

Cuando le preguntaron al Dr. Victor L. Frank que qué era lo siguiente más importante después de lograr que nuestros cuerpos regularan adecuadamente el azúcar en la sangre y estuvieran adecuadamente hidratados, él respondió: "¡Protección!".

Él enseñó que el nivel de vibración atrae cosas de un nivel similar. Si queremos cambiar nuestra salud, debemos trabajar para aumentar nuestro nivel de vibración. Cuanto mayor sea nuestro nivel de vibración, más personas y experiencias positivas atraeremos. Vibrar a un nivel superior también puede convertirnos en un objetivo. Por lo tanto, no solo necesitamos limpiarnos energéticamente y aumentar nuestro nivel de vibración, sino que también debemos protegernos.

La siguiente visualización fue desarrollada en la década de 1950 por el Dr. Frank que la practicó todos los días y fue algo que enseñó a sus alumnos de todo el mundo.

Sirve para limpiar nuestro cuerpo energético o luminoso, elevar o vibrar y protegernos de ataques externos o energías negativas.

Protección TBM

El procedimiento de Protección TBM eleva su nivel de vibración y le protege. Aumenta su nivel de vibración limpiando y llenando su cuerpo con luz blanca. Le protege colocando un escudo a su alrededor.

- 1) Abra las piernas y coloque los pies planos sobre el suelo.
- 2) Cierre los ojos. Coloque sus manos sobre su ombligo, con la mano izquierda presionando contra su vientre y la derecha encima contra la parte posterior de la izquierda. Ahora entrelace los pulgares colocando el pulgar derecho debajo del izquierdo. Ahora doble el índice derecho y los dedos anulares para que se vuelvan a doblar debajo de su mano izquierda y dejen el dedo medio recto en el centro de su antebrazo izquierdo. Mantenga sus manos en esta configuración hasta que haya completado el ejercicio.
- 3) Ahora visualice una llama blanca, caliente y brillante detrás de su esternón. Use su respiración como un fuelle para aumentar la intensidad de la llama y hacerla crecer. A medida que se agranda en una bola, gírela sobre sí misma de manera centrípeta, y continúe aumentando la intensidad a medida que se hace más y más densa. Y deténgala.

Nota: si está teniendo dificultades para visualizar una llama blanca, haga lo mismo con un tono armonioso o una sensación de amor.

4) Ahora haga que crezca a lo largo de su pecho y abdomen. Continúe usando la respiración como fuelle para aumentar la intensidad. Permita que la luz fluya hacia su cuello y hombros, luego hacia sus brazos y hacia su cabeza. Ahora sienta que fluye hacia la pelvis y las nalgas, luego hacia los muslos, las piernas y luego los pies.

5) Continúe aumentando el brillo y la intensidad de la luz mientras llena su cuerpo desde la fuente original detrás de su esternón. Ahora deje que la luz pase más allá de su piel y llene el área alrededor de tu cuerpo. Sienta cómo limpia, no solo su cuerpo, sino también el espacio que le rodea.

6) Una vez que la luz haya llenado todo su cuerpo y un espacio de al menos 15 cm. a su alrededor, respire de forma rápida y profunda y vuelva a introducir la luz blanca en su cuerpo. Su cuerpo ahora está lleno de luz, la Chispa de la Vida detrás de su esternón continúa creciendo más brillante, más caliente y más concentrada e irradia por todo su cuerpo como espuma de poliestireno densa.

7) Ahora visualice un cubo grande sobre su cabeza que está lleno de un plástico transparente y líquido. Mentalmente, levante con sus manos el cubo y vierta el contenido sobre su cuerpo, permitiendo que fluya sobre todas sus partes. Use sus manos para suavizarlo y asegúrese de que se extienda por cada centímetro cuadrado de usted. Mientras lo hace, se va convirtiendo en un papel muy fino, totalmente flexible, como una armadura transpirable y protectora para usted.

8) Sobre su cabeza hay un segundo cubo de plástico líquido. Haga lo mismo con este cubo, suavemente, asegurándose de que no se pierda ninguna gota. Siénta cómo se vuelve fino, flexible y transpirable de nuevo.

9) Tiene un tercer cubo sobre su cabeza. Éste, sin embargo, está relleno de una espuma rosa, líquida. ¡Esto formará una capa a su alrededor que repelerá cualquier ataque, convertirá la energía en amor puro y la enviará de nuevo multiplicada por 10! Una vez más, usando sus manos mentalmente, vierta la espuma sobre su cuerpo, alisándola y asegurándose de que todas las áreas estén bien cubiertas.

10) Ahora haga tres respiraciones largas y profundas y abra los ojos.

Este proceso debe completarse al menos cada mañana y tarde.

Si en algún momento durante el día se pregunta si su escudo está desgastado un poco, tómese un momento para "analizarse" y repetir cualquier aspecto del protector que pueda ser necesario.