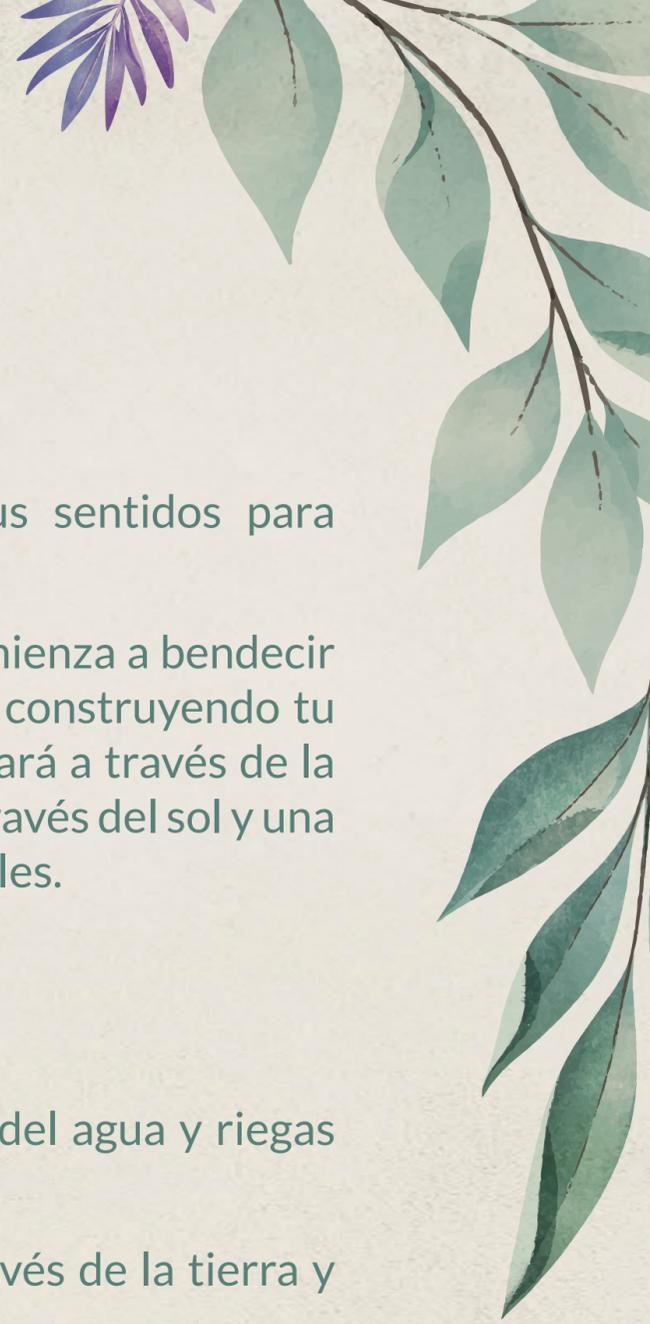


LA MAGIA DE LOS BAÑOS ESPIRITUALES



6° ENCUENTRO

CÓMO CREAR UN ESPACIO
RITUAL PARA TU BAÑO



CÓMO CREAR UN ESPACIO PARA TU BAÑO EN LA NATURALEZA

1. Decide el lugar en la naturaleza que sientas querer hacer el baño.
2. Luego, camina por el lugar, observando, sintiendo, activando tus sentidos para encontrar el espacio donde te vayas a sentir mejor y tranquila.
3. Cuando hayas elegido el lugar, preséntate, saluda, toca la tierra y comienza a bendecir el espacio donde vas a realizar el baño con los 4 elementales que irán construyendo tu altar. El agua donde vas a preparar tu baño crudo, la tierra se manifestará a través de la presencia de la naturaleza, las plantas y flores que vas a usar, el fuego a través del sol y una vela, el aire a través de los humos purificadores con tus inciensos naturales.

Cuando ya estén todos los elementales presentes:

Di tu nombre en voz alta y bendice el lugar.

Yo... pido permiso al espíritu del agua y bendigo este espacio a través del agua y riegas unas gotas en la naturaleza.

Yo pido permiso al espíritu de la tierra y bendigo este espacio a través de la tierra y dejas algunos pétalos de flores o semillas como una ofrenda.

Yo... pido permiso al espíritu del fuego y bendigo este espacio a través de la luz de esta vela.

Yo.... pido permiso al espíritu del aire y bendigo este espacio a través de estos humos sagrados.

Finalmente dices: Yo... pido permiso al corazón del cielo, al corazón de la tierra y a mi corazón para crear este espacio sagrado que va nutrir, purificar mi cuerpo y mi espíritu a través de este baño.

Luego, toma un tiempo para cultivar el silencio y conectar con el espíritu de las plantas y susurrar para ellas el propósito de tu baño.

Y ya estarás lista para comenzar a preparar tu baño y disfrutar.

Al finalizar, ofrenda las plantas de tu baño a la naturaleza y antes de irte, cierra tus ojos por un momento y agradece a la Diosa naturaleza por el momento vivido.



CÓMO CREAR UN ESPACIO PARA TU BAÑO EN LA CASA

Si quieres crear un baño ritual dentro de casa entonces comienza con estos pasos:

1. Limpiar y sahumar tu baño ya que harás un ritual dentro de él.
2. Si tienes un pulverizador con vinagre de manzana, romero, menta, hojas de eucalipto podrás usarlo para limpiar y preparar el espacio.
3. Cuando sientas que este listo, trae a tu baño ritual los elementales:

El agua: comienza a llenar tu bañera con agua caliente, si no tienes bañera puedes usar un balde grande y colocarlo en la ducha y llenarlo de agua ya traerás listo tu baño que has realizado en infusión.

Tierra: tendrás listas las flores, plantas frescas o secas, las especias, la miel, tus cristales y todo lo que vayas adicionar a tu baño mágico.

Fuego: podrás usar muchas velas de los colores que sientas, es hermoso apagar la luz de nuestro baño y que todo quede iluminado con la energía sanadora de las velas.

Aire: usarás tus inciensos naturales o tu copalera con plantas secas de purificación y tus resinas.

Quizás, si te gusta bañarte escuchando música, elige una que te relaje y te haga sentir en armonía. Está demostrado que el agua reacciona a determinadas vibraciones y armonías.

Las toallas que uses para secarte, es importante que sean claras y puedas impregnarlas con un poco de tu aceite favorito. En lo personal me gusta el de rosas o jazmín.

Y por último, deja que tu creatividad te guíe. Importante que puedas hacer uso del baño por lo menos 2 horas tranquilamente y no olvides dejar tu celular fuera.

Cuando termina tu baño, toma una toalla blanca, seca tu cuerpo y ve directamente a tu habitación o a tu refugio. Toma un té de plantas que te llenen de más amor y tranquilidad y envuelve tu cuerpo desnudo en una cobija de color claro y siéntate en una posición cómoda, enciende tus velas en tu altar, refúgiate en el silencio por el tiempo que desees, respirando y observando desde la infinita gratitud y el amor. Descansa.

Al día siguiente, escribe lo que sentiste, lo que soñaste y toma nota de cualquier orientación espiritual que hayas recibido y déjalo registrado en tu grimorio.

Las plantas que hayas usado no las vayas arrojar a la basura. Luego debes devolverlas a la naturaleza como un símbolo de ofrenda, gratitud y respeto por la sanación y amor que te han entregado.