



DESPERTAR  
*Espiritual*

GUIA PARA TU CRECIMIENTO

CREADO POR PATRICIA TANUS  
[www.patriciatanus.com](http://www.patriciatanus.com)

---

# LAS 5 ETAPAS DEL DESPERTAR ESPIRITUAL

---

Todos, de forma consciente o inconsciente, pasamos de forma constante por las 5 etapas del despertar, de hecho podemos llegar a vivenciarlas en un mismo día, reiterando estemos o no conscientes de estas etapas, son un ciclo de vida constante. Es importante tener claro que los momentos de iluminación son muchos, y mientras más avanzamos en lo que llamamos camino espiritual, más claro se vuelve este proceso.

En este proceso evolutivo llega un momento en el que nos preguntamos quienes somos, que hacemos aquí, y es justo en ese instante en el que comenzamos el recorrido del SER ESPIRITUAL, donde nos hacemos conscientes de que somos seres integrales, tenemos si un cuerpo físico, pero somos emoción, mente, energía y espíritu.

Comenzamos el a vivir a flor de piel el camino del **despertar espiritual**

Ese es un camino largo, confrontador, revelador pero a su vez es un viaje reconfortante para nuestro espíritu. Este camino comúnmente está marcado por al menos cinco etapas que conducen a lo que llamamos iluminación. Entendiendo que la iluminación es la toma de consciencia de nuestra propia luz, nuestro poder interno, nuestros talentos, habilidades y razón de vivir o propósito divino.

En este PDF te propongo revisar cada una de las etapas a fin de que puedas comprender como es cada una de ellas y a su vez descubrir en qué fase o etapa de tu despertar espiritual te encuentras y que puedes hacer al respecto.

## 1- EL LLAMADO O ETAPA INCONSCIENTE

Es la fase en la que todos vivimos antes de ser conscientes de nuestra espiritualidad. Comúnmente es una etapa donde comenzamos a ver señales, y de pronto es probable seguirlas o atenderlas. Pero lo cierto es que en muchas ocasiones estas señales o este llamado pasa desapercibido un y otra vez. Hasta que somos llevados a un llamado crítico, donde las

situaciones nos confrontan o rebasan y nos hacen sí o sí voltear a ver esas señales y atenderlas como debe ser.

Como lo mencioné anteriormente, este despertar es un estado constante, no es algo que pasa una sola vez y ya. Es un proceso del día a día. Y es así que si estas en esta etapa te invito a tomar nota de tus señales, indaga un poco más sobre eso que esta llamando tu atención, lo ideal es que te muevas en ese sentido para facilitar el proceso en general.

Si es que requieres ayuda para la interpretación de las señales, procura asistirte de especialistas. Las señales pueden ser infinitas: números, imágenes, colores, aromas, títulos de libros, una emoción o sensación recurrente, un padecimiento en específico, un sueño que se repite en varias ocasiones, una frase de una canción que este dando vueltas en tu mente, en fin... las señales son todas y son constantes. Abre tus sentidos y sigue a tu conejo blanco...

## **2- LA NOCHE OSCURA DEL ALMA O LA ETAPA DE CRISIS**

Todos pasamos por estas etapas, sea por alguna pérdida importante, un evento desafortunado, una carencia, o por situaciones que nos hacen salir de la zona conocida o de confort. Lo cierto es que hasta el estar en el tráfico de la ciudad en un momento determinado puede ser un momento de crisis, y es por esto que estoy segura de que conoces bien esta etapa.

Para algunas personas existe la idea de que la etapa de crisis se produce durante la adolescencia, para otras en la edad adulta, pero déjame decirte una vez más que esto es recurrente, que no es solo una vez en la vida, que nuestro día a día está cargado de señales, situaciones y tomas de consciencia, mismas que nos hacen madurar, crecer, expandir nuestra luz a medida que avanzamos en nuestra propia historia de vida.

Esta etapa es esencial, es justo lo que necesitamos para hacernos conscientes de nuestra parte espiritual y comenzamos a buscar diferentes caminos para conectar con ella, comenzamos a ritualizar nuestra vida a fin de sentirnos más completos, más íntegros, más despiertos.

Comúnmente buscaremos técnicas o herramientas que nos ayuden en ese encuentro, puede ser a través de la meditación, la oración, el deporte, la danza, la pintura, o incluso a través del estudio. De aquí que mi tip para esta etapa es TOMA LAS HERRAMIENTAS que tus guías espirituales y humanos ponen en tu camino. Ábrete a la ayuda.

### **3- EL RECONOCIMIENTO O LA CONSCIENCIA ACTIVA**

A esta etapa la llamo también activación de la capacidad de asombro. Es justo ese instante donde ya estas consciente de la enseñanza de la crisis pasada, donde te apoderas de tu luz, donde reconoces tus talentos, tu esfuerzo, tu esencia divina.

Durante esta fase ya eres consciente de tu parte espiritual, has aprendido a conectar con ella y ya eres capaz de meditar con fluidez, de hecho las situaciones que pasaste tienen una perspectiva más amplia, más amena, más amable incluso.

Sientes las energías del universo y eres capaz incluso de abstraerte de tu parte física para observar el mundo desde una cierta distancia y comprender que todo tiene una razón de ser. Las piezas del rompecabezas embonan a la perfección y el sentido de la vida se alinea a un propósito elevado.

Puede ser incluso ese momento donde te maravillas de la sincronicidad de la vida. Pero lo más esencial de esta etapa está en RECONOCERNOS, reconocer la luz que se ha encendido en nosotros, reconocer nuestros talentos, esas habilidades que hemos puesto en marcha con la crisis, esas cualidades o valores que relucieron en todo el proceso.

De pronto pareciera que no paso nada, pero lo cierto es que después de toda crisis o noche oscura hay cambios internos y externos. Algunos cambios pueden llegar a ser imperceptibles, pero otros pueden marcar un total y absoluto rompimiento y por ende un comienzo desde cero.

Y lo dicho, conforme vas avanzando en tu camino de vida, te haces más consciente, así que cada etapa de reconocimiento será cada vez más y más rica en consciencia, en riqueza interna, en amor propio.

Te recomiendo celebrar en esta etapa, la celebración puede y necesita ser algo íntimo, un pequeño ritual con tu bebida preferida, una vela, un incienso y música de triunfo puede llevarte a esa conexión total con el poder de tu alma que se revelado para ti.

La acción de autoreconocer nuestros logros es parte de tener una consciencia despierta ante el valor y la riqueza que hay en nosotros. Esto a su vez nos motiva para ponerlo al servicio de otros.

#### **4- EL DRUIDA, HERMITAÑO O LA PAZ INTERNA**

Conforme vayas avanzando en tus estados de consciencia, en tu integración personal, estarás sin duda más cerca de lograr la tan anhelada paz interior.

Esta paz no tiene porqué ser permanente, recuerda que estamos en un plano físico y por ende emocional, somos humanos y como tales no somos perfectos ni tenemos un control total sobre nuestras experiencias de vida y de nuestras emociones. De hecho, si algo he aprendido en este camino de espiritualidad es que la dinámica de vivir consta justo de equivocarnos para poder saber que es necesario corregir. Mientras más corregimos las experiencias se vuelven más amables y hay menos presión de esa necesidad de ser perfectos y menos tareas de corrección por realizar.

En esta etapa solemos interiorizar, ir hacia dentro reflexionando, revalorando y eligiendo que es aquello que nos hace bien. La meditación y la calidad de vida se tornan más presentes en nuestras actividades diarias. Y la capacidad de comprensión y de perdón se incrementan.

Solemos aislarnos con la finalidad de reconectar con nosotros. De hecho es uno de los principios que nos motivan a caminar espiritualmente. La reconciliación con nosotros mismos y el aprender a estar con nosotros a solas, en silencio, conviviendo con nuestra luz y con nuestra sombra en armonía. Esta etapa es cuando el sabio que mora en nuestro interior se hace presente, nos orienta, nos motiva, nos ilumina.

#### **5- LA MANIFESTACIÓN O ILUMINACIÓN**

Aunque de pronto podamos creer que esto de ser iluminados es solo para elegidos, lo cierto es que todos, en mayor o menor medida entramos en esta etapa. A veces decimos -me cayó el veinte-, -me di cuenta de algo-, -acabo de reconocer lo importante de esto-, en fin, esas frases se dan comúnmente cuanto estamos en la etapa de la manifestación o iluminación.

La luz y/o sabiduría de nuestro interior se MANIFIESTA, y con ello atraemos cosas mejores. Nuestra energía se equilibra y nos volvemos incluso inspiración para nosotros mismos o para alguien más. Esto de pronto puede provocarnos un poco de temor, mover a alguien más hacia la luz puede resultar muy comprometedor, pero como bien dice Marianne Williamson:

*Mientras dejemos brillar nuestra propia luz, inconscientemente  
permitiremos que otras personas hagan lo mismo.*

*Al liberarnos de nuestros miedos, nuestra presencia automáticamente  
libera a los demás.*

Y aquí es donde radica la verdadera y más importante riqueza del Ser Humano. Volvemos luz, faros, generadores de buena vibra, y motivar a otros a hacer lo mismo, desde su originalidad, desde su propia esencia.

Esta etapa, aunque pareciera ser la más relajada o la que nos da mayor bienestar, lo cierto es que en la labor de iluminar, de compartir, de motivar o incluso de automotivarnos a un siguiente nivel de consciencia puede resultarnos retadora, puede resultar que esta etapa se vuelva de forma automática en una noche oscura del alma...

---

Me va a encantar que me escribas a través de alguna de mis redes sociales contándome como te a parecido esta guía, en que etapa sueles pasar más tiempo, con cual te sientes más cómodo, o incluso cual es la etapa que te ha traído a leer esta guía.

Así mismo te recuerdo que tienes los podcast de los programas que hemos transmitido a través de [SADA MUJER](#) y con los que puedes dar un poco más de soporte al contenido de este PDF. En estos programas estamos profundizando cada una de las etapas. Será genial y muy enriquecedor que te des oportunidad de revisarlos y comentar.

Y por último, también te recuerdo que tienes en mi sitio web diversos tipos de sesiones terapéuticas y de cursos que pueden ser una herramienta valiosa para tu despertar espiritual. Solo estas a un clic para entrar a [www.patriciatanus.com](http://www.patriciatanus.com) y vivir un encuentro con los ángeles.

Feliz camino, feliz encuentro!!

Yo soy Patricia Tanus ::Ausra::  
La luz sea contigo.