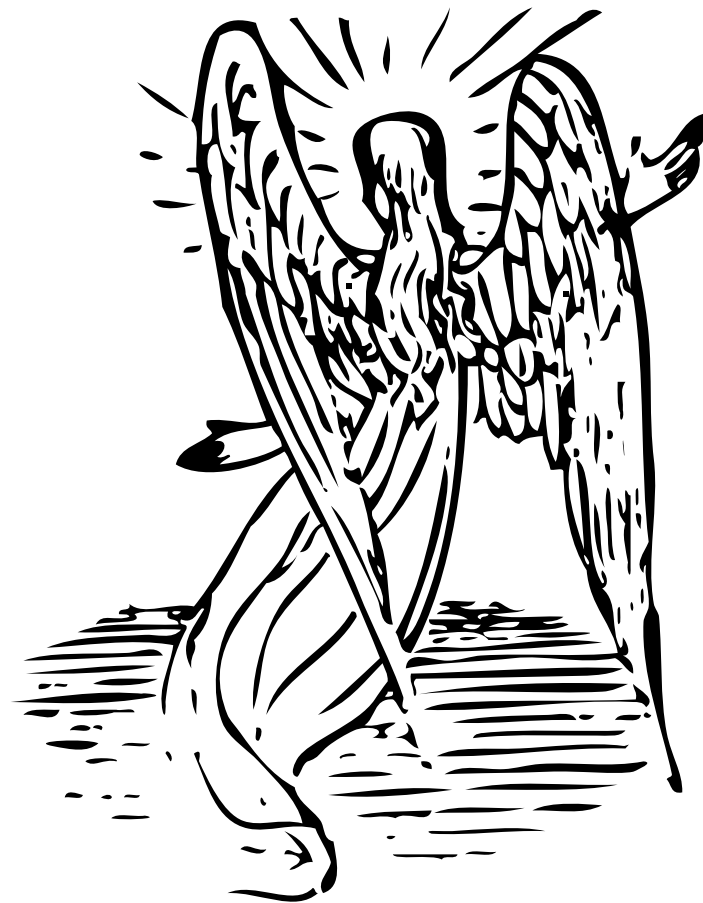
¿Qué tamaño de cristal elegir?

Cuanto mayor sea el tamaño del cristal, más potencia puede irradiar.
Cuanto más pequeño será más corto su rango de alcance.

Pero aunque a veces más grande parece mejor, no siempre es así;
los sanadores con cristal más experimentados creen en la curación suave y lenta en lugar de un efecto explosión.

Decora tu altar

Deidades, guías, maestros espirituales, ángeles, arcángeles, animales de poder, etc.
Si sientes que alguno puede acompañarte en tu camino a la sanación, súmalo a tu altar.



Decora tu altar

Oráculos

Tener un mazo de cartas de tu preferencia puede ayudarte a conectar con mensajes importantes en tu proceso.



¿Qué más podrías sumar a este espacio?

*¿Una foto tuya?-
¿o de algún ser amado?
¿Algún talismán o elemento poderoso para ti?*

¡Es tu espacio, todo está permitido!

¿Por qué y cómo funcionan los cristales?

Tu altar también es una expresión de tu arte. Es un reflejo orgánico y espiritual de tu historia de vida. Deja que su belleza sea un recordatorio de lo bello que eres. Es una ventana para conectar con los mundos invisibles.