

Técnica Desestresante para Subir la Frecuencia

Canalización del Arcángel Miguel

Canalización recibida y transcrita por Ingrith Schail · Fundadora de la Escuela Angelical

Esta canalización fue recibida de manera espontánea del Arcángel Miguel y transcrita exactamente como llegó, sin modificar ni interpretar. Contiene una técnica de dos partes: una meditación guiada para calmar el conflicto emocional y un sello angelical para equilibrar los hemisferios cerebrales. Úsala cada vez que sientas que pierdes el centro.

◆ PARTE 1: LA MEDITACIÓN GUIADA ◆

Siéntate en un lugar tranquilo. Puedes recostarte. Cierra los ojos cuando estés listo.

1

Tres respiraciones sagradas

Inhala profundamente llenando abdomen y pecho. Retén el aire un momento. Exhala muy lentamente por la boca hasta sacar todo el aire. En la tercera respiración, inhala con la intención de absorber PRANA — el alimento energético que existe en todo el universo. Muévelo por tu cuerpo y exhala liberando toda emoción negativa.

2

Invoca la protección

Repite internamente: «Invoco al Creador del Tiempo para que me aisle y aisle a esta persona también, de este momento en el que no quiero estar.»

3

El lugar de paz

Con los ojos cerrados, visualízate junto a la otra persona en un lugar hermoso, tranquilo y natural donde ambos están en paz.

4

Observa tu mano

Mira tu mano en la imaginación. Observa cada detalle: poros, uñas, arrugas, marcas. Hazlo como si el tiempo se hubiera detenido. Solo existe tu mano. Has detenido el tiempo.

5

La esfera azul

Imagina una gran esfera azul translúcida y tú dentro de ella. De la esfera sale un hilo de luz azul que viaja hasta el corazón de la persona en quien estás pensando. Este hilo transmite: paz, calma, amor y perdón.

6

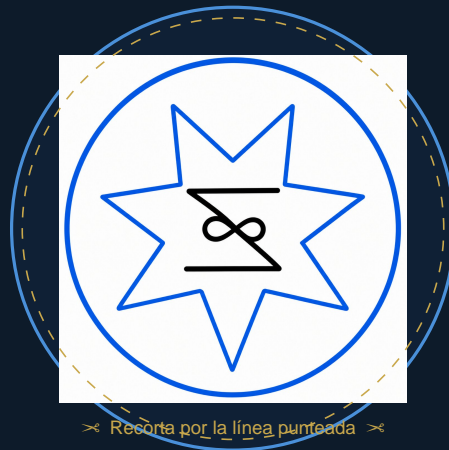
El mantra de calma

Repite internamente como un mantra suave:
«Amor... paz... calma... esto está mejorando...
la solución a esto ya existe en algún lugar.»

◆ PARTE 2: EL SELLO ANGELICAL ◆

*Este sello fue dibujado por el Arcángel Miguel y entregado a la Escuela Angelical.
Es un símbolo con capacidad real de equilibrar y armonizar tu sistema neuronal.*

El sello contiene: una Z invertida (equilibrio energético), un símbolo del infinito (continuidad y flujo sin bloqueos) y una estrella de siete puntas dentro de una esfera azul.
La esfera azul es protección. La estrella es protección del sello. Tú estás dentro.
Dice el Arcángel Miguel: «Este sello establece equilibrio en el flujo neuronal y armoniza los hemisferios derecho e izquierdo, devolviendo la calma y la claridad para ver soluciones.»



CÓMO APLICAR EL SELLO

1

Prepara los dos sellos

Dibuja el sello en una hoja blanca con marcador azul y negro.
Recórtalo en dos tamaños: uno para el entrecejo y uno para la cabeza.

2

Coloca el primer sello

Pega el sello pequeño en medio de tus cejas (tercer ojo) con una curita o cinta.

3

Coloca el segundo sello

Pega el otro en el centro de tu cabeza mirando hacia arriba, usando ganchitos o cinta.

4

Activa el equilibrio

Con el dedo pequeño de tu mano derecha toca el sello del entrecejo.
Simultáneamente, con el pulgar izquierdo toca el sello de la cabeza.
Mantén el contacto hasta sentirte en calma. No hay tiempo mínimo ni máximo.

¿Para qué sirve este sello además del estrés?

- Depresión y estados de aislamiento emocional · Personas que no conectan bien con la realidad
- Dificultad para socializar o relacionarse · Equilibrio del sistema nervioso en general
- Rechazo y soledad · Cualquier situación que te mantenga alejado de tu experiencia de vida