

María Bustos Silva

DEVA   
Healing

*Sanación y protección  
con Krishna*

ESCUELA DE  MAHA YOGA

© María Bustos Silva, 2016  
Diseño de la portada: Rafael Peralto.  
Imágenes y logo son propiedad de María Bustos Silva.  
Edita: María Bustos Silva.

Reservados todos los derechos. Este manual podrá divulgarse libremente siempre y cuando no exista ánimo de lucro y no sea modificado.

## INDICE

1. Sanación y protección con Krishna	4
2. Sanación para uno mismo	6
3. Figuras	8
4. Sanando a los demás	9
5. Sanación grupal	11
6. Limpiar y proteger un espacio	13
7. Trabajando con objetos	15
8. Deva Healing	16

## SANACIÓN Y PROTECCIÓN CON KRISHNA

La “sanación y protección con Krishna” es una práctica breve pero altamente eficaz. Sus funciones son limpiar energéticamente nuestro cuerpo físico así como los sutiles y protegernos de energías negativas. También sirve limpiar y proteger cualquier objeto o estancia, ya sea nuestro hogar, lugar de trabajo, etc.

Ante todo, recordemos que somos energía y que por lo tanto, la calidad de la energía que nos circunda, ya sea la nuestra propia, la de los demás o la del lugar donde nos desenvolvemos nos afecta. La energía no posee compartimentos estancos, su principal cualidad es la expansión. Por lo tanto todo cuanto hacemos, decimos termina afectando a todo y a todos. A lo largo del día estamos expuestos a energías que pueden perturbar nuestra paz, llegando incluso a manifestarse en nuestro cuerpo físico como dolor de cabeza, malestar general, nerviosismo, tensiones musculares, etc. Generalmente vivimos esto de forma inconsciente desconociendo su origen.

Hemos de saber que todo cuanto sucede en un lugar determinado lo afecta positiva o negativamente. Esto explica por ejemplo nuestro deseo de abandonarlo rápidamente o al contrario de permanecer allí el mayor tiempo posible. Las prácticas que proponemos a continuación vienen a cumplir esa necesidad básica de pureza tanto de nuestro entorno como de nosotros mismos. Pues no basta con limpiarnos y purificarnos si no hay pureza en el entorno que nos rodea. Limpiar y proteger nuestro hogar, nuestro lugar de trabajo, etc. hará que todo transcurra con mayor fluidez en nuestra vida. También podemos anticiparnos preparando mediante este ejercicio el espacio donde se va a celebrar una reunión con la familia, amigos o compañeros de trabajo. Esta práctica nos permite asimismo hacer “sanaciones grupales”. La energía de Krishna dulce y amorosa ayuda a crear un ambiente cálido y armonioso. Recurre igualmente a esta sanación antes de acudir al gimnasio, a una sala de conciertos, a unos almacenes, a una entrevista de trabajo, etc.

Si eres sanador, sanadora o simplemente si trabajas con la energía o con masajes, etc., te recomiendo limpiarte y protegerte con esta sanación. Puedes, también, limpiar y proteger el espacio donde vas a trabajar. Además los efectos de tu trabajo se verán potenciados si previamente realizas a tu paciente una sanación con Krishna.

En determinadas ocasiones por inconsciencia o por compasión cargamos con energías que no son nuestras. Esto ocurre especialmente cuando existen fuertes lazos familiares, de amistad o cuando nos identificamos con los demás haciendo nuestro su problema o su dolor, por ejemplo, ante un conflicto, tragedia o accidente. Nuestra pena, impotencia o rabia ante estos hechos no ayuda a nadie. Ante situaciones semejantes, esta práctica nos permite rápidamente recuperar nuestro centro para prestar el mejor apoyo.

La realización de esta práctica de forma regular, por ejemplo por la mañana, antes de comenzar nuestras tareas mundanas, aportará protección y fluidez a nuestro caminar por la vida. No obstante, puedes recurrir a ella tantas veces como lo consideres necesario. Te resultará, igualmente, muy beneficioso utilizarla por la noche.

Esta práctica no es selectiva, te animo a ir más allá de espacios y personas. Experimenta con animales, objetos, plantas, alimentos, etc. Todo objeto, mueble, auto, prenda de vestir, obra de arte o de artesanía, etc., están impregnados por la energía de sus creadores, de aquellas personas que participaron en su proceso de ejecución, de las circunstancias y del espacio donde fueron concebidos, de lo que representan, del ambiente donde están ubicados pero también por la energía de las personas que conviven con ellos. Los objetos poseen energía y vida propias que nos transmiten momento a momento. La sanación con Krishna constituye una excelente herramienta para limpiar energéticamente cualquier objeto propiciando de este modo mayor armonía en tu entorno.

Practicando se irán desvelando para ti las virtudes de esta esta sanación. Pues este sencillo ejercicio puede, por sí solo, aportarte bienestar tanto a nivel físico como mental o emocional. No dudes en utilizarlo siempre que sientas que algo está perturbando tu paz interior.

Te espero para guiarte en esta sanación. Namasté

Descárgate todos los audios en: [www.despertar.es/krishna](http://www.despertar.es/krishna)

## SANACIÓN PARA UNO MISMO

Has de saber que con este ejercicio estás limpiando energéticamente tanto tu cuerpo físico como los cuerpos sutiles y que puedes hacerlo tantas veces como sea necesario a lo largo de día. Si deseas realizar esta práctica para un momento determinado y sabes que no vas a disponer de tiempo para llevarla a cabo, puedes hacerla con antelación pidiendo que sus efectos sean para el día y momento que tú decidas.

Para obtener los máximos beneficios, te recomiendo realizarla tal y como viene explicada a continuación.

Comencemos...

1. Cierra los ojos y pide ayuda a Krishna. Si las circunstancias no te lo permiten, puedes igualmente realizarlo con los ojos abiertos procurando estar lo más centrado posible.
2. Ahora, imagina que tienes una gran pantalla delante de ti, coloca en ella tu imagen de pie mirando hacia ti.
3. A continuación visualiza, es decir imagina, una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal por encima de tu cabeza. No es necesario que visualices una a una las seis puntas. Tu intención es suficiente (figura 1).

Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.

Visualiza cómo esta estrella dorada por encima de tu cabeza se transforma rápidamente en una esfera dorada en la que tú quedas englobado. A partir de este momento tu imagen desaparece completamente.

La dimensión de esta esfera puede variar en función de las circunstancias. Espera unos segundos a que adquiera el tamaño adecuado a tus necesidades de este momento (figura 2).

4. Seguidamente visualiza una estrella roja de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera dorada situada delante de ti y dentro de la cual se encuentra tu imagen (figura 3). Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.

De nuevo visualiza cómo esta estrella roja se transforma rápidamente en una esfera roja que cubre totalmente la esfera dorada anterior sobre la que estamos trabajando. No te preocupes si te cuesta visualizar. Tu intención es lo que cuenta.

Espera igualmente a que esta energía roja se expanda (figura 4).

5. Ahora visualiza una estrella verde esmeralda de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera roja situada delante de ti (figura 5).

Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.

De nuevo visualiza cómo esta estrella verde se transforma rápidamente en una esfera verde que cubre totalmente la esfera roja anterior.

Espera igualmente a que esta energía verde se expanda (figura 6).

6. Finalmente visualiza una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera verde situada delante de ti (figura 7).  
Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella dorada se transforma rápidamente en una esfera dorada que cubre totalmente la esfera verde anterior.  
Espera igualmente a que esta energía dorada se expanda (figura 8).
7. Para terminar, agradece a Krishna la ayuda recibida.

# FIGURAS



Fig. 1

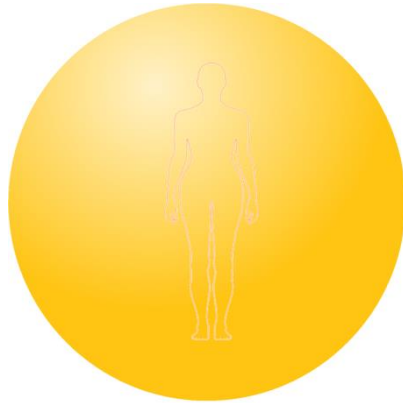


Fig. 2

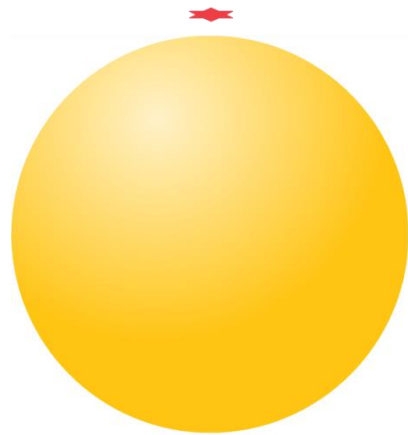


Fig. 3

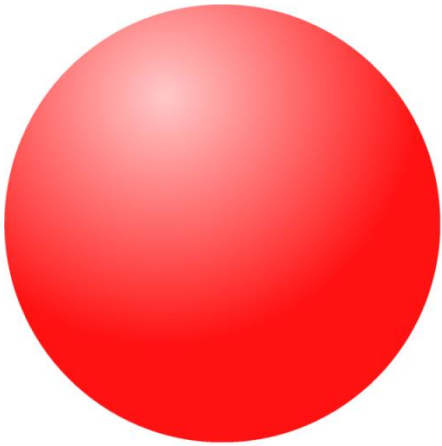


Fig. 4

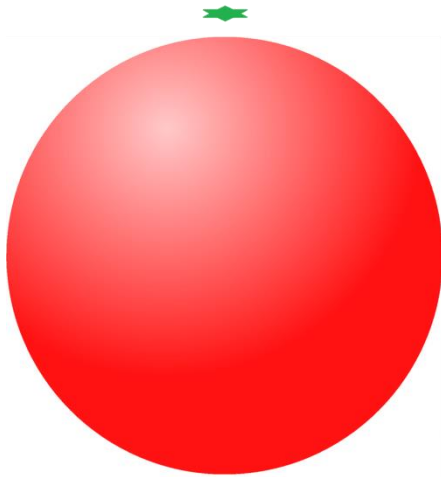


Fig. 5

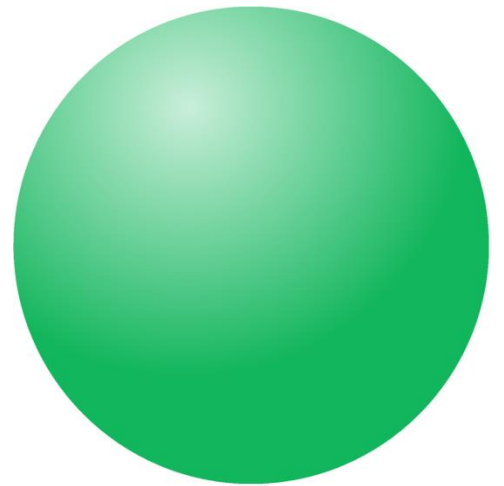


Fig. 6

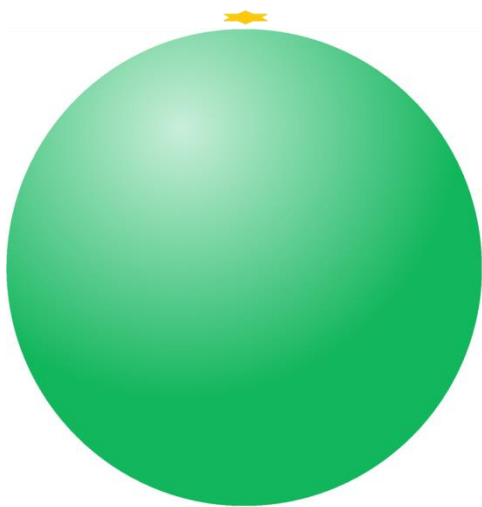


Fig. 7

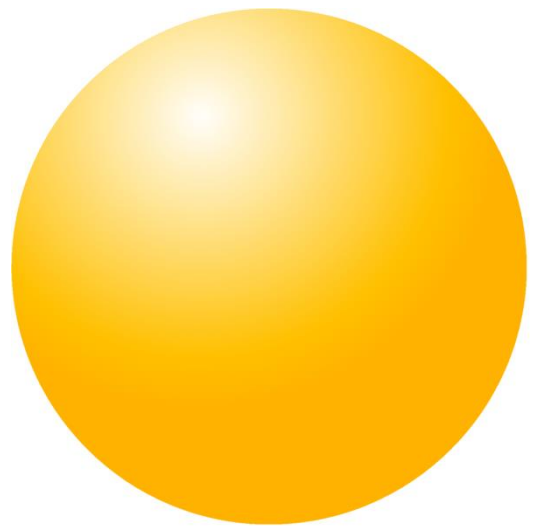


Fig. 8



## SANANDO A LOS DEMÁS

Para obtener los mejores beneficios de esta práctica, te aconsejo no alterar su ejecución. Antes de hacer una sanación a los demás es conveniente pedirles permiso para no vulnerar su libertad. Si esto no fuese posible, entrega esta sanación a Krishna. Si no conoces la persona que deseas ayudar, puedes visualizarla como una imagen de luz blanca.

Comencemos...

1. Cierra los ojos y pide asistencia a Krishna para ayudar a esta persona.
2. Ahora, imagina que tienes una gran pantalla delante de ti, coloca en ella la imagen de la persona que deseas ayudar de pie mirando hacia ti.
3. A continuación visualiza, es decir imagina, una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal por encima de su cabeza. Te recuerdo que no es necesario que visualices una a una las seis puntas. Tu intención es suficiente (figura 1).  
Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
Visualiza cómo esta estrella dorada por encima de su cabeza se transforma rápidamente en una esfera dorada en la que esta persona queda englobada. A partir de este momento su imagen desaparece completamente.  
Como siempre, la dimensión de esta esfera puede variar en función de las circunstancias.  
Espera unos segundos a que adquiera el tamaño adecuado a las necesidades de la persona que estás ayudando (figura 2).
4. Seguidamente visualiza una estrella roja de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera dorada situada delante de ti y dentro de la cual se encuentra la imagen de esta persona. (figura 3). Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella roja se transforma rápidamente en una esfera roja que cubre totalmente la esfera dorada anterior sobre la que estás trabajando. No te preocupes si te cuesta visualizar. Basta con tu intención.  
Espera igualmente a que esta energía roja se expanda (figura 4).
5. Ahora visualiza una estrella verde esmeralda de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera roja situada delante de ti (figura 5).  
Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella verde se transforma rápidamente en una esfera verde que cubre totalmente la esfera roja anterior.  
Espera igualmente a que esta energía verde se expanda (figura 6).
6. Finalmente visualiza una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera verde situada delante de ti (figura 7).  
Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella dorada se transforma rápidamente en una esfera dorada que cubre totalmente la esfera verde anterior.

- Espera igualmente a que esta energía dorada se expanda (figura 8).
7. Para terminar, agradece a Krishna la ayuda recibida.

## SANACIÓN GRUPAL

Sigue los pasos que se te indican a continuación para alcanzar los mejores resultados. Trabaja con una imagen de luz, es decir una silueta de luz blanca que representa a todas y a cada una de las personas que deseas ayudar. Te aconsejo hacer una “Lista de sanación” con el nombre, apellidos, fecha de nacimiento, lugar de residencia y país de cada una de ellas. Esto te permite mandar sanación a todas las personas de tu lista trabajando con la imagen de luz que las representa. No obstante, también puedes hacerlo nombrándolas mentalmente una a una y trabajando igualmente con la imagen de luz.

Comencemos...

1. Cierra los ojos y pide asistencia a Krishna para ayudar a este grupo de personas y entrégale esta sanación. De este modo no estás alterando la libertad de nadie.
2. Ahora, imagina que tienes una gran pantalla delante de ti, coloca en ella la imagen de luz blanca que representa al grupo de personas que deseas ayudar.
3. A continuación visualiza una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal por encima de la cabeza de esta imagen de luz. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
Visualiza cómo la estrella dorada por encima de la cabeza de esta imagen de luz se transforma rápidamente en una esfera dorada en la que esta imagen queda englobada. A partir de este momento esta imagen de luz desaparece completamente.  
Como ya sabes, la dimensión de esta esfera puede variar en función de las circunstancias. Espera unos segundos a que adquiera el tamaño adecuado a las necesidades de este momento.
4. Seguidamente visualiza una estrella roja de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera dorada situada delante de ti y dentro de la cual se encuentra la imagen de luz que representa al grupo de personas que estás ayudando. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella roja se transforma rápidamente en una esfera roja que cubre totalmente la esfera dorada anterior sobre la que estás trabajando. No te preocupes si te cuesta visualizar.  
Espera igualmente a que esta energía roja se expanda.
5. Ahora visualiza una estrella verde esmeralda de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera roja situada delante de ti. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella verde se transforma rápidamente en una esfera verde que cubre totalmente la esfera roja anterior.  
Espera igualmente a que esta energía verde se expanda.
6. Finalmente visualiza una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la

esfera verde situada delante de ti. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.

De nuevo visualiza cómo esta estrella dorada se transforma rápidamente en una esfera dorada que cubre totalmente la esfera verde anterior.

Espera igualmente a que esta energía dorada se expanda.

7. Para terminar, agradece a Krishna la ayuda recibida.

## LIMPIAR Y PROTEGER UN ESPACIO

Como hemos comentado anteriormente, la pureza de la energía del nuestro espacio vital ayuda al desarrollo de unas relaciones más armoniosas. Puedes trabajar indistintamente con espacios grandes como casas, salas de conciertos, espacios abiertos, etc., o reducidos, como puede ser una habitación o un auto.

Comencemos...

1. Cierra los ojos y pide ayuda a Krishna para trabajar con el espacio que has elegido.
2. Ahora, imagina que tienes una gran pantalla delante de ti. Coloca en ella la imagen del espacio con el que vas a trabajar. No es necesario que visualices, es decir imagines, sus dimensiones reales. Trabajar con un tamaño menor te resultará más cómodo. También puedes verlo mentalmente como un rectángulo, un cuadrado, un círculo, etc., en función de la forma del espacio con el que estás trabajando.
3. A continuación visualiza una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal por encima de la imagen de este espacio. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
Visualiza cómo esta estrella dorada se transforma rápidamente en una esfera dorada que engloba totalmente la imagen del espacio que has colocado delante de ti. A partir de este momento la imagen de este espacio desaparece completamente.  
Como en los demás casos, la dimensión de esta esfera puede variar en función de las circunstancias. Espera unos segundos a que adquiera el tamaño adecuado a las necesidades de este momento.
4. Seguidamente visualiza una estrella roja de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera dorada situada delante de ti y dentro de la cual se encuentra imagen del espacio con el que estás trabajando. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella roja se transforma rápidamente en una esfera roja que cubre totalmente la esfera dorada anterior. No debe preocuparte si visualizas o no correctamente el espacio con el que estás trabajando. Lo importante es tu intención.  
Espera igualmente a que esta energía roja se expanda.
5. Ahora visualiza una estrella verde esmeralda de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera roja situada delante de ti. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella verde se transforma rápidamente en una esfera verde que cubre totalmente la esfera roja anterior.  
Espera igualmente a que esta energía verde se expanda.
6. Finalmente visualiza una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera verde situada delante de ti. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella dorada se transforma rápidamente en una esfera dorada que cubre totalmente la esfera verde anterior.

- Espera igualmente a que esta energía dorada se expanda.
7. Para terminar, agradece a Krishna la ayuda recibida.

## TRABAJAR CON OBJETOS

Trabajar con los objetos que nos rodean en nuestra vida cotidiana puede convertirse en una práctica muy saludable para todos los que conviven en el mismo espacio. En esta ocasión te animo a ser creativo. Déjate llevar por tu intuición para saber con qué y cuándo te conviene trabajar. Puede ser un mueble, una pieza de decoración, un cuadro, una obra de artesanía, la cesta de la compra, los vaqueros o zapatos que acabas de comprar, etc.

Comencemos...

1. Cierra los ojos y pide ayuda a Krishna para trabajar con el objeto elegido.
2. Ahora, imagina que tienes una pantalla delante de ti, coloca en ella la imagen del objeto con el que vas a trabajar.
3. A continuación visualiza una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal por encima de la imagen del objeto elegido. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
Visualiza cómo esta estrella dorada se transforma rápidamente en una esfera dorada que engloba totalmente la imagen del objeto que has colocado delante de ti. A partir de este momento la imagen de este objeto desaparece completamente.  
Espera unos segundos a que la esfera adquiera el tamaño adecuado a las necesidades de este momento.
4. 4. Seguidamente visualiza una estrella roja de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera dorada situada delante de ti y dentro de la cual se encuentra la imagen del objeto con el que estás trabajando. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella roja se transforma rápidamente en una esfera roja que cubre totalmente la esfera dorada anterior.  
Espera igualmente a que esta energía roja se expanda.
5. Ahora visualiza una estrella verde esmeralda de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera roja situada delante de ti. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella verde se transforma rápidamente en una esfera verde que cubre totalmente la esfera roja anterior.  
Espera igualmente a que esta energía verde se expanda.
6. Finalmente visualiza una estrella dorada de seis puntas de veinte centímetros aproximadamente, colocada de forma horizontal en la parte superior de la esfera verde situada delante de ti. Ahora repite el mantram: Krishna, Krishna, Krishna.  
De nuevo visualiza cómo esta estrella dorada se transforma rápidamente en una esfera dorada que cubre totalmente la esfera verde anterior.  
Espera igualmente a que esta energía dorada se expanda.
7. Para terminar, agradece a Krishna la ayuda recibida.



**Esta sanación y protección con Krishna ha sido canalizada por María Bustos Silva, creadora y directora del sistema de sanación Deva Healing.**

**Haznos llegar tus dudas, consultas o sugerencias a:**

**[devahealing@mahayoga.es](mailto:devahealing@mahayoga.es)**

**[info@despertar.es](mailto:info@despertar.es)**

**Puedes descargar más contenidos gratuitos en:**

**[www.despertar.es](http://www.despertar.es)**

**[www.mahayoga.es](http://www.mahayoga.es)**

