

¿Qué pasa tras la sanación energética?

Por Susan M. Obijiski

La sanación energética impulsa al cuerpo a liberar bloqueos y energía dañina. Cuando el cuerpo libera toxinas, es importante beber mucha agua y descansar mucho. Tras las primeras sesiones de un tratamiento o durante el transcurso de varios tratamientos de curación a través de la energía, puedes tener la sensación de que tu condición se ha deteriorado en lugar de sentirte mejor.

Sin embargo, es fundamental tomar consciencia de que la curación no es instantánea. Tras una sesión de esta naturaleza, las personas dan cuenta de síntomas como: secreción nasal, resfríos, diarrea, dolor de estómago, dolores en general, dolor de cabeza, fatiga, sueño y otros. Estos síntomas son causados por la curación y los cambios que tienen lugar en tu cuerpo.

Iniciada la curación, el cuerpo y la mente operarán con un mayor nivel de eficiencia. Mientras la curación está en progreso, las toxinas almacenadas ingresan al torrente sanguíneo y son eliminadas por el hígado, los riñones y el intestino. Las toxinas también pueden liberarse a través de la piel o los músculos.

Piénsalo de esta manera: cuando un músculo no se ha ejercitado, se sentirá dolorido cuando se usa por primera vez. Por lo tanto, los órganos y las partes del cuerpo también pueden sentirse incómodos a medida que se adaptan a una función más saludable. Esto es parte de la recuperación y se llama "crisis de curación".

Si esto te sucede, ten en cuenta que es una buena señal y que indica que tu organismo está respondiendo. Una vez que las toxinas se liberan y el cuerpo se adapta a la salud renovada, te sentirás mejor. Durante este tiempo, debes concentrarte en la auto-alimentación: descansar mucho, beber mucha agua, ingerir alimentos como frutas y verduras, además de liberar esas emociones y sentimientos negativos.

La sanación tiene lugar en el lado emocional, mental y espiritual de la vida, y puede manifestarse de varias maneras, provocando cambios significativos. Puedes sentir que hay más cosas que hacer y más cabos sueltos que asegurar.

Algunas personas manifiestan que tienen dificultades con otras personas o que sienten ira o tristeza, lo que no se permitieron sentir antes. Estos sentimientos a menudo están relacionados con cosas que sucedieron en el pasado. Somos seres "completos" y nuestros cuerpos espirituales, emocionales, mentales y físicos están todos conectados. Entonces, cuando comience la curación, puede que tengas que reconsiderar tus prioridades y tu situación de vida.

Si alguna vez pensaste que tenías un problema con tu trabajo, ahora descubrirás que los problemas son más profundos. A medida que sanas y adquieres nuevos conocimientos sobre la responsabilidad, la disciplina, el aprendizaje de nuevas cosas y cómo manejar las críticas, puedes ser necesario trabajar en esos aspectos de ti mismo para ser feliz en cualquier cosa que hagas.

Permítete explorar estas cosas. Libera viejos hábitos y sentimientos. Cuando sientas que estos cambios ocurren, reconócelos y permite que el proceso continúe. Pero, recuerda: incluso cuando el cambio es para mejor, se requiere un período de ajuste. Ten paciencia contigo mismo mientras estableces estas nuevas conexiones y te instalas en tu vida nueva y más saludable.

Imagina que acabas de mudarte a una nueva casa. Durante el tiempo que estás limpiando la casa y colocando tus cosas personales en su lugar, tu hogar está desordenado. Incluso puede haber suciedad en el piso o telarañas en las esquinas. Si tus amigos vienen a visitarte durante este tiempo, pueden encontrar tu casa incómoda y pensar que está desorganizada y sucia.

Una vez que se elimina la suciedad y se guardan las cosas, el hogar se ve y se siente mejor. Tú y todos los demás lo notarán y apreciarán el cambio.

Conserva esta imagen de limpieza y orden mientras sanas, y recuerda que si experimentas sentimientos incómodos durante el curso de tu tratamientos de sanación energética, es porque estás sanando. Pronto, tu vida estará llena de un mayor propósito, claridad y serenidad.

¡Y te sentirá mejor que nunca!

La autora cuenta con más de veinte años de experiencia metafísica y de sanación. Practica y enseña distintas terapias de sanación vibratoria y energética, incluyendo sanación pránica; además de sanación con cristales y piedras. Es Maestra de Reiki. Oradora y profesora habitual en el área tri-estatal de Nueva York sobre temas tales como: Sanación Vibracional, Limpieza de Chakras, Meditación, Reiki y Sanación con Cristales. Está casada y tiene tres hijos. Su consulta privada se ubica en Nueva York.