



Diksha, “Bendición de la Unidad”. *“Descubriendo el arte de la felicidad”*

Margarita Lezcano Flores.
Facilitadora de Diksha por la
Oneness University, India.
Terapeuta en Salud Integral.

¿Qué es Diksha?

Diksha es una transmisión de Energía Consciente que inicia un proceso de **liberación y transformación**, que nos ayuda a sanar las relaciones, liberarnos del sufrimiento personal, abrir el corazón, vivir la realidad tal cual es, despertar a una conciencia más elevada, activar la conexión con nuestra Presencia Divina/ Yo Superior, y alcanzar un **estado de Unidad o Dicha**.

La manera en la que cada uno vive este **despertar** es única y depende de los condicionamientos adquiridos y de cómo nos permitamos abrirnos a nuestra plenitud y felicidad.

¿Cómo actúa la energía Diksha?

- **A nivel físico:** provoca una mayor activación de los lóbulos frontales del cerebro y de la dopamina (hormona de la felicidad, voluntad y conciencia).

Ayuda en la armonización de todos los sistemas físicos (nervioso, endocrino, circulatorio, digestivo...) y en la recuperación de cualquier desequilibrio de salud.

- **A nivel de relaciones:** ayuda en la sanación de conflictos en las relaciones humanas y en la recuperación del amor y cuidado a uno mismo. Dentro del área psicológica nos equilibra y nos libera de cualquier obstáculo y limitación creada por nuestra mente. De la misma manera, diluye las trabas para abrirnos a la prosperidad y a la abundancia., permitiéndonos vivir en plenitud.

- **A nivel energético:** Armoniza y activa los chakras. Desbloquea toda la red de canales energéticos (nadis y meridianos) activando la circulación de energía vital en todo nuestro sistema. Este proceso favorece el despertar de la conciencia y el estado de Unidad o realización.

”Una persona feliz crea un mundo feliz alrededor de ella”

¿Es posible dejar de sufrir?, ¿cuál es el significado de estar sufriendo?.

En muchos momentos de nuestras vidas experimentamos sensaciones de soledad, de tristeza, de aburrimiento, de dolor y de conflicto en nuestras relaciones humanas. Sufrimos carencias de motivación, y a veces, sensaciones de vacío en muchas de nuestras actividades diarias. Estas sensaciones vienen generalmente acompañadas de ansiedad e incertidumbre, y no sabemos si llegaremos a estar libres de estas emociones y sensaciones.

En nuestro interior (quizá inconscientemente) las preguntas se agolpan: ¿por qué estoy aquí?, ¿Cuál es el significado de la Vida?, ¿encontraré felicidad y amor o sólo es un sueño?, ¿a dónde voy?, ¿hay esperanza de un cambio de conciencia?, ¿qué vida estoy viviendo?, ¿hago lo que realmente deseo, o me siento como un esclavo de las imposiciones de la sociedad?, ¿podré llegar a experimentar la libertad psicológica y espiritual verdadera?... y así sucesivamente.

Estamos tan preocupados por el futuro, por alcanzar nuestras metas, que no disfrutamos del presente, no nos damos cuenta de que el éxito no es un destino sino un viaje.

Si deseas verte libre de estos enredos del ego y te lo permites, **Diksha puede favorecer el proceso hacia tu plenitud**, mostrándote que **tu verdadera esencia es la felicidad**.

No te exige que tengas fe en nada, que te sometas a ningún dogma o que tengas que realizar ningún esfuerzo, ya que esta energía posee la suficiente inteligencia como para actuar según la necesidad de cada receptor. Vas a atravesar por un conjunto de experiencias personales que llevaras a cabo con tu propia conciencia.

Estudios neurobiológicos.

El neurólogo alemán Christian Optiz ha demostrado que Diksha produce cambios evidentes en al menos dos de las siete áreas cerebrales.

Por un lado, disminuye la hiperactividad de los lóbulos parietales y la segregación de cortisol (hormona del estrés y de la sensación de lucha). Estos lóbulos nos identifican con nuestros límites físicos, nos orientan en el espacio y dan la sensación engañosa de estar separados de los demás y del Todo.

Por otro lado, activa los lóbulos frontales aumentando y estabilizando la concentración del neurotransmisor dopamina, **pudiendo así reducirse la sensación de decaimiento y abundar los sentimientos de gratitud, alegría por la vida, gozo y Dicha.**

¿Cómo se recibe Diksha?

Esta energía inteligente se puede recibir de forma individual o grupal, presencial o a distancia.

La manera más habitual es recibirla sobre la cabeza durante aproximadamente un minuto a través de las manos del facilitador que actuará únicamente de transmisor. Aunque también se puede recibir sobre el corazón, en grupo cogiéndose de las manos en círculo, a través de la mirada, con la intención, a través de la música o el baile, etc. Antes de la transmisión se pueden realizar algunas meditaciones preparativas específicas o **simplemente sentarnos tranquilamente, sintiendo la conexión con nuestro interior y abriendo nuestro corazón al regalo de Diksha.**

¿Qué beneficios aporta Diksha?

- **Vivir cada día más en el presente**, sin las ataduras al pasado ni a las expectativas del futuro.
- Sanación de las relaciones y **liberación del sufrimiento personal**, ya que “el sufrimiento no está en el hecho en sí, sino en cómo lo percibimos.”
- **Armonización y equilibrio** a nivel físico-energético.
- Reducir el parloteo mental y aportar **mayor claridad** a nuestra Vida.
- Disolución progresiva de los miedos inconscientes.
- **Apertura del corazón.**
- Experimentar la Vida desde la **aceptación, la gratitud, la paz interior, el amor, la plenitud y la Dicha.**
- Reencuentro con nuestra verdadera esencia y mayor apreciación de sus distintos aspectos.
- Apertura a la experiencia de Unidad con todos y con el Todo.

Oneness University o “Universidad de la Unidad”.

Es una Universidad situada en Golden City, cerca de Chennai, en el sur de India y fundada por **Sri Amma y Sri Bhagavan**, cuyo propósito es **acercar a la humanidad a la liberación del sufrimiento.**

En esta Universidad nos hemos formado miles de facilitadores de Diksha de multitud de nacionalidades y de diversas religiones mediante procesos intensos donde se nos prepara para poder transmitir Diksha y profundizar en nuestra verdadera esencia; **el Amor, la felicidad y la Unidad.**

Desde el 2010 también es posible iniciarse en España de manos de facilitadores formados para esta función. Si sientes la llamada para ser facilitador de Diksha puedes ponerte en contacto y experimentar por ti mismo sus beneficios.

*“El florecimiento del ser humano se da
en el florecimiento de su corazón”
(Sri AmmaBhagavan)*

