

Espiritual

Es fascinante adentrarnos en el mundo de los canales de comunicación espiritual o extrasensorial, o los sentidos místicos y de manera coloquial llamadas las “Claris”.

Independientemente de cómo prefieras llamarlos, estos canales (evito el término “dones” por considerarlo más un atributo natural que una dádiva especial) nos brindan la oportunidad de explorar y comprender realidades sutiles. La interacción con ángeles, seres de luz, y, sobre todo, la experiencia de vida me ha enseñado que estos canales no son exclusivos de unos pocos; más bien, todos contamos con ellos en diferentes grados, con la capacidad inherente de desarrollarlos aún más.

Estos canales de comunicación nos conectan con dimensiones más allá de lo tangible, ofreciéndonos una perspectiva más amplia de la existencia. Ya sea que estos canales estén muy desarrollados o en proceso de expansión, todos compartimos el potencial de enriquecer nuestra conexión con estas realidades sutiles.

A medida que exploramos más a fondo este fascinante tema, descubriremos cómo estos canales pueden ser cultivados y fortalecidos, llevándonos a una comprensión más profunda de nosotros mismos y del vasto tejido espiritual que nos rodea.

*¡Prepárate para embarcarte en un viaje
de autodescubrimiento y expansión
espiritual!*

A continuación, te presento algunos de estos canales (estoy segura de que con el despertar espiritual descubriremos nuevos canales). Contesta sinceramente acerca de las características antes de leer las definiciones, con el fin de que puedas identificar tu canal de conexión espiritual principal, es decir, aquel con el que recibirás información con mayor facilidad. Sin embargo, ten presente que este no es el único canal disponible, y posees la capacidad de desarrollar todos ellos.

Clarividencia:

Características

Revisa las características, antes de ver la definición:

- Tienes una profunda apreciación por la belleza
- Posees una memoria fotográfica notable
- La desorganización te incomoda profundamente,
- Te preocupas por tu apariencia y estado físico
- Retienes en tu mente numerosos símbolos
- Buscas orden en todos los aspectos de tu vida, desde tu hogar hasta tu lugar de trabajo
- A veces, visiones mentales te previenen de posibles accidentes
- Observas detenidamente los productos en las tiendas
- Disfrutas inmensamente de las artes visuales
- En momentos de elevado estrés, tus ojos pueden enrojecerse o experimentar molestias, te molesta la luz y muchas veces usas gafas de sol, sombreros o gorras.
- Durante la meditación, cierra los ojos y sueles percibir colores, luces, brillos.
- Guardas recuerdos en tu mente como fotografías de los momentos más memorables de tu vida

Definición

La clarividencia se define como la habilidad psíquica de percibir más allá de lo físico, permitiendo la visión en el futuro o en el pasado. Además, esta capacidad posibilita una visión profunda en situaciones, revelando la verdad más allá de las apariencias ilusorias. A través de la clarividencia, se puede desarrollar la capacidad de ver a los ángeles personales y observar símbolos espirituales que ofrecen orientación en el presente. Es un don que va más allá de la realidad tangible, brindando una percepción extendida que abarca dimensiones temporales y espirituales.

Ejercicios para potencializar la clarividencia

Estas afirmaciones son poderosas y positivas para eliminar bloqueos a la clarividencia. Aquí hay una presentación revisada para una fluidez aún mayor:

1. Soy un canal abierto a la clarividencia.
2. Mi capacidad visual es fuerte y clara.
3. Recuerdo vívidamente mis sueños.
4. Cultivo un profundo amor y aprobación hacia mí mismo.
5. Honro la singularidad de mi luz y espíritu.
6. La visión psíquica es segura y natural para mí.
7. Confío en que estoy protegido(a) mientras veo intuitivamente.
8. Me encuentro en un espacio de seguridad y confianza.

Clariconocimiento:

Características

Revisa las características, antes de ver la definición:

- A menudo experimentas la llegada repentina de ideas que te emocionan, impulsándote a compartirlas de inmediato
- Te apasiona aprender a través de libros, audiolibros, seminarios y cursos, absorbiendo conocimiento de manera constante
- Prefieres la lógica y el orden como persona de cerebro izquierdo
- La gente tiende a plantearte diversas preguntas, muchas de las cuales no pueden resolver. Suelen irse sintiendo satisfechos como si hubieras proporcionado la respuesta que buscaban
- Posees una intuición interna que te alerta cuando algo, aparentemente perfecto en la superficie, no constituye una buena idea
- Tu mente inquieta te lleva a pasar tiempo reflexionando profundamente o escribiendo extensamente, siguiendo la tradición de muchos autores y compositores con clariconocimiento.
- Mantienes la certeza de detectar cuando alguien está siendo deshonesto, incluso frente a evidencia en contrario Mantienes la certeza de detectar cuando alguien está siendo deshonesto, incluso frente a evidencia en contrario
- Recibes percepciones sobre resultados futuros antes de que sucedan
- Al enfrentarte a preguntas sobre temas de los cuales careces de conocimiento previo, las respuestas te llegan de forma espontánea, visualizándolas en tu mente para compartirlas con los demás

Espiritual

- Frecuentemente te encuentras con ideas genuinamente inspiradoras.
- Tienes la capacidad de leer a las personas con facilidad, y tus impresiones iniciales suelen demostrar ser acertadas con el tiempo
- Te consideras un estudiante perpetuo y un apasionado coleccionista de información

Definición

Es la habilidad física del conocimiento claro se manifiesta como un canal de conexión espiritual, y quienes la poseen suelen destacar por su lógica y capacidad para recibir información psíquica mediante ideas espontáneas.

Esta facultad les permite acceder a conocimientos de manera clara y directa, siendo su mente receptora de percepciones intuitivas que se presentan de forma natural.

La claridad en su pensamiento y la conexión con la información psíquica son rasgos distintivos de aquellos dotados con esta habilidad, guiándolos hacia una comprensión profunda de su entorno y de las energías que los rodean.

Ejercicios para potenciar el clariconocimiento

La conexión entre el clariconocimiento y el chakra de la corona sugiere que un ejercicio beneficioso consiste en, durante la meditación o cuando buscas soluciones a situaciones, realizar suaves toques con el dedo índice en la cabeza. Luego, utilizando los dedos índices de ambas manos, repite estos toques desde la coronilla hasta la nuca, incluyendo también el área del tercer ojo. Este ritual puede ayudar a estimular y abrir la energía asociada con el clariconocimiento y el chakra de la corona.

Lee libros sobre temas espirituales, o que despierten tu curiosidad.

Clariaudiencia:

Características

Revisa las características, antes de ver la definición:

- Asocias muchos recuerdos en tu mente con canciones o melodías que resonaban en ese momento
- Prestas especial atención a la voz de las personas, incluso recuerdas las palabras exactas que te dijo alguien (con entonación e inflexiones)
- Evitas el lenguaje antisonante o las malas palabras, ni siquiera las utilizas
- Tus gustos musicales son refinados, y por lo tanto te desagrada la música estridente o a volúmenes elevados.
- Sintonizas frecuentemente con tu voz interior, llegando ocasionalmente a escuchar consejos que llegan a ti sin motivo aparente, como una voz en tu cabeza
- La música se convierte en tu principal fuente de relajación en días estresantes
- Te resulta difícil quitarte de la cabeza ciertas canciones
- Al dormir, dormir o en momentos de estrés percibes un ligero zumbido en tus orejas

Definición

La clariaudiencia nos otorga la habilidad de escuchar más allá de los sonidos ordinarios, sintonizando frecuencias que van más allá de lo perceptible por el oído común.

Este canal de conexión asociado con la audición implica la habilidad de percibir y comprender sonidos más allá de lo físico, adentrándose en los reinos y dimensiones superiores de la existencia.

Espiritual

Esta capacidad permite escuchar la orientación proporcionada por tus Ángeles y captar los mensajes de los Maestros Ascendidos. La clariaudiencia abarca no solo la recepción de sonidos, sino también la comprensión, guía y sabiduría que emanan de tu ser superior y tu intuición. En esencia, es la capacidad de sintonizar con las frecuencias sutiles del universo, permitiendo la conexión con fuentes espirituales y la asimilación de conocimientos más allá de la percepción ordinaria.

Ejercicios para potencializar la clariaudiencia

"Desarrolla tu Clariaudiencia" para fortalecer esta habilidad psíquica. Un método efectivo para iniciar este proceso es mejorando tu capacidad auditiva en general.

Comienza por escuchar completamente a quienes te rodean cuando se comunican contigo, evitando planificar tus respuestas mientras escuchas. Apaga la voz interna que ansía responder y, en su lugar, practica la presencia, mantente abierto y receptivo a las palabras de los demás. Esta misma actitud es esencial al buscar la percepción clariaudiente del espíritu.

Durante tus momentos de meditación, presta atención al flujo de tu respiración, sumergiéndote en el sonido tranquilizador que acompaña cada inhalación y exhalación.

Al irte a dormir por la noche, agudiza tus sentidos auditivos para captar los sonidos que te rodean o, cuando estés al aire libre, concéntrate en los sonidos de la naturaleza.

Practica la escucha activa para que puedas percibir con claridad. Este proceso implica apaciguar la voz del ego en tu mente, permitiéndote estar consciente de los sonidos presentes en tu entorno. A medida que calmas tu mente y afinas tu capacidad de escucha, te volverás naturalmente más receptivo para captar la guía espiritual que te rodea. Este ejercicio práctico destaca la importancia de la atención consciente para el desarrollo de la clariaudiencia.

Clariolfato:

Características

Revisa las características, antes de ver la definición:

- Reconocen los olores que los rodean
- Saben de aromaterapia, sus efectos aun sin haberla estudiado
- Cuando tienen recuerdos, lo primero que sienten o rememoran son los olores del lugar, momento o persona
- Son muy susceptibles a las fragancias, olores o perfumes de las personas
- A veces dicen frases como “huelo el miedo”, “ya huele a navidad” o “me encanta el olor de la lluvia”
- Les gusta sentir el olor de la naturaleza
- Casi siempre abren las ventanas para respirar el aire puro y oxigenar los espacios
- Al dormir, dormir o en momentos de estrés percibes un ligero zumbido en tus orejas
- En sus espacios personales siempre hay olores de velas, aceites esenciales,

Definición

El clariolfato, una habilidad que involucra la percepción de olores y fragancias no atribuibles a fuentes físicas nos brinda la capacidad de sintonizar con la energía inherente a los aromas y recibir mensajes a través de esta modalidad. Cultivar el clariolfato tiene el potencial de enriquecer nuestra experiencia sensorial, proporcionando información valiosa sobre nuestro entorno y fortaleciendo nuestra conexión con la intuición.

Espiritual

Esta capacidad se manifiesta como la percepción de olores que no son discernibles mediante los sentidos físicos convencionales. Puede manifestarse como un aroma repentino en el aire, una fragancia suave o inclusive como una experiencia olfativa imaginaria. El desarrollo consciente de esta capacidad nos permite explorar dimensiones sensoriales más allá de lo ordinario, otorgando una nueva capa de entendimiento a nuestra relación con el entorno y nuestras percepciones internas. Este ejercicio práctico destaca la importancia de reconocer y cultivar el clariolfato para ampliar nuestras habilidades sensoriales y potenciar la conexión con nuestro propio discernimiento intuitivo.

Ejercicios para potenciar el clariolfato

Desarrollar el clariolfato puede ser un proceso gratificante que enriquece tu conexión con el mundo sensorial. Aquí te presento un ejercicio práctico que puedes incorporar en tu rutina para potenciar esta capacidad:

Puedes en primer lugar reconectar con la naturaleza para ello dedica tiempo a sumergirte en la naturaleza, donde puedas experimentar una variedad de aromas. Presta atención a cómo estos afectan tus sentimientos y emociones. Esta práctica te sensibilizará a los matices de los olores sutiles y fortalecerá tu conexión con el entorno.

Otras prácticas puede ser la visualización de aromas y la llamada meditación olfativa, para la primera en un espacio tranquilo, cierra los ojos y visualiza un aroma específico. Concentra tus sentidos internos en percibirlo con detalle. Puedes imaginarte una flor, una fruta u otro objeto que emane un olor particular. Este ejercicio fortalecerá tu capacidad para asociar visualmente los aromas con experiencias sensoriales internas.

La meditación olfativa, aunque suena rara, lo que harás es simplemente enfócate en tu sentido del olfato, puedes ayudarte prendiendo una vela aromática, o incienso y lo harás es inhalar profundamente, centrándote en los matices de los olores sutiles que puedas percibir. Haz preguntas a tu intuición sobre si hay algún mensaje asociado con esos aromas. Esta práctica te ayudará a agudizar tu clariolfato y a abrirte a la sabiduría intuitiva que puede manifestarse a través de los olores.

Finalmente puedes empezar a estudiar aromaterapia.

Clarisensibilidad:

Características

Revisa las características, antes de ver la definición:

- Al conocer a alguien por primera vez, captas la impresión inicial que te provoca su presencia, y esto influye en tu decisión de querer volver a estar con esa persona
- La primera impresión suele proporcionarte información valiosa sobre la posible dinámica de tu relación con alguien
- Sigues fielmente las indicaciones de tu corazón en tus decisiones
- Manifiestas una notable empatía hacia quienes te rodean; sientes el sufrimiento de los demás y compartes su alegría por los éxitos en la vida
- Tienes un conocimiento profundo de tu propio cuerpo y puedes percibir señales tempranas, como contraer un resfriado
- Posees la capacidad de presentir si algo en tu vida va en una dirección positiva o negativa antes de conocer el resultado final, y tus intuiciones suelen ser acertadas
- Las emociones desempeñan un papel crucial en la toma de decisiones en tu vida, estableces conexiones con quienes te rodean a través de emociones y sensaciones
- Muestras una inclinación a ayudar a los demás con sus problemas, si bien eres consciente de no convertir sus problemas en los tuyos
- Si eres padre, tienes presentimientos sobre la seguridad de tus hijos incluso cuando están lejos de ti
- Un signo revelador de esta capacidad intuitiva es la sensación de sentirse observado

Definición

La clarisensibilidad, una habilidad extrasensorial que la mayoría de las personas desconoce que posee y puede desarrollar. Esta capacidad física implica la percepción de energías sutiles que nos rodean, permitiéndonos incluso discernir el estado de ánimo de otras personas.

Además, los clarisensibles pueden experimentar percepciones de cosas, situaciones o personas distantes, e incluso tener acceso a información del pasado. Este don intuitivo abre la puerta a una conexión profunda con el entorno y a una percepción más allá de los límites convencionales de la realidad.

Ejercicios para potencializar la clarisensibilidad

Busca un espacio tranquilo donde puedas relajarte sin distracciones externas, donde puedas sentarte cómodamente y relaja tu mente.

Ahora enfócate en las sensaciones, primero en las físicas y en las emocionales que experimentas en ese momento. No juzgues ni analices, simplemente observa. Extiende tu conciencia hacia el entorno que te rodea.

Siente la energía del lugar, ya sea una habitación, un jardín o cualquier otro espacio. Percibe las vibraciones sutiles y observa cómo estas afectan tu propio estado emocional y físico, por ejemplo **visualiza los colores** e imagina que puedes visualizar colores que representan las energías presentes. Observa si hay algún cambio en la paleta de colores a medida que te mueves por el espacio, haz lo mismo con los objetos, las personas, los sonidos, las luces. Observa si puedes percibir diferencias en las vibraciones y cómo estas se relacionan con las emociones o estados de ánimo.

Al finalizar la práctica, toma nota de tus observaciones. Anota cualquier sensación, cambio de energía o percepción que hayas experimentado.

Este ejercicio te ayuda a desarrollar la clarisensibilidad al sintonizar conscientemente con las energías ambientales y las emociones asociadas. Practica regularmente para fortalecer esta habilidad intuitiva y afinar tu capacidad para percibir las sutilezas del entorno.

Clarigusto:

Características

Revisa las características, antes de ver la definición:

- Sientes sabor sutil o una sensación en la boca que no está directamente vinculada con la comida física que se está consumiendo en ese momento
- La alimentación mas que una necesidad física es una experiencia emocional
- Comes lentamente sintiendo los sabores, las texturas en tu boca
- Practicas la alimentación consciente, respetas a los alimentos y reconoces su valor nutricional y energético
- Tienes una capacidad innata para cocinar, no necesitas recetas para lograr preparaciones mágicas
- Eres capaz de mezclar sabores nuevos y únicos
- Sabes que te hace bien a ti y a otras personas y siempre les llevas aquello necesario para el estado de animo de la otra persona

Definición

El clarigusto es una habilidad que nos permite percibir sabores sutiles o recibir información a través del sentido del gusto, trascendiendo las experiencias físicas convencionales. Esta capacidad nos conecta con la energía de los alimentos y nos proporciona mensajes intuitivos relacionados con nuestra nutrición y bienestar general. Desarrollar el clarigusto puede ser beneficioso al tomar decisiones alimenticias más conscientes y saludables.

Esta habilidad implica la percepción de sabores o gustos que no se originan en la estimulación física directa. Puede manifestarse como un sabor sutil o una sensación en la boca que no guarda relación

Espiritual

con la comida que estamos consumiendo en ese momento. Cultivar conscientemente el clarigusto nos permite explorar dimensiones sensoriales más allá de la mera experiencia física de comer, proporcionándonos una herramienta valiosa para comprender mejor nuestras necesidades nutricionales y mejorar nuestra relación con la alimentación.

Ejercicios para potencializar la clarigusto

Practica el mindfulness alimenticio, este consiste en llevar la atención plena mientras comes, centrándote en los sabores y sensaciones en tu boca. Observa la textura, el sabor y cualquier cambio sutil que puedas experimentar. Puedes ampliar tu repertorio alimenticio probando diferentes alimentos y sabores, especialmente aquellos que no consumes regularmente. Observa cómo responde tu cuerpo y tus papilas gustativas a nuevos estímulos.

Clarisentencia / Telepatía:

Características

Revisa las características, antes de ver la definición:

- Puedes comunicarse con otros sin necesidad de utilizar palabras u expresiones verbales.
- Puedes anticipar la música que va a sonar en el radio o en la televisión
- Tiene la capacidad de recibir pensamientos, ideas o emociones de otras personas sin que estas las expresen verbalmente.
- Puedes terminar las frases de las demás personas
- Captas las intenciones y motivaciones detrás de los pensamientos, proporcionando una comprensión más profunda de las personas con las que te comunicas
- Participas en la empatía activa, respondiendo a los pensamientos y sentimientos de los demás de manera reflexiva y compasiva
- Has empezado a extenderse a la comunicación con entidades no humanas o incluso animales.
- La gente te dice que parece que “les leyeras el pensamiento”
- Te anticipas a lo que requiere la gente.
- Tiene un profundo respeto por la ética, te molesta la injusticia y el maltrato a los demás

Definición

La clarisentencia se define como la habilidad de recibir información intuitiva mediante sensaciones físicas o emocionales en el cuerpo así como pensamiento de otras personas incluso a grandes distancias.

Este canal de comunicación se manifiesta a menudo como corazonadas o sentimientos inexplicables que ofrecen una guía valiosa o conocimiento intuitivo, involucrando la comunicación de pensamientos y emociones sin el uso de palabras.

Ejercicios para potencializar la clarisentencia /telepatía

Se que este es uno de los canales mas curiosos y al tiempo que todos tenemos la capacidad de desarrollar así que te dejo varios ejercicios que puedes hacer según te resuene si quieres potencializar la telepatía:

Meditación de Conexión:

- Siéntate en un lugar tranquilo y cierra los ojos.
- Visualiza un cordón de luz conectando tu corazón con el corazón de la persona con la que deseas practicar la telepatía.
- Respira profundamente, enfocándote en la conexión entre ambos corazones.
- Abre tu mente para recibir cualquier impresión, imagen o sensación que pueda surgir durante la meditación.

Comunicación con Imágenes:

- Elige un objeto o imagen simple.
- Mientras te relajas, visualiza claramente la imagen en tu mente.
- Envía mentalmente esa imagen a la persona con la que deseas practicar la telepatía.
- Pídele que esté receptiva y tome nota de cualquier imagen o impresión que le venga a la mente.

Palabras sin Hablar:

- Conéctate con un amigo o compañero con quien quieras practicar la telepatía.
- Elijan una palabra simple pero significativa.
- Cierra los ojos y concéntrate en enviar la palabra a la mente del otro sin pronunciarla en voz alta.
- Después, compartan sus experiencias y vean si lograron captar la palabra telepáticamente.

Intuición de Emociones:

Canales de comunicación

Espiritual

- Escoge un momento específico para conectarte telepáticamente con alguien.
- Siéntete receptivo a las emociones que esa persona pueda estar experimentando en ese momento.
- Anota tus impresiones y compártelas más tarde para ver si hubo una sincronización en las percepciones emocionales.

Estos ejercicios están diseñados para ser breves pero efectivos, permitiendo que la práctica de la telepatía en un contexto espiritual se desarrolle de manera gradual y consciente.