



VISUALIZACIÓN  
RESPIRACIÓN Y  
ENTONACIÓN

---

# SISTEMA

- El sistema que vamos a emplear está basado en el principio de resonancia, es decir que el sistema receptivo se afina y ajusta con el sistema vibratorio con el que se pone en sintonía.

# SISTEMA

- Se produce un mecanismo de armonización entre vibraciones mentales y meditacionales con las zonas del vehículo físico o eterico que le corresponden por asociación de vibración, surgiendo una corriente vibratoria que los une.



# SISTEMA

- Cuando visualizamos un color estamos dirigiendo y controlando vibraciones de luz con nuestra voluntad.
- Cuando vibramos una nota musical estamos dirigiendo vibraciones sonoras.
- Las correspondencias entre sonido y color forman una unidad dentro del cosmos.

# SISTEMA

- Ahí siete colores y siete tonos fundamentales y se corresponden con los siete chakras o estrellas interiores también llamados metales en la alquimia.

# SISTEMA

- En nuestro sistema de trabajo vamos a utilizar notas musicales para vibrar distintos mantras de tipo totalmente occidental junto con visualización de colores y símbolos en los que se van a sintetizar las corrientes oriental y occidental de tal forma que la armonía prevalezca y los resultados sean totalmente invalorable.



# SISTEMA

- Cuando practicamos con los arcanos del Tarot nos debemos visualizar como protagonistas de dichos dibujos y con eso unimos nuestra consciencia con el plano arquetípico en sus distintas expresiones tal como se representan en dichas Claves.
- Formamos así asociaciones entre altas expresiones de energía y manifestaciones más aparentes en nuestros vehículos.

# SISTEMA

- Vamos a combinar imágenes visuales con entonaciones musicales para activar cada tipo de energía de forma intensa y compleja, produciendo una intensidad que dirija y transmute nuestros vehículos físicos y emocionales.



# Nombres relacionados con el Plano de Atziluth

- Cuando los vibramos estamos generando una fuerza que se dirige hacia el plano formativo y desde allí se producen modificaciones y creaciones en el plano de la acción o mundo perceptible con los sentidos.

# Nombres relacionados con el Plano de Atziluth

- EHEIEH (Ejeié) que es el Nombre Divino superior porque se atribuye a Kether.
- Se traduce Yo Soy.
- Al vibrar este nombre sintonizamos con la primera emanación giratoria del universo.
- Está asociado con el principio y con el origen de toda la manifestación.

# Nombres relacionados con el Plano de Atziluth

- YHVH (Yehová) que es el Nombre Divino que se atribuye a Chokhma y con el estamos contactando con la fuerza de vida cósmica, con las expresiones de energía superiores asociadas con las constelaciones zodiacales.



# Nombres relacionados con el Plano de Atziluth

- ELHIM (Elohim) asociado con Binah.
- Al vibrar este Nombre estamos correlacionándonos con los más altos planos del poder creativo.

# Nombres relacionados con el Plano de Atziluth

- ADNAY (Adonai) nombre divino atribuido a la Malkhuth, el Reino.
- Con el que entroncamos en los sistemas superiores, la manifestación inferior, el mundo de las apariencias y de las formas.

# REALCIONES

- Los Chakras o Centros etéricos están relacionados con los centros planetarios que giran en el Sistema Solar.
- A través de estos centros es como el Yo Superior controla nuestro cuerpo físico.



# TECNICA

- Hay que asumir una postura sentada correcta confortable, cómoda, relajado y libre.
- La espalda recta y los pies bien apoyados en el suelo, el mentón en ángulo recto con el tronco y los hombros hacia atrás.

# RESPIRACIÓN

- Inhale moviendo el diafragma hacia fuera, llenando los pulmones desde abajo a arriba, haciendo que las costillas se dilaten y vaya entrando el aire suave y armoniosamente.
- Sostenga el aire unos momentos según la capacidad de cada uno.
- Exhale lentamente contrayendo la pared externa del abdomen contrayendo las costillas y bajando las clavícula es hasta que quede el pecho vacío.

# RESPIRACION

- Durante la inhalación debe visualizarse la energía vital llegando el pecho, de color **amarillo** brillante.
- Al expulsar el aire de visualizarse una luz de color índigo que sale hacia afuera y con ella los productos de desecho del organismo.
- Tras la exhalación debe hacerse una pausa de retención igual a la que se hace tras la inhalación.



# ENTONACIONES

- EHEIEH (E-JE-I-E) entornadas sus cuatro silabas en las notas MI-DO-FA-DO.
- YHVH (I-E-JO-VA) entornadas en las notas FA-DO- DO sostenido-DO.
- ELHIM (E-LO-JIM) en la notas MI- FA sostenido-DO- SOL sostenido.
- ADNAY (A-DO-NA-I) en la notas MI-FA sostenido-SOL-FA.