



Tras unos meses de silencio, **Vida en Consciència** regresa a vuestras vidas con nuevas propuestas para ir incorporando en el día a día, y con nuevos temas que confío sean de vuestro interés.

Y para ir abriendo boca, os quiero invitar a recordar cuándo ha sido la última vez que habéis pensado en alguien y os lo habéis encontrado al cabo de poco tiempo u os ha llamado por teléfono; o, cuándo habéis decidido cambiar el trayecto que hacéis normalmente para ir a un lugar a otro, habéis pensado en encontrar un aparcamiento y ante vosotros un coche os ha dejado libre su sitio y habéis podido aparcar; ... ¿Os viene a la mente alguna palabra para dar respuesta a estas situaciones? ¿Intuición? ... ¿Os consideráis personas intuitivas? ¿Se puede entrenar la intuición? ¿Qué beneficios lleva ser una persona intuitiva?

A través de estas líneas os quiero hablar de la **Visión Intuitiva** y de los beneficios que os puede reportar esta capacidad. La **Visión Intuitiva** es una capacidad conocida en otros sitios del mundo con

## VIDA EN CONSCIÈNCIA

diferentes nombres: Visión Extraocular, Vibravisión, Dermovisión, Visió Dermoóptica, ... Éstas y otras denominaciones hacen referencia a la misma capacidad: "ver sin los ojos".

Pero..., ¿qué es intuir? Según el diccionario de la Real Academia Española, intuir es "percibir íntima e instantáneamente una idea o verdad, tal y como si se tuviese a la vista". Si entendemos la intuición como la capacidad de saber o percibir cosas que ni utilizando la lógica ni el razonamiento podemos saber, vemos que se trata de una habilidad intuitiva y, como tal, puede desarrollarse en mayor o menor medida, es decir, se puede entrenar.



La **Visión Intuitiva** permite ver el momento presente y el entorno en el que estamos ubicados,

generalmente hasta una distancia y precisión similares a la que nuestros ojos físicos nos pueden dar (en ocasiones, incluso mejor), y, a veces, está supeditada a nuestro campo bioenergético.

Desde Intuitu, *Institut de Visió Intuitiva*<sup>1</sup>, hablan de la existencia de cuatro pilares que, si se desarrollan de forma correcta, permiten que aparezca la **Visión Intuitiva**. Estos pilares son:

1. La capacidad de captar informaciones sutiles del entorno. Estas informaciones pueden llegar a través de la percepción táctil, de la temperatura, del movimiento del cuerpo, ...
2. La capacidad de visualizar o de trabajar con imágenes.
3. Las creencias y los obstáculos limítantes: *"Tanto si creo que puedo, como si creo que no puedo, tengo razón"* –Henry Ford).
4. La bioenergía: ser consciente de las horas de descanso, de la respiración, de la alimentación, de las emociones, ... Practicar y incorporar a diario diferentes tipos de respiración es la clave para mejorar la salud y la intuición. Además, si la salud física o psicológica de la

persona se encuentra comprometida, puede provocar que la **Visión Intuitiva** no se manifieste o se manifieste de manera poco constante (algunos días sí y otros no).



Con independencia de que la persona consiga "ver sin los ojos", trabajar los cuatro pilares anteriormente mencionados lleva consigo una serie de beneficios. En el caso de la capacidad de captar informaciones sutiles del entorno, los beneficios son:

- Aumentar la capacidad de concentración y atención.
- Aumentar la intuición.
- Aumentar la consciencia, es decir, saber qué me define y qué me rodea, ya que

<sup>1</sup> Para la elaboración de este artículo se ha consultado el material obtenido en la formación de Coach de Visión Intuitiva i

Intuición Ampliada, i el libro "Ver sin los ojos es posible" de Tània Agorreta Albert i Jordi Imbert Riera. Intuitu Editions.

percibo mejor quien soy y lo que tengo a mi alrededor.

En relación a la capacidad de visualizar y trabajar con imágenes, los beneficios que se pueden obtener son:

- Mejorar la capacidad de trabajar con imágenes.
- Mejorar la memoria visual.
- Mejorar la ortografía y la memorización de esquemas conceptuales.

El abordaje de las creencias y los obstáculos limitantes permiten a la persona:

- Mejorar el autoconcepto y la autoestima.
- Eliminar creencias limitantes o bloqueos que le impiden avanzar.
- Empoderarla.
- Soltar miedos y fobias.

Gracias al trabajo con la bioenergía, la persona eleva su vibración, lo cual repercute en una mejoría en su calidad de vida.

El proceso de la **Visión Intuitiva** permite, en ocasiones, desarrollar otras capacidades incluidas en lo que se llama Intuición Ampliada. Algunas de estas capacidades son la telepatía y la visión remota.

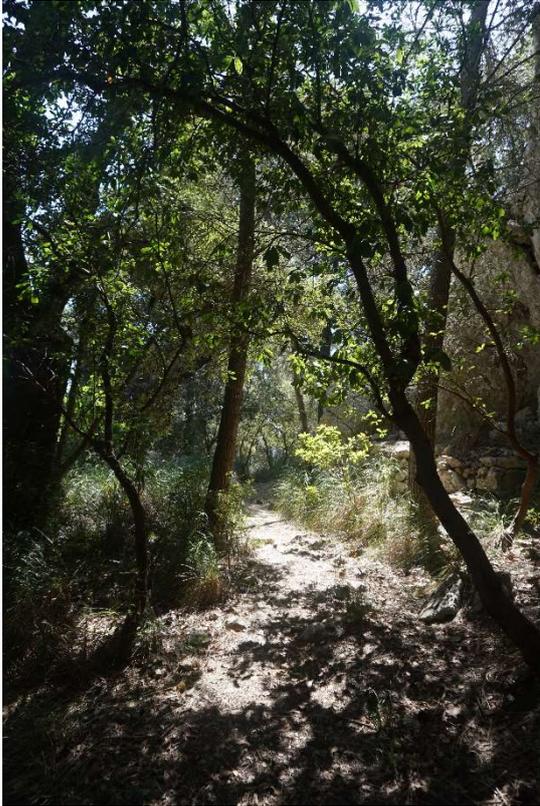
Y ahora, llega el momento de experimentar... Para hacerlo necesitáis una vela, cerillas o un encendedor, estar en una

habitación que pueda quedar totalmente a oscuras y disponer de 10'-15' de tranquilidad... ¿Lo tenéis? Pues bien, os invito a: cerrar la puerta, colocar la vela a unos 70-75cm de vosotros (al nivel de los ojos), apagar las luces y bajar o cerrar las persianas. A continuación, si os apetece, poned una música tranquila, con sonidos binaurales o incluso con un metrónomo a un tiempo muy calmado... Encended la vela... Respirad profundamente y sentid como os relajáis con cada inspiración y expiración... Mirad fijamente la vela durante 1 minuto, aproximadamente... Cerrad los ojos y observad la post imagen que aparece con tanta precisión como podáis. Cuando la post imagen desaparezca, mirad la vela otra vez... ¿Cómo os habéis sentido? ¿Qué habéis experimentado? Resulta interesante que lo escribáis.



Podéis repetir esto muchas veces, durante muchos días, hasta que consigáis la post imagen o hacer

que vuelva a vuestra mente  
fácilmente cuando queráis...



¡Gracias a las personas que  
habéis dado un paso más en el  
redescubrimiento de vuestra  
verdadera esencia!

¡Gracias a quienes abrazáis el  
entrenamiento en la Visión  
Intuitiva abriéndoos a una  
Vida en Consciencia!

¡Gracias Jordi, Tania i Gemma  
de Intuitu, *Institut Visió Intuïtiva*  
por compartir vuestras vivencias  
y experiencias y por vuestro  
acompañamiento!

¡¡¡Gracias, gracias, gracias !!!

**Magdalena Sastre i Martorell**

Psicologia. Psicomotricitat. Reiki.  
Visió Intuïtiva i Intuïció Ampliada  
Teràpia Sistèmica Transpersonal  
Aromateràpia. Flors de Bach

[magdalena.somriu@gmail.com](mailto:magdalena.somriu@gmail.com)

<https://t.me/SomRiuConsciencia>