

DEFENSA DEL ALMA DEL REY



Cómo proteger tu energía en
un mundo que absorbe.

"No es egoísmo proteger tu energía.
Es deber sagrado."

JOSE CERDAN

CAPÍTULO 1 – CÓMO SE SIENTE Y SE MIDE LA ENERGÍA DE UNA PERSONA O LUGAR

NO NECESITAS VER. NECESITAS SENTIR.

Antes de que tu mente lo analice, tu cuerpo ya lo sabe.

Esa incomodidad que sientes al entrar a una casa...

Ese vacío cuando abrazas a alguien que finge estar bien...

Ese fuego que se activa cuando estás en un lugar limpio y natural...

No es intuición.

Es lectura energética pura.

SEÑALES FÍSICAS QUE TE INDICAN UNA ENERGÍA BAJA EN OTRA PERSONA

1. Te bostezas sin razón al estar con alguien (te están drenando).
2. Notas tensión en el estómago o en el pecho (campo defensivo activado).
3. Tu voz se apaga o te cuesta sostener la mirada.
4. Tu energía cae en picado tras la conversación.

5. Te quedas con su historia en la cabeza... o con su dolor.

Si eso pasa, no estás escuchando. Estás absorbiendo.

SEÑALES DE QUE UN LUGAR ESTÁ CARGADO O TE CONSUME

- Frío inexplicable en la nuca o en los pies.
- Pensamientos negativos repetitivos sin origen claro.
- Deseo de irte sin razón.
- Ruido mental y pérdida de enfoque.
- Aparición de cansancio, tristeza o hambre emocional.

Hay casas que no están vacías. Están llenas de historias no resueltas.

CÓMO MEDIR LA ENERGÍA DE ALGUIEN (sin que lo sepa)

1. Observa su campo corporal.

¿Está expandido o contraído? ¿Camina desde el pecho o desde la cabeza?

2. Mira sus ojos.

¿Hay alma? ¿O solo máscara? ¿Brilla o desvía?

3. Siente tu cuerpo al acercarte.

¿Tu respiración se vuelve fluida o se corta?

¿Tu pecho se abre o se cierra?

4. Después de estar con esa persona... cómo te sientes?

Si te dejó en paz, nutre.

Si te dejó inquieto, roba.

FRASE CLAVE PARA RECORDAR

“Tu cuerpo nunca miente.

Es la brújula que tu alma programó para guiarte por el mundo invisible.”

CAPÍTULO 2 – TRANSFERENCIAS ENERGÉTICAS

Cómo ocurren, qué tipos existen y cómo se cortan

PRIMERA VERDAD: TODO INTERCAMBIO ES UNA
INVITACIÓN ENERGÉTICA

Cada interacción humana es más que palabras.

Es un cruce de campos, vibraciones y cargas invisibles.

Y si tú no estás consciente de eso, alguien puede entrar... y dejar su
huella.

A veces no estás cansado. Estás cargado.

A veces no estás triste. Estás poseído por lo que otros no se atreven a
mirar.

¿CÓMO OCURRE UNA TRANSFERENCIA ENERGÉTICA?

1. Por contacto físico.

Abrazos, sexo, apretones de mano. Toda piel tiene memoria.

Si no estás presente, absorbes sin filtrar.

2. Por conversación emocional.

Escuchar desde la compasión abre el campo. Si no estás enraizado, la energía del otro entra con sus palabras.

3. Por mirada prolongada.

Los ojos no solo ven. Proyectan.

Una mirada intensa puede dejarte intranquilo todo el día. No es casualidad.

4. Por entornos compartidos.

Casas, salas de espera, oficinas, transporte. Todo lo que se repite deja carga residual.

Si tu campo está abierto, absorberás como esponja.

5. Por pensamiento obsesivo o rencor.

Si alguien piensa mucho en ti con emoción densa (deseo, rabia, apego), su campo te alcanza a distancia.

TIPOS DE TRANSFERENCIA MÁS COMUNES

1. Transferencia de dolor emocional

El otro llora, se descarga... y tú quedas hecho polvo.

Cuidado: Pasa mucho con personas que “escuchan a todos” pero no se limpian nunca.

2. Transferencia sexual

La más fuerte de todas.

En una relación íntima, se abren todos los portales: alma, cuerpo, sombra.

Si te acuestas con alguien con traumas, vacíos o adicciones, parte de eso se queda en ti (aunque uses condón).

3. Transferencia de fuego no resuelto (ira, deseo, ego)

Estás con alguien lleno de rabia o dominancia... y sales encendido. Gritas, te impacientas o sientes agresividad sin motivo.

No es tuya. Es su fuego mal canalizado... ahora dentro de ti.

4. Transferencia psíquica

A veces ocurre sin hablar, sin tocar.

Alguien te piensa con fuerza, te juzga en silencio o te desea.

Y tú lo sientes: como inquietud, sueño perturbado o sensación de invasión.

¿CÓMO CORTAR UNA TRANSFERENCIA ENERGÉTICA?

1. Declara con voz firme:

“Nada entra sin mi permiso.

Devuelvo con respeto todo lo que no me pertenece.”

2. Sacude el cuerpo. Literalmente. Haz temblar hombros, cuello, piernas.

Así como un perro se sacude después del susto. Es fisiología y energía.

3. Respira profundo desde el hara (abdomen bajo).

Visualiza la energía volviendo al suelo.

4. Báñate con agua consciente (sal marina o vinagre si lo sientes).

El agua limpia vibraciones si se la honra.

5. Usa contacto con la naturaleza:

Caminar descalzo, tocar un árbol, sentarte en tierra. El campo electromagnético natural lo recalibra todo.

6. No te culpes por absorber. Pero tampoco te acostumbres.

Si cada día cargas basura ajena, dejarás de saber quién eres.

FRASE PARA GRABARTE A FUEGO

“No todo lo que sientes es tuyo.

Y no todo lo tuyo debes dejar que se contamine.”

CAPÍTULO 3 – PROTECCIÓN ENERGÉTICA REAL

Cómo crear escudos, limpiar tu campo y no dejarte drenar

PRIMERA VERDAD: LA LUZ SIN ESCUDO ES UNA INVITACIÓN

Cuando un alma despierta empieza a brillar, atrae de todo:

personas rotas, parásitos emocionales, miradas envidiosas, incluso entidades sin cuerpo.

Ser luz sin protección no es nobleza.

Es ingenuidad.

Si no aprendes a cerrar tu campo cuando lo necesitas, te irás apagando lentamente.

¿CUÁNDO ESTÁS DESPROTEGIDO ENERGÉTICAMENTE?

- Cuando no duermes bien tras convivir con cierta persona.
- Cuando sientes que todos te buscan solo para descargar.

- Cuando entras a un sitio y sientes que “algo se te pegó”.
- Cuando haces el bien... pero terminas drenado.
- Cuando haces sexo sin conciencia y te sientes roto después.

No es debilidad.

Es falta de blindaje energético.

TRES NIVELES DE ESCUDO

1. ESCUDO FÍSICO – Lo que haces con tu cuerpo

- Respiración baja, profunda, anclada en el hara (abdomen).
- Mantener postura firme, erguida.
- Mirada clara, sin necesidad de agradar.
- No tocar a todos. No permitir que todos te toquen.
- Evitar lugares cerrados y cargados sin preparación.

Tu cuerpo es tu templo. Y tu postura, tu primera muralla.

2. ESCUDO ENERGÉTICO – Lo que haces con tu campo

Cada mañana o antes de entrar a un lugar cargado, repite:

“Activo mi campo.

Lo que no me pertenece, no entra.

Soy presencia. Soy raíz. Soy fuego.”

Y visualiza cómo una capa dorada o de luz quemada se forma a tu alrededor.

Otra técnica poderosa:

- Imagina un anillo girando en sentido contrario a las agujas del reloj a tu alrededor.
- Ese giro corta, disuelve y repele.

—

3. ESCUDO ESPIRITUAL – Lo que haces con tu intención

Esto es lo más potente.

Porque las entidades oscuras o personas drenantes no soportan la fe real, la dignidad del alma ni la presencia centrada.

- Reza si crees.

- Declara si creas.
- Eleva si sientes.

La oración no es solo palabras.

Es vibración alineada con el plano superior.

Y eso... ningún parásito energético puede soportarlo.

¿Y SI YA ESTÁS CARGADO?

Limpieza rápida:

1. Agua con sal (baño completo o manos y nuca).
2. Mover el cuerpo con música tribal o tambor.
3. Silencio, respiración lenta y anclaje en el abdomen.
4. Declaración:

“Corto, libero y devuelvo con respeto todo lo que no es mío.

Restablezco mi campo.

Yo vuelvo a mí.”

FRASE DEL GUERRERO INVISIBLE

“No es egoísmo proteger tu energía.

Es deber sagrado no contaminar tu propósito con basura ajena.”

CAPÍTULO 4 – LUGARES QUE DRENAN, LUGARES QUE NUTREN

Cómo leer un espacio y saber si quedarte... o irte

PRIMERA VERDAD: LA ENERGÍA NO SE LIMPIA CON
DECORACIÓN

Puedes poner incienso, cuadros bonitos o música suave...

Pero si en ese lugar hubo gritos, traumas, adicciones o muerte
emocional...

el campo queda marcado.

Los lugares tienen memoria vibracional.

Y si tú estás abierto, tu cuerpo leerá esa memoria antes que tu mente.

CÓMO SABER SI UN LUGAR TE DRENA

Observa las señales en ti al entrar:

- Bostezos, presión en el pecho o nudo en el estómago.
- Pensamientos negativos que no son tuyos.
- Sensación de ser observado o intranquilidad sin razón.
- Pierdes enfoque o empiezas a hablar desde el ego.
- Te da hambre o sueño sin lógica (síntomas de campo debilitado).
- Tu voz cambia: se apaga, se tensa o se vuelve superficial.

No es estrés.

Estás en un lugar que te está absorbiendo.

CÓMO SABER SI UN LUGAR TE NUTRE

Tu alma reconoce los espacios sagrados. Aunque nadie lo diga.

Se siente así:

- Respiración inmediata y profunda.
- Silencio interno.
- Tiempo dilatado (no miras el reloj).
- Ideas nuevas, memorias antiguas o claridad repentina.

- Tu cuerpo se relaja.
- Sientes que puedes ser tú sin máscaras.

Un lugar nutridor no necesita palabras.

Solo te invita a volver a ti.

LUGARES QUE SUELEN ESTAR CARGADOS (a menos que se limpien)

- Hospitales, residencias y tanatorios. Cargados de despedidas, miedo y energía no liberada.
- Casas donde ha habido peleas, rupturas o enfermedades. Aunque cambien los muebles.
- Gimnasios, baños públicos, centros comerciales. Exceso de carga psíquica y mirada externa.
- Hoteles y apartamentos turísticos. Muchas personas, muchas historias. Poca raíz.

No se trata de evitarlos...

Se trata de entrar preparado, y salir sin llevarte nada contigo.

—

CÓMO PROTEGERTE EN ESPACIOS DRENANTES

1. Activa tu campo antes de entrar.

“Yo soy luz, raíz y fuego. Nada entra sin mi permiso.”

2. No toques todo. No te sientes en cualquier parte.

El contacto físico abre tu campo.

3. Si puedes, lleva un símbolo de protección contigo.

(Colgante, piedra, cruz, objeto con alma).

4. Al salir, sacude tu cuerpo y haz respiraciones desde el hara.

Recuperas lo tuyo. Sueltas lo ajeno.

SI UN LUGAR ES TUYO (CASA, CUARTO, CAMPO...)

Cuídalo como cuidas tu alma.

- No hables mal en él.
- No lo uses para vicios.
- No dejes entrar a cualquiera.
- Llénalo de silencio, intención y coherencia.

Tu espacio es tu extensión.

Si está limpio... tu alma descansa.

Si está contaminado... todo en ti se carga.

FRASE DEL GUARDIÁN INTERNO

“No todo lugar es tu lugar.

Y no todo lugar merece tu presencia.”

CAPÍTULO 5 – PERSONAS PARÁSITO Y PERSONAS PORTAL

Cómo distinguirlas y qué hacer con cada una

PRIMERA VERDAD: NO TODA CONEXIÓN ES BENDICIÓN

Hay encuentros que te elevan.

Y hay encuentros que te vacían.

Ambos dejan huella. Pero uno te potencia... y el otro te drena.

No es egoísmo alejarse.

Es supervivencia energética.

¿QUÉ ES UNA PERSONA PARÁSITO?

Es alguien que vive desconectado de su centro, y busca inconscientemente alimentarse del tuyo.

No siempre lo hace con maldad.

A veces ni siquiera lo sabe.

Pero su vibración actúa como un anzuelo: engancha tu atención, tu compasión o tu energía sexual, y luego... te deja vacío.

SEÑALES DE UNA PERSONA PARÁSITO:

- Te habla mucho de sus problemas, pero nunca cambia nada.
- Te necesita cerca, pero nunca estás en paz con ella.
- Siempre te pide ayuda, pero nunca te escucha de verdad.
- Después de verla, te quedas mentalmente agotado, emocionalmente apagado o corporalmente tenso.
- Te genera culpa si te alejas o pones límites.

Cuidado: El parásito no se presenta como amenaza.

Se presenta como víctima, como seductor... o como dependiente.

¿QUÉ ES UNA PERSONA PORTAL?

Es un ser que activa algo en ti sin absorberte.

No te empuja ni te arrastra: te abre.

Puede ser alguien que conoces bien o un desconocido que, con solo mirarte o decirte una frase... te reconecta.

Son personas alineadas con su propósito, su centro o su alma.

Y por eso, no necesitan tomar de ti. Solo compartir.

SEÑALES DE UNA PERSONA PORTAL:

- No te exige. Te invita.
- No te pesa. Te aligera.
- Su sola presencia te inspira a ser mejor.
- No te seduce. Te honra.
- Puedes hablar en silencio. Y sentir que eso basta.
- Su energía no invade. Sostiene.

El portal no roba.

Te recuerda lo que tú ya eras... antes de olvidar.

¿QUÉ HACER CON UNA PERSONA PARÁSITO?

1. Poner límites energéticos sin culpa.

Tu paz no es negociable.

2. Evitar contacto físico innecesario.

El cuerpo es un canal de transferencia.

3. No salvar a quien no quiere salvarse.

Si ayudas a alguien que no cambia, estás alimentando su pozo sin fondo.

4. Si no puedes alejarte, protégete a diario.

Campo activado. Anclaje. Limpieza después.

5. No te justifiques por alejarte.

El parásito busca drama para reengancharse.

¿QUÉ HACER CON UNA PERSONA PORTAL?

1. Recíbela con gratitud, pero sin idolatría.

No pongas en ella lo que debes despertar en ti.

2. Escucha lo que activa en ti.

¿Te inspira a crear? ¿A ir más profundo? ¿A sanar?

3. Sintoniza con ella desde tu centro.

Así el intercambio es limpio, sin adicción.

4. Si se aleja, no te aferres.

Algunos portales solo vienen a recordarte el camino.

Y luego desaparecen.

FRASE PARA RECORDAR

“El parásito quiere quedarse.

El portal quiere que te vayas... más cerca de ti.”

CAPÍTULO 6 – EL CUERPO COMO BRÚJULA

Cómo leer la verdad a través de las sensaciones físicas

PRIMERA VERDAD: TU CUERPO HABLA ANTES QUE TÚ

Mientras la mente duda...

el cuerpo ya te dio la respuesta.

Respira mal cuando algo no vibra.

Se tensa cuando estás en peligro.

Se expande cuando estás alineado.

El cuerpo es el primer oráculo.

Pero si no lo escuchas... te desconectas de ti.

LAS SEÑALES CORPORALES NO MIENTEN

CUANDO ALGO TE DRENA O TE CONTAMINA:

- Respiración superficial o agitada sin razón.

- Dolor o presión repentina en el pecho o estómago.
- Mandíbula o cuello tensos.
- Mirada que no se sostiene.
- Frío en la espalda o cansancio súbito.
- Necesidad urgente de irte o “dejar de hablar”.

Si todo va “bien” pero tu cuerpo grita... no va bien.

CUANDO ALGO TE NUTRE O TE ELEVA:

- Respiración profunda sin esfuerzo.
- Sensación de paz o expansión en el pecho.
- Voz fluida, mirada serena, postura natural.
- Tiempo dilatado, sensación de ligereza.
- Ideas claras. Energía limpia.

Donde puedes respirar sin pensar, ahí estás bien.

PARTES CLAVE DEL CUERPO Y LO QUE TE REVELAN

Parte del cuerpo	Lo que revela
Pecho	Tu brújula emocional. Se contrae ante la mentira o el juicio.
Estómago	Sensor de seguridad. Si se revuelve o aprieta, algo no vibra.
Hara (abdomen bajo)	Tu centro vital. Si está activo, hay poder. Si está bloqueado, hay miedo.
Nuca	Alerta invisible. Si se eriza o enfría, el campo está en amenaza.
Manos	Canal de energía. Si sudan, tiemblan o se entumecen, hay fuga o saturación.
Ojos	Claridad o fuga. Si te cuesta mirar, algo se rompe adentro.

EJERCICIO: DIÁLOGO CON EL CUERPO

1. Entra en silencio.
2. Respira desde el abdomen.
3. Trae a la mente una persona, lugar o decisión.
4. Observa sin intervenir:
 - ¿Se relaja o se tensa el pecho?
 - ¿El estómago se mueve o se cierra?
 - ¿La espalda se endereza o se carga?

Lo que ocurra ES la respuesta.

No la intelectualices. No la adornes.

Tu cuerpo habla más claro que tus ideas.

FRASE PARA SELLAR

“La cabeza duda.

El alma intuye.

Pero es el cuerpo... quien nunca miente.”

CAPÍTULO 7 – CÓMO LIMPIAR TU CAMPO

Técnicas reales para soltar lo que no es tuyo

PRIMERA VERDAD: NO ERES SUCIO... PERO PUEDES ESTAR CARGADO

Así como el cuerpo físico recoge polvo del ambiente, tu cuerpo energético absorbe emociones, pensamientos y vibraciones cada día.

Si no limpias con conciencia, empiezas a confundirte:

- Reaccionas raro.
- Duermes mal.
- Te sientes apagado sin motivo.
- Y terminas cargando mochilas invisibles... que ni siquiera son tuyas.

SEÑALES DE QUE NECESITAS UNA LIMPIEZA ENERGÉTICA

- Estás emocionalmente reactivo, sin saber por qué.

- Sientes cansancio persistente, aunque descanses.
- Tienes pensamientos intrusivos, bucles mentales o imágenes raras.
- Te cuesta mirar con claridad, actuar con fuerza o hablar desde el centro.
- Sientes incomodidad al estar contigo mismo.
- Te quedas “pegado” a una conversación o encuentro, aunque haya pasado ya.

No estás mal.

Estás lleno de lo que no te pertenece.

TÉCNICAS PODEROSAS Y REALES DE LIMPIEZA

1. BAÑO CON SAL Y VINAGRE (RITUAL BÁSICO)

Ideal tras días intensos, conflictos o lugares densos.

Cómo hacerlo:

- Llena la bañera o una palangana con agua caliente.
- Añade un puñado de sal marina y un chorro de vinagre de manzana o blanco.
- Métete o échate esa agua con las manos por cuello, pecho y espalda.

- Mientras lo haces, declara:

“Todo lo que no me pertenece, se disuelve.

Yo vuelvo a mí.”

Seca sin frotar. Descansa después.

2. SACUDIDA CORPORAL + RESPIRACIÓN

El cuerpo necesita mover para liberar.

Cómo hacerlo:

- Ponte de pie, firme, descalzo.
- Sacude brazos, cuello, piernas.
- Luego respira desde el hara (abdomen bajo), 4

veces:

Inhala – retén – exhala por boca.

- Visualiza que sueltas cargas en cada exhalación.

Hazlo al volver de sitios cargados, o tras una llamada intensa.

3. HUMO CONSCIENTE (INCIENSO O PLANTAS)

No se trata de “oler rico”. Se trata de limpiar el campo vibracional.

Qué sirve:

- Incienso natural de copal, palo santo, mirra, salvia blanca, romero seco.
- Pásalo por tu cuerpo desde los pies hasta la cabeza (no al revés).
- Hazlo lento, respirando, sin prisa.

Evita incienso industrial o perfumado.

Lo falso no limpia. Solo disfraza.

4. NATURALEZA EN SILENCIO

Camina por tierra o césped descalzo.

Toca árboles. Respira con el mar.

La naturaleza no te juzga, no te exige, no te reclama.

Simplemente... te limpia.

Hazlo sin música, sin móvil, sin nadie.

Solo tú... y la tierra que te hizo.

5. DECLARACIÓN SAGRADA (PALABRA COMO PODER)

Cuando sientas que algo te está contaminando,
decreta con voz firme y consciente:

“Corto todo lazo, toda proyección, toda carga ajena.
Yo soy luz anclada en la tierra.
Yo no sostengo lo que no me corresponde.
Devuelvo con respeto. Y restablezco mi campo.”

Puedes hacerlo en voz alta o en voz interna.
Pero hazlo con verdad.

NO LO HAGAS UNA VEZ. HAZLO UN RITUAL

Así como te duchas cada día...
también necesitas limpiar tu campo regularmente.

Y si un día no lo haces... obsérvate.
Verás cómo todo se altera.

FRASE DEL GUARDIÁN

“No es magia.

Es higiene del alma.”

CAPÍTULO 8 – CONTENCIÓN SEXUAL

Cómo evitar que la energía más poderosa que tienes se pierda o sea robada

PRIMERA VERDAD: EL SEXO NO SOLO ES PLACER. ES PODER.

La energía sexual es fuerza de creación, de impulso, de alma encarnada en fuego.

Cada vez que te excitas, activas tu núcleo vital.

Y cada vez que eyaculas o te dispersas, pierdes más que líquido.

Pierdes:

- Dirección.
- Magnetismo.
- Presencia.
- Enfoque.
- Poder interior.

La mayoría de hombres no está cansado por trabajar.

Está drenado por vaciarse una y otra vez... sin conciencia.

QUÉ ES LA CONTENCIÓN SEXUAL

Es el arte de guardar y canalizar tu energía sexual hacia adentro, sin reprimirla... pero sin entregarla al vacío.

No se trata de no sentir.

Se trata de no desperdiciar.

Y mucho menos de no regalar tu esencia a alguien que no te honra.

EFFECTOS DE LA FUGA SEXUAL CONSTANTE

- Debilidad física o emocional sin motivo aparente.
- Falta de claridad mental y foco.
- Problemas para dormir o descansar.
- Apatía o falta de fuego interno.
- Necesidad constante de validación femenina.
- Dependencia emocional o adicción a la pornografía.

Te sientes hombre...

pero te comportas como un niño con hambre de madre.

EFFECTOS DE LA CONTENCIÓN SEXUAL BIEN CANALIZADA

- Energía interna potente y sostenida.
- Voz más grave, mirada más firme.
- Aumento del magnetismo (sin buscarlo).
- Mayor claridad de propósito.
- Presencia más masculina, enraizada y contenida.
- Relaciones más limpias, más reales, más profundas.

Cuando te contienes, no reprimes.

Refinas.

Transmutas.

Te conviertes.

CÓMO PRACTICAR LA CONTENCIÓN EN LA VIDA REAL

1. CORTA CON EL PLACER BARATO

- Nada de pornografía.
- Nada de fantasías con mujeres que no existen.
- Nada de vaciarte para dormir o “relajarte”.
- Si no hay propósito, hay drenaje.

2. RECONECTA CON TU CENTRO CORPORAL

- Respira desde el hara (abdomen bajo).
- Siente la base del pene y el suelo pélvico.
- Esa zona es tu motor.
- Actívala con conciencia, no con deseo sin alma.

3. ENTRENA TU FUEGO, NO TU ESCAPE

- Haz ejercicio.
- Crea.
- Dirige tu líbido hacia el mundo real.
- Usa esa energía para construir tu Reino, tu cuerpo, tu visión.

4. SI HACES EL AMOR, HAZLO CON PRESENCIA

- Con una mujer digna, no con una pantalla.
- Sin prisa, sin ego, sin vaciarte cada vez.
- Aprende a amar desde el alma, no desde el instinto descontrolado.

El guerrero no escapa con su fuego.

El guerrero lo guarda, lo honra y lo ofrece... cuando su Reina lo merece.

FRASE PARA EL GUERRERO SEXUALMENTE CONSCIENTE

“No me vació por placer.

Me lleno de poder.

Cada gota que guardo... es una parte de mi alma que sigue conmigo.”

CAPÍTULO 9 – EL ATAQUE INVISIBLE

Cómo detectar cuando te están drenando a distancia

PRIMERA VERDAD: NO HACE FALTA TOCARTE PARA AFECTARTE

Vivimos en un plano energético donde el pensamiento también es vibración,

y la emoción sostenida tiene poder de proyección.

Cuando alguien piensa en ti con intensidad —rabia, deseo, juicio, rencor o necesidad emocional—

está generando un hilo energético que, si tú estás abierto o desconectado...

te afecta aunque no estés cerca.

¿CÓMO DETECTAR UN ATAQUE INVISIBLE?

- Te viene una persona a la mente una y otra vez, sin explicación.
- Te invade una emoción que no es tuya (ira, tristeza, deseo, ansiedad repentina).

- Tienes pesadillas o pensamientos obsesivos relacionados con alguien del pasado.
- Te sientes observado, inquieto o drenado, aunque estés solo.
- Tu energía cae sin razón tras recibir un mensaje o ver una publicación.

Si piensas “esto no es mío”... probablemente no lo sea.

TIPOS DE ATAQUE ENERGÉTICO A DISTANCIA

1. PENSAMIENTO OBSESIVO O DESEOSO

Alguien te desea, te recuerda o te necesita emocionalmente.

Su campo busca el tuyo. Si no tienes escudo, entra.

2. JUICIO O ENVIDIA FUERTE

Cuando alguien te critica, te envidia o te quiere ver caer.

No hace falta que lo diga. Basta con que lo sienta con fuerza.

Su vibración se proyecta... y puede romper tu centro.

3. VÍNCULOS SEXUALES NO CERRADOS

Si tuviste relaciones íntimas con una persona no sana, y no limpiaste ese lazo,

puedes seguir soñando con ella, sintiendo su presencia, o cayendo en bucles energéticos.

El sexo sin alma deja puertas abiertas...

que alguien puede seguir usando.

4. MANIPULACIÓN O MAGIA EMOCIONAL

Hay personas que usan lágrimas, drama, silencio o presencia sutil para manipularte a distancia.

No hacen rituales, pero usan tu vínculo emocional como canal.

¿QUÉ HACER CUANDO DETECTAS UN ATAQUE INVISIBLE?

1. CIERRA EL CAMPO ENERGÉTICO

“Nada entra sin mi permiso.

Yo no recibo lo que no he pedido.

Corto todo lazo. Yo vuelvo a mí.”

Decláralo con firmeza. Si puedes, repítelo frente a un espejo.

2. RESPIRA Y ANCLA

Haz respiración desde el hara (abdomen bajo)

e imagina que desde ese centro emerge una llama que te limpia por dentro.

Esa llama rompe el hilo energético que te ha sido lanzado.

3. REZA O ACTIVA TU ESPÍRITU

Este tipo de ataque no se combate solo con lógica.

Necesitas vibrar más alto que el campo que te ataca.

Y eso se logra con conexión espiritual real.

No importa tu religión. Importa tu fe.

Reza con fuego. No con miedo.

4. SI HAY SEXO SIN CIERRE... LIMPIA ESE VÍNCULO

Haz un ritual de corte energético:

- Escribe el nombre de la persona.
- Declara en voz alta:

“Te libero. Me libero.

Devuelvo lo tuyo. Recupero lo mío.

Corto con amor y me retiro.”

Luego quema el papel.

Hazlo con respeto. No con odio.

HÁBITOS DE HOMBRES QUE NO SE DEJAN DRENAR

- No dan acceso fácil a su intimidad.
- No se vacían emocionalmente con cualquiera.
- Saben reconocer cuándo algo externo quiere entrar...

y se anclan aún más fuerte.

El verdadero Guerrero no pelea con lo invisible.

Lo detecta antes... y no lo deja entrar.

FRASE FINAL

“El pensamiento de otro no tiene poder sobre ti...
hasta que tú te desconectas de ti mismo.”

CAPÍTULO 10 – EL CIERRE COMPLETO

Cómo recuperar tu centro después de una caída energética

PRIMERA VERDAD: NO SIEMPRE TE ROMPES POR DEBILIDAD

Hay días en los que te sientes vacío.

Hay noches en las que no duermes, no creas, no puedes pensar.

Te pesa el cuerpo. Te fallan las palabras. Sientes que te perdiste.

Eso no te hace menos Guerrero.

Te hace humano.

Y si sabes cerrar, limpiar y volver...

te hace invencible.

SEÑALES DE QUE HAS TENIDO UNA CAÍDA ENERGÉTICA

- Te sientes desconectado de ti mismo.
- No puedes crear, decidir ni estar presente.

- Te hablas mal. Dudas de tu camino.
- Tu voz se apaga. Tu pecho se hunde. Tu mirada se dispersa.
- Has perdido el deseo sexual o lo sientes sucio.
- Nada te enciende. Todo pesa.

Si estás así... no te quedes ahí.

Pero tampoco finjas que no lo estás.

EL RITUAL DE RESTAURACIÓN – PASO A PASO

Este ritual no es un truco.

Es una ceremonia que debes hacer con respeto, con intención y con tiempo.

1. RETÍRATE

- Apaga el móvil.
- Busca silencio.
- Vete a un lugar donde puedas estar solo, sin máscaras, sin ruido.

Nadie se restaura en medio del campo de batalla.

2. AGUA LIMPIA – BAÑO O DUCHA CONSCIENTE

- Agua caliente.
- Sal marina o vinagre de manzana (si tienes).
- No te duches como siempre.
- Hazlo como si cada gota fuera limpiando tu alma.
- Mientras lo haces, repite:

“No cargo más lo que no es mío.

Hoy vuelvo a mí.”

3. FUEGO INTERNO – RESPIRACIÓN DESDE EL HARA

- De pie, firme, con los ojos cerrados.
- Lleva la atención al abdomen bajo.
- Respira profundo, 7 veces.
- Imagina una llama encendiéndose dentro.
- Esa llama eres tú.
- Esa llama nunca se apaga... aunque la olvides.

4. DECLARACIÓN SAGRADA

En voz alta, con firmeza:

“Aunque haya caído, sigo aquí.

Aunque me haya perdido, estoy volviendo.

Aunque haya sido contaminado...

mi alma sigue intacta.”

Haz que tu cuerpo escuche tu verdad.

Tu alma ya la conoce.

5. TIERRA Y CIELO – CONEXIÓN DUAL

- Si puedes, pisa tierra descalzo.
- Si no puedes, siéntate en el suelo.
- Siente que tus pies beben fuerza de la tierra.
- Y que tu coronilla se abre al cielo.

- Entre ambos... tú. Presente. Hombre. Anclado.

DESPUÉS DEL RITUAL

No hables mucho.

No expliques.

No postees.

Solo siéntete.

Mira cómo cambia tu mirada.

Mira cómo vuelve tu voz.

Cómo se alza tu espalda.

Cómo el Guerrero... ha vuelto.

FRASE DE CIERRE

“Volver a tu centro no es una técnica.

Es un acto de dignidad.

Es tu alma diciéndole al mundo:

Yo no me pierdo. Yo me levanto.”

ÍNDICE FINAL – MAPA DE ruta del guerrero

Capítulo 1	– Cómo se siente y se mide la energía.....	2
Capítulo 2	– Transferencias energéticas.....	5
Capítulo 3	– Protección energética real.....	10
Capítulo 4	– Lugares que drenan, lugares que nutren...	15
Capítulo 5	– Personas parásito y personas portal.....	20
Capítulo 6	– El cuerpo como brújula.....	25
Capítulo 7	– Cómo limpiar tu campo.....	29
Capítulo 8	– Contención sexual.....	35
Capítulo 9	– El ataque invisible.....	40
Capítulo 10	– El cierre completo.....	46

*“Un guerrero no necesita saberlo todo desde el principio.
Pero siempre honra el camino recorrido.”*

**"Un guerrero sin defensa energética es
un hombre expuesto.**

**No importa cuán fuerte sea su cuerpo,
si su alma está abierta al ataque."**

ESTE MANUAL NO ES UN LIBRO MÁS, ES UN ESCUDO.

**Un mapa para que el hombre moderno recuerde
lo que el sistema le hizo olvidar: su centro,
su fuego, su dignidad.**

Aquí aprenderás a:

- Leer la energía de personas y lugares.
- Cortar lazos invisibles que te drenan.
- Proteger tu campo ante ataques sutiles.
 - Conservar tu poder sexual.
 - Restaurar tu alma después de caer.

NO ES TEORIA. ES SUPERVIVENCIA DEL ALMA.
Porque la guerra más peligrosa... ya no se libra afuera.

Sobre el autor:

Jose Cerdán ha recorrido el camino del guerrero interior, renunciando a una vida cómoda para abrazar su propósito: despertar al hombre verdadero. Su voz guía a quienes buscan fuerza, presencia y dirección en un mundo diseñado para distraer y debilitar.

**"No es egoísmo proteger tu energía.
Es deber sagrado."**

