

Festival de Wesak "Información y Recomendaciones"



Cada año tenemos la posibilidad de una gran avance nivel de consciencia y espiritual a través de tres lunas llenas o festividades

La primera es la Festividad de la Pascua o Festividad del Cristo

Resucitado (amor y Misericordia) Luna Llena de Acuario

La segunda es Wesak que es la Festividad del Buda

(sabiduría y conocimiento del plan divino). Luna Llena de Tauro

La tercera es El día de la Gran Invocación.

(Buena voluntad en acción). 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 a 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 continuamente para estar preparados y aprovechar al máximo está 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 nos preparamos como grupo mediante el Reto de preparación para Wesak, donde pones en práctica todas las recomendaciones que enunciamos a continuación.



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.
- Tomar baño con sal diario
- 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.
- Consumir predominantemente fruta y verdura. Nueces y altamente recomendable 2gr de miel al día
- 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 guíe 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 expirar 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.
- Cuando medites ten la intención de estar mirando al Este
- El altamente recomendable que tengas una libreta con papel y bolígrafo para que apuntes tus experiencias en a meditación

- Medita. Realizar la meditación con la intención de purificarte física y energéticamente. Te invitamos a realizar Meditación de Corazones Gemelos diariamente, estaremos realizando en grupo, si es posible hazlo dos veces al día.
- Es muy recomendable poner los pies mientras se medita en agua con sal (esto limpia aun más el cuerpo bioplásmaticos). 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.
- Sólo o que es bueno y sano (íntegro) saldrá de mi boca, de mi mente y mi actuar:
 - Observar nuestros pensamientos, nuestras palabras, nuestras acciones (Reflexión interior).
 - Practicar las virtudes (para quienes las conocen o si han hecho el curso Básico, ver el libro) y en las practicas diarias lo trabajaremos.
 - Practicar la Regla de Oro: haz a otros lo que tú quieres que otros te haga, y no hagas a otros lo que o quieres que otros te hagan a ti (en pensamientos, en palabras, en acciones).

- 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.
- Hacer diezmo y servicio (acciones de caridad y ayuda antes de de Wesak (Neutraliza nuestro karma negativo).

¿Qué pasa si no me preparo bien?

- Si no me purifico, la inmensa energía sutil que desciende en la meditación, estará en conflicto con la energía densa que encuentra en mí y así la capacidad de absorber y aprovechar la energía que desciende, se verá afectada.
- La energía espiritual que desciende, en vez de bendecirte a ti, a tu familia y al mundo, va a ser utilizada para purificarte a ti mismo, ya que no lo estás. En cambio, si estás purificado, puedes aprovecharla mucho más.



Dos días antes de Wesak

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.

Evita mantener relaciones sexuales estos dos días previos

LA GRAN INVOCACIÓN

**Desde el punto de Luz en la mente de Dios,
Que afluya 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 afluya 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 guíe 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.
- Revisar la invitación para ver hora de entrada intenta estar con tiempo para prepararte con ejercicios, respiración, meditación y practica de silencio interior.
- Se recomienda vestir color blanco o en su defecto colores claros
- Se recomienda traer velón o vela para cargar, consagrar y bendecir
- Se recomienda una botella de agua para consagrar y cargar con la energía de la meditación
- Traer propósitos, proyectos por escrito para bendecir
- Meditar de cara al Este
- Si te sientes incómodo durante la meditación, abre tus ojos y sigue sereno y haciendo conciencia.
- Si quieres puedes pedir por tu sanación en la meditación y ser muy receptivo para recibirla.
- Bendice a tu familia durante la meditación y perdona a tus seres queridos, puedes visualizar que se abrazan y están llenos de paz, incluido tú, y visualizar a todos sonriendo y felices.

NOTA: En general cultiva tu humor, tu alegría tu felicidad y compártela (no ser demasiado serios. Evita fanatismo)



Recomendaciones 2 días después de Wesak

- Después es tiempo para **dar y compartir: Tiempo de DISTRIBUCIÓN de la energía:** Durante los 2 días siguientes a Wesak:
- Puedes pedir para que tus deseos sean bendecidos
- Pide bendiciones y bendice a otros a través de la Meditación en Corazones Gemelos
- Son muy buenos esos días para hacer sanación.

- Son días poderosos para servir y para diezmar o dar más.
- Debes manifestar físicamente tu bondad en el diario vivir, todos los días.
- Tratar de mantener la energía, las bendiciones y la actitud de estos días el mayor tiempo posible, meses y ojalá todo el año, todos los días del año.



Muy importante realizar reserva previa vía email a
s.pranicamadrid@gmail.com o al 613698511
NO ES NECESARIO EXPERIENCIA PREVIA
Enlace Zoom: Se publicara por redes sociales y whatsapp

Te esperamos con mucho cariño para compartir está 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"

Maestro Duhal

Si quieres ampliar la información sobre wesak tienes este manual de Lucystrust [enlace aqui](#)