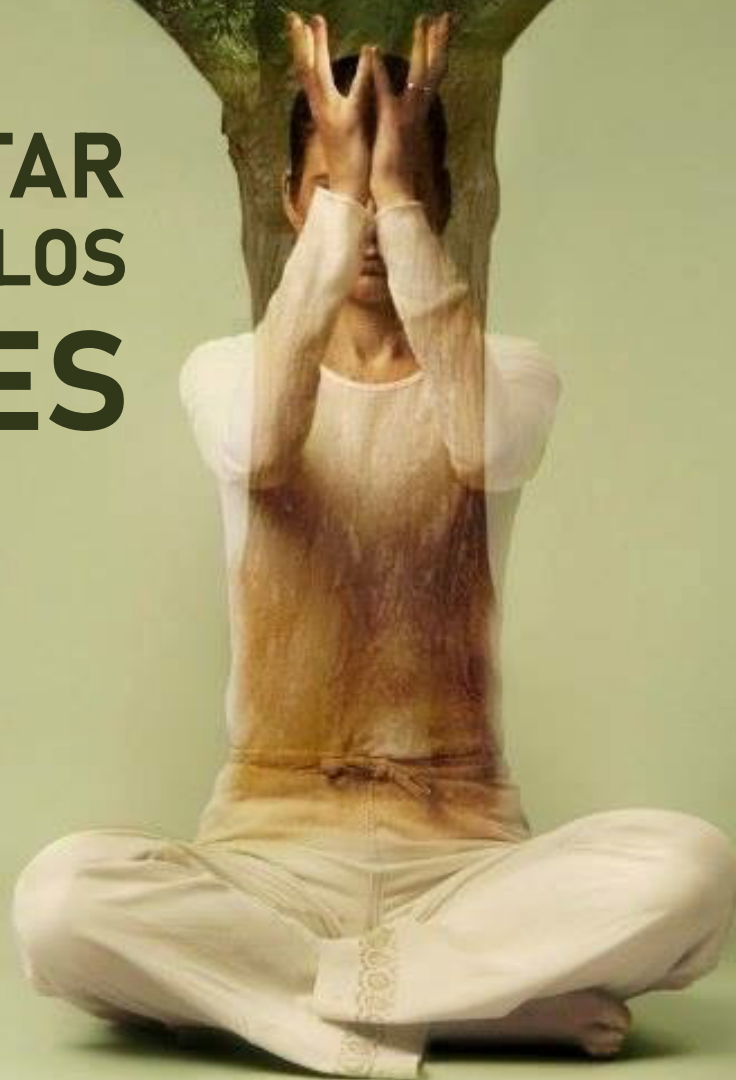


# COMO CAPTAR ENERGÍA DE LOS ÁRBOLES



Cuando caminamos entre los árboles en un parque o un bosque, podemos llegar a sentir la energía que desprenden. Los celtas creían que cada árbol poseía un espíritu sabio y que sus rostros podían verse en la corteza de sus troncos y sus voces escucharse en el sonido de las hojas moviéndose con el viento. Los árboles nos ayudan a establecer contacto con el poder de la naturaleza, nos dan herramientas para sanarnos, relajarnos, fortalecernos, cargarnos de energía vital y son portadores de los mensajes de la madre Tierra.

Existen cada vez más personas que han comprobado los beneficios de abrazar los árboles. Al revés que con las personas que al abrazarlas podemos notar pérdidas de energía debido a factores emocionales, con un árbol siempre notaremos que nos carga, nunca que nos descarga.

No olvidemos que todo ser vivo es energía, y al igual que nosotros, los árboles tienen la suya propia, muchas veces entramos en sintonía y sentimos como fluye expresando nuestra sensación de bienestar, tranquilidad, serenidad, etc. Desde aquí queremos compartir la energía que te aporta cada árbol en concreto, porque cada uno tiene una característica, determinada por su especie, velocidad de crecimiento, entorno.

## ¿Cómo Captar la Energía de los Árboles?

La energía que emanan los árboles, al igual que la nuestra, es invisible al ojo físico, es lo que llamamos el aura, muy perceptible sensitivamente.

El árbol al igual que las personas está emitiendo vibraciones energéticas constantemente y son perfectamente asimilables por el ser humano, se pueden absorber y podemos beneficiarnos de sus efectos.

Existen dos formas fundamentales de captarla:  
A través de la emanación áurica del árbol

Su extensión es más o menos grande según las características de cada árbol y su situación ambiental. Bastará penetrar en su radio de acción. Este tipo de energía se absorbe con el simple hecho de pasear por un bosque, conscientemente podemos aumentar su captación regulando nuestra respiración a un ritmo tranquilo y algo profundo.

En la práctica, esto es lo podemos hacer:

- Camina entre los árboles y escoge alguno que te llame la atención.
- Acércate a él, obsérvalo y capta su energía, no trates de analizarlo mentalmente o de establecer un vínculo emocional. Sólo nota su tono vibratorio.
- Tócalo al mismo tiempo que cierras los ojos, con tu mano izquierda. Reconoce su fuerza y su influencia en el entorno. Observa si es un árbol solitario o un pastor de árboles que tiene influencia sobre el resto. Capta si su energía es curativa, o si es protectora y amorosa, o si es sabia, o si es imponente en todo ese territorio o de cualquier otro tipo. Acepta esa energía sin más y pregúntate si deseas recargarte a ti mismo con esa fuerza.
- Establece contacto con la energía del árbol mediante tu corazón energético. Vacía tu ruido interno, fluye en el amor y escucha al árbol. Capta su espíritu. Preséntate con tu nombre y entra en un espacio donde la comunicación es energética y no sonora. Puedes pedir consejo sobre cualquier situación que necesites, cargarte de energía, relajarte o aceptar su sabiduría.
- Escucha la en tu corazón, da las gracias, levántate y despídete poniendo tu mano derecha sobre su tronco.

En contacto directo con el árbol.

Utilizando las manos: A través de ellas podemos realizar una captación más consciente, son una zona muy sensible a la emisión y captación vibratoria ya que en la palma existen varios puntos de entrada y salida de energía. La posición más conveniente es la de seguir las grietas o fisuras de la corteza en el sentido que las presenta el árbol.

Utilizando la espalda: La parte central de la espalda, recorriendo la columna vertebral, se encuentra el canal energético principal del cuerpo. Apoyando esta zona en el tronco del árbol absorberemos la energía que emana.

Desde la antigüedad ya se sabe que cada árbol alberga un espíritu que le confiere una fuerza determinada, una energía que le da un poder genuino y exclusivo, según a la clase que pertenezca.

En ocasiones podemos buscar la fuerza del árbol para mitigar el dolor de una enfermedad, para superar las preocupaciones o simplemente para conseguir alcanzar nuestro propio equilibrio. Este intercambio energético no afecta negativamente al árbol, ya que este las transmite a la Madre Tierra y esta las transmuta completamente.

En las técnicas orientales, como el chi-kung, hay una postura que se llama "abrazar el árbol". Esta posición estática alinea todos los huesos del modo más eficaz posible.

Buddha se iluminó bajo una higuera. Jesús estuvo en el monte de los olivos. A los cátaros les gustaban las acacias. Los Druidas preferían la fuerza masculina del roble para usar su sabiduría. Los jóvenes enamorados buscaban el tilo para confiar sus intimidades amorosas porque representaba el vigor de Venus. De cualquier modo existen diferentes clases de árboles y es un ejercicio interesante conocer las diferentes energías que fluyen a través de ellos. Una buena forma de hacerlo es abrazándolos al mismo tiempo que nos hacemos uno con él.

### Cualidades Energéticas de Algunos Árboles

La Encina y el alcornoque. La encina y el alcornoque son primos hermanos de la misma especie, son los árboles de la potencia, su aspecto firme y algo áspero nos muestran un carácter firme y seguro.

Son árboles robustos, fuertes y protectores con grandes cualidades energéticas. Buenos amigos a los que acudir cuando se está en baja forma física o en situaciones de bajo estado de ánimo, ansiedad o inseguridad ya que su energía nos ayuda a transformarlos en actitudes más positivas y seguras.

Por ello te proponemos que te acerque a un buen ejemplar, lo abarques con tus brazos, te fundas con él y luego te relajes sentado a sus pies y dejes fluir su fuerza.

El olivo. La energía del olivo es altamente beneficiosa. Al acercarse a un buen ejemplar notarás una sensación de paz y serenidad. El olivo es sabio, viejo y amigable y brinda al que se le acerca un apoyo incondicional.

Al sentarnos y recostarnos en su tronco su contenido energético ira traspasándose lentamente a su cuerpo, este incide en seis de los centros vitales más importantes que posee el ser humano, estos centros son los principales reguladores y alimentadores de toda nuestra estructura energética, pero donde posiblemente notará más su efecto es en el 4º de ellos, situado a la altura del pecho, sintiendo la necesidad de respirar profundamente y proporcionándole una sensación de bienestar.

El olivo alimenta los circuitos mentales, permitiendo que estos se equilibren y recuperen un ritmo natural.