

# **El Origen Metafísico**

de las

# **Enfermedades**

## **Informe**

Maestro Sri Deva Fénix  
(Prof Félix E. Díaz)

**Dedicado a todos los Curiosos del Mundo**

# **El Origen Metafísico de las Enfermedades**

Maestro Sri Deva Fénix (Prof. Félix E. Díaz)

**DEDICADO A TODOS LOS CURIOSOS DEL MUNDO**

**"La enfermedad es el esfuerzo que hace la naturaleza para curar al hombre"**

Carl Gustav Jung

La enfermedad es el camino que nos lleva hacia la curación. Nuestro cuerpo es un universo que funciona con la misma perfección, precisión e inteligencia que el cosmos.

El 99,999% del átomo es vacío, por lo que nuestro cuerpo está proporcionalmente tan vacío como el espacio intergaláctico. Aunque nuestros sentidos, nos digan lo contrario.

Somos vacío y energía vibrando armónicamente. Energía es información inteligente, es vibración y por tanto es, sonido. Nuestro cuerpo también es como un delicado instrumento musical que puede desafinarse, cualquier perturbación en él lo puede afectar.

Muchísimas veces la enfermedad es el resultado de nuestra forma de pensar y de sentir, y sobre todo de nuestra actitud frente a los sucesos y circunstancias de nuestra vida que modifican nuestra energía. Porque muchas veces no es lo que nos pasa en la vida, sino como nosotros reaccionamos frente a los acontecimientos.

Nuestra forma de ver la vida, es lo que determina como nos va en la vida. Síntomas y enfermedades, manifestaciones físicas de conflictos psicológicos y emocionales. No son otra cosa que la punta del iceberg. Lo que se ve a simple vista, es una pequeñísima parte. La verdad permanece oculta en nuestro subconsciente.

El que busca verdaderamente una solución a su enfermedad tiene que ir hacia su interior para poder sanar. Sobre todo si padece una enfermedad incurable, porque enfermedad incurable en realidad quiere decir curable desde el interior, desde nuestra conciencia.

Cuando una persona sufre un desequilibrio en su interior más profundo a nivel psicológico o mental, se manifestará en su cuerpo como un síntoma o una enfermedad

física o psíquica. Un síntoma o una enfermedad es un toque de atención, nos están avisando de que prestemos atención, porque algo erróneo está pasando.

Es un mensaje del alma, un aviso del universo, es hora de hacer un cambio en nuestra vida.

Muchas veces es cuestión de cambiar nuestra forma de pensar, de sentir y de ver la realidad. Ya que nuestra forma de ver la realidad, determina nuestra realidad.



### **¿Con que ojos sueles mirar la realidad?**

El síntoma o la enfermedad son procesos físicos visibles de un proceso nuestro psicológico invisible. El síntoma no es un monstruo al que debemos eliminar, es sólo un sistema de alarma que se ha puesto en funcionamiento, es una lucecita roja que se ha encendido, avisándonos de que algo en nuestro interior no anda del todo bien.

De la misma forma que tampoco hay que eliminar la fiebre, sólo controlarla, que no sobrepase los 40°. La fiebre en realidad nos cura, hace que el metabolismo de todo nuestro cuerpo se intensifique de tal forma que quema todas las toxinas, virus, bacterias o todo tipo de desechos metabólicos que ensucian nuestro medio interno. La fiebre en realidad, no sólo está acelerando el proceso de curación, sino que nos está sanando.

Para curarnos lo que hay que hacer es investigar en nuestro interior más profundo y buscar la causa de la enfermedad. Hay que apartar la mirada del síntoma o de la enfermedad y buscar más allá. Ir al origen, ir a la raíz del problema.

La enfermedad sólo tiene un fin, ayudarnos a reparar nuestras faltas, errores o carencias. La enfermedad en realidad es el camino hacia la curación. De hecho saca al exterior lo que estaba escondido y oculto. La enfermedad es el camino hacia la

perfección, porque nos mejora como personas (sino a la corta, a la larga) y nos aporta una serie de valores que quizás antes no teníamos.

Si hacemos examen de conciencia, finalmente descubriremos la parte positiva que nos aporta la enfermedad. Si realmente queremos curarnos, deberemos sincerarnos con nosotros mismos y llevar estas faltas o carencias a nuestra conciencia, reconocerlas como tal. Muchas veces el problema no es tener faltas, defectos o carencias, sino no darse cuenta de ellos. Reconociéndolos, tenemos hecho la mitad del camino.

Todo el mundo ve los defectos de los demás, pero ¡que difícil es ver nuestros propios defectos! Muchas veces las personas con las que interactuamos, son espejos de nosotros mismos. Aunque nosotros nos veamos muy diferentes a ellas, en el fondo no lo somos. La sinceridad para con uno mismo es una de las más difíciles peticiones que nos podemos hacer.

**El síntoma y la enfermedad ponen en evidencia cuestiones reprimidas y mantenidas ocultas, y por tanto nos hacen sinceros.**

El ser humano tiene que aprender a comprender lo que la enfermedad viene a decirle. Cada trastorno, molestia o síntoma que ocurre en nuestra vida significa que hay una necesidad no cubierta.

Debemos descubrir cuáles son esas necesidades.

Y descubrir las pautas mentales causantes, la mayoría de las veces suelen ser rabia, crítica, auto-crítica, resentimiento, culpa, problemas afectivos, agresividad sin canalizar, problemas sexuales y todo tipo de pensamientos y emociones negativas.

**Las personas con enfermedades cardiacas** suelen ser personas que algo las ha obligado a cerrarse a la intimidad y al amor. Han endurecido su corazón. Y sólo se rompe un corazón duro. Estas personas que no escuchan a su corazón, que sólo se dejan llevar por la razón y la mente, acaban padeciendo alguna enfermedad del corazón. Finalmente el corazón toma el mando, y acaban a la fuerza prestando atención a su corazón.

**Los enfermos de cáncer** suelen ser personas que mantienen algún tipo de resentimiento de larga duración, o problemas emocionales pendientes con el pasado, que los hacen sentirse profundamente heridos.

**La anemia** está relacionada con una falta de alegría ante el proceso de la vida misma y con un sentimiento de no valer.

**Las personas con hipoglucemia** perciben la vida como una carga y se sienten abrumadas por esa pesada carga.

Hay una forma correcta de comer, basada en la adecuada proporción de hidratos de carbono, proteínas y grasas que si la ponemos en práctica nos ayudará a solucionar este problema.

**Las personas con diabetes** (hiper-glucemia) tienen un afán no reconocido de realización amorosa y no son capaces de aceptar y abrirse al amor. El amor y lo dulce tienen una estrecha relación. El niño disfruta con el dulce, está en un periodo de su vida, en que necesita mucho amor. Y un adulto con carencias afectivas tenderá a darse un gusto con un dulce o con la comida en general, intentando compensar esa carencia.

**Las personas con reumatismo** tienen un sentimiento de víctima, una carencia afectiva y una amargura crónica.

**Las personas con enfermedades artríticas** suelen ser muy críticas con ellas mismas y con los demás, tienen una tendencia obsesiva a fijarse en lo negativo de la vida y de las personas. Y eso no hace sino que empeorar su mal. No se sienten amadas.

**Las personas con colon irritable**, suelen tener miedo a relajarse, y sienten inseguridad.

**La crisis persistente de tos**, en realidad es un deseo de ladrar al mundo, deseos que ser escuchado y tenido en cuenta.

**Las personas con vértigo**, tienen una obstinada negativa a mirar, porque lo que ven no les agrada. Sus pensamientos están dispersos, van y vienen.

**Las personas con problemas de tiroides**, sienten que no pueden nunca hacer lo que desean, además de un sentimiento de humillación.

**Hipotiroidismo**, desesperanza, bloqueo, la persona renuncia a todo intento.

**Hipertiroidismo**, rabia por ser dejado de lado.

**Problemas en la piel**, sentimientos de miedo, angustia, sensación de amenaza, problemas nerviosos. La piel es el órgano más grande de nuestro cuerpo, es una gran superficie de proyección donde se muestran procesos psico-somáticos.

**Erupción cutánea**, problemas de contacto, roce y relación. Stress nervioso, miedo.

**Acné juvenil**, es la atracción y el miedo al instinto recién despertado de la sexualidad. No aceptación de uno mismo.

**Psoriasis**, la piel se vuelve como una coraza, uno se defiende protegiéndose. Detrás de toda defensa hay miedo a ser heridos. Cuanto más robusta la coraza, más sensibilidad y más miedo escondidos.

**Prurito, irritación**, ardor por temas de sexualidad y agresividad.

**La conjuntivitis** está muy relacionada con actitudes de enfado y frustración con lo que se ve en la vida.

**El orzuelo**, los niños y las personas con esta inflamación del párpado suelen ver la vida con ojos airados. Hay algo que les produce enfado.

**Cataratas**, lo que se ve, no produce alegría y no gusta, por tanto se cubre con una tenue cortina para mitigarlo.

**Migrañas**, las pueden producir muchos factores, desde un estreñimiento, tensión nerviosa, stress, ayuno, intolerancias y alergias ante un alimento, insatisfacción sexual (falta orgasmos), resistencia ante el fluir de la vida, auto-critica, invalidación de uno mismo, miedo.

**Problemas en la garganta, laringitis, afonía**, furia que impide hablar, impulso tremendo a hablar e incapacidad y miedo de hacerlo.

**Nudo en la garganta**, miedo, desconfianza.

**Amigdalitis**, miedo, rabia, emociones y creatividad reprimidas, la persona no puede ser ella misma.

**Vegetaciones**, conflictos familiares. Niño que se siente un estorbo.

**Enfermedades pulmonares**. Mediante la respiración todos estamos en contacto, respirando el mismo aire. Por muy deseosos que estemos de encerrarnos en nosotros mismos, la respiración nos obliga a mantener la unión con los demás. Los pulmones representan la capacidad de comprender e inspirar la vida. Son el contacto, la relación y la comunicación con el entorno. Aflicción, depresión, miedo de inspirar la vida. Sensación de no ser digno de vivir plenamente, problemas de contacto y libertad.

**Asma**, problemas de contacto, roce y relación. Miedo.

**Pulmonía, Neumonía**, heridas emocionales sin cicatrizar, no se permite su curación. Cansancio de la vida. Enfado.

**Bronquitis**, ambiente familiar conflictivo, peleas, gritos. Falta de comunicación, silencio.

**Dolores**, en general. Sentimiento escondido de culpa. La culpa busca castigo y el dolor es el castigo. Resistencia a lo que es. La resistencia crea más dolor. Algo necesita un cambio.

**Meteorismo**, dolor por acumulación de gases. Aferramiento de ideas y posturas. Temor. Ideas no digeridas.

**Aerofagia**, angustia, indigestión, esforzarse en aspirar la vida.

**Enfermedades sanguíneas**, las personas con este tipo de problema suelen padecer o haber padecido de problemas y conflictos familiares graves.

**Las personas con sobrepeso** suelen tener sentimientos de miedo y se suelen sentir desprotegidas, en muchos casos suelen ser personas con carencias afectivas e insatisfacción sexual. La comida se convierte en un paliativo de su insatisfacción, del tipo que sea. El sobrepeso también lo favorece la soledad, el aburrimiento, la tristeza, el rechazo, un sentimiento de fracaso, la sensación de impotencia, y las ideas negativas. La única dieta efectiva, es la abstención de pensamientos negativos. Muchas veces engordan más los remordimientos por el alimento que te estás comiendo, que el alimento en sí. Porque si tu crees que te engorda, ten seguro que lo hará. Creer es crear.

**Periodontitis (piorrea)**. Cólera ante la incapacidad de tomar decisiones.

**Anorexia nerviosa**, mujeres que no quieren ser mujer, repudio a la feminidad y a la sexualidad. Miedo al sexo, a la proximidad y al calor. Egocentrismo encubierto, ansían atención y la consiguen por medio de la enfermedad. Tienen que hacer consciente su deseo de amor, sexo y egocentrismo.

**Depresión, sentimiento de desesperanza**. La agresividad no expresada o canalizada, se re-dirige hacia dentro, temor tanto a la vida como a la muerte. La agresividad hacia uno mismo, alcanza su máximo en el suicidio. Sentimiento de culpabilidad, baja auto-estima, ideas y pensamientos negativos recurrentes.

**Ansiedad, la otra cara de la depresión**. Depresión y ansiedad, distintas manifestaciones de la misma enfermedad. Pensamientos y creencias negativas. Se tiende a proyectar la mente en el futuro, lo que no nos permite vivir el presente. La preocupación y el sufrimiento psicológico, es un camino directo a la enfermedad. La fiebre de la prisa, aumenta la ansiedad.

**Insomnio, Miedo, culpa, pensamientos negativos.** Desconfianza en el proceso y fluir de la vida. Angustia, miedo de la vida, falta de confianza en el proceso de la vida. Resistencias, falta de fluidez. Pensamientos negativos. Apatía, negativa y resistencia a sentir, porque no agrada lo que se ve y se siente. Miedo.

**Esclerosis múltiple,** rigidez mental, dureza de corazón contra sí mismos y contra el mundo, miedo, inflexibilidad. No aceptar otra forma de ver las cosas. Su mismo nombre ya lo indica, múltiples endurecimientos. Al ser incapaces de imponerse, su frustración la interiorizan re-dirigiéndola contra sí mismos.

**Problemas de espalda,** se suele sentir una falta de apoyo en la vida. Suelen ser personas que se sobrecargan de trabajo y presión, más de la que pueden aguantar. Y sienten este exceso de tensión en forma de dolor de espalda. Cargar demasiada responsabilidad sobre nuestras espaldas revela un afán oculto de grandeza o quizás un complejo de inferioridad.

En la parte superior es un sentimiento de falta de apoyo emocional. Sensación de no ser amado.

En la parte media, sensación de llevar una pesada carga, atascamiento en el pasado.

Las personas con dolores en la parte baja de la espalda suelen padecer constantes problemas económicos en su vida, o al menos esa es la percepción que ellos tienen. Sienten una falta de apoyo económico.

**Ciática,** temor al futuro y a carecer de bienes materiales, inseguridad ante el porvenir. Rencor, agresividad reprimida, rechazo a algo o a alguna persona.

**Tortícolis,** falta de flexibilidad en nuestras opiniones y forma de ver la vida, rigidez de pensamiento. Terquedad.

**Problemas de estómago,** Incapacidad de digerir, asimilar lo nuevo en nuestra vida. Temor a lo nuevo. Falta aceptación.

**Indigestión,** miedo visceral, terror, angustia. Quejarse por todo.

**Estreñimiento.** Temor a soltar. Sentimiento de falta y carencia. Negativa a abandonar viejas ideas. Tacañería. Mezquindad.

**Hemorroides,** rabia por el pasado, temor a soltarse, sensación de carga.

**Fibromas, quistes.** Resentimiento, rencor contra la pareja afectiva. Sentimiento de "me han lastimado y herido injustamente".



**Fibrosis quística**, convicción de que la vida no va a ir bien, sentimiento de víctima.

**Problemas en las articulaciones**, representan cambios en la orientación de la vida, y la dificultad con que se llevan a cabo. Resistencia al cambio. Los cambios producen miedo.

**Los riñones** son la sede de la convivencia y de la comunicación con el prójimo. Los dolores y afecciones de los riñones se presentan cuando hay problemas de convivencia, problemas de relación con nuestros semejantes.

**Vejiga de la orina**, ante determinadas situaciones que nos producen tensión psicológica, experimentamos una necesidad de vaciar la vejiga. La tensión que se experimenta a nivel mental, acaba manifestándose en el plano físico, a través de la vejiga.

**Hepatitis y problemas de hígado**, es la sede de la rabia, ira, indignación y agresividad reprimida. Miedo y resistencia al cambio.

**Cálculos biliares, amargura**, juicios condenatorios, agresividad reprimida y petrificada.

**Ictericia**, prejuicios internos y externos, la forma de pensar y la razón están desequilibrados.

**Herpes labial**, enfado, disgusto y temor de expresarlo.

**Herpes genital**, culpa sexual, remordimientos.

**Problemas menstruación**, rechazo de la feminidad, culpa, temor. Relacionar genitales con sucio y pecaminoso.

**Menstruaciones abundantes**, se deben a que la mujer está sometida a un estrés emocional excesivo, combinado con la creencia de que no tiene ningún poder de elección en su vida y de que sus opciones están controladas por otros.

**Problemas de la menopausia**, miedo a envejecer, miedo a dejar de ser deseable, sensación de cualquier tiempo pasado fue mejor. Amargura por las oportunidades perdidas. Rechazo de una misma.

**Rechinar de dientes al dormir**, agresividad no manifestada, muchas veces inconsciente. Agresividad impotente, en estado latente.

**Hipertensión.** Personas que tienen un conflicto, pero que no lo afrontan. Viejo problema emocional no resuelto. Indicio de agresividad reprimida. Rehúyen los conflictos.

**Hipotensión,** ante un conflicto se evaden. Les falta ánimo y valor. Rehúyen los conflictos. Derrotismo.

**Cuando padecemos algún tipo de gripe, catarro, resfriado,** suele ocurrir que alguna situación de nuestra vida, nos ha hinchado las narices (metafóricamente) y nos está produciendo enfado (conflicto mental) y esa rabia se acaba manifestando en nuestro cuerpo. El conflicto mental al igual que un disgusto provoca el debilitamiento del sistema inmunológico y por tanto mayores posibilidades de enfermar.

**Infección,** enfado, irritación, rabia, fastidio.

**Inflamación,** ira, rabia pensamientos inflamados. Miedo.

**Mononucleosis,** enfado y rabia por no recibir amor y aprecio.

**Adicciones,** esconden algo.

Toda adicción evita el contacto con la emoción. Puede ser un sentimiento de vacío existencial, falta de amor, sentirse solo, desconexión con nuestro ser superior. Nuestra realidad nos hace sufrir y la adicción enmascara nuestro sufrimiento, de forma temporal para luego recrudescerlo.

**Heridas,** enfado con uno mismo, conflicto mental. Culpabilidad.

**Sida.** Amor y sexo deben ir juntos, tienen que estar en equilibrio, sino no es posible alcanzar la unidad. Disociación entre amor y sexualidad. El amor no vivido, pasa al subconsciente, y a la larga se manifiesta en el cuerpo en forma de destrucción de las defensas del organismo. Amor es apertura, vulnerabilidad, entrega, unión. Amor no vivido en el plano espiritual, se vive en el plano físico, con una aniquilación de las defensas físicas.

**Alzheimer,** Negarse a enfrentar la vida. Desesperanza, desamparo.

**Accidentes,** incapacidad de hacerse valer, rebelión contra la autoridad. Problemas no resueltos. Son aprendizajes forzosos. Los accidentes a pesar de venir de fuera, están íntimamente ligados con nuestro interior. Por la ley de resonancia no podemos entrar en contacto con algo con lo que no tengamos nada que ver. La propensión al accidente existe para un determinado tipo de personas. Es una parada en nuestra vida, que debemos investigar. De esta nueva situación deberá surgir algo nuevo, una nueva orientación.

A handwritten note on a piece of paper with a drop shadow, containing the text: "CUALQUIER PALABRA DICHA CON TERNURA, SE CONVIERTE EN MEDICINA!"

**Nosotros somos responsables en un porcentaje muy alto de nuestra salud y de nuestra enfermedad.**

Pero esto no se tiene que percibir de forma negativa, sino todo lo contrario, hay oculto un mensaje positivo. De la misma forma que tenemos el poder de crearnos una enfermedad, tenemos el poder de curarnos esa enfermedad. Nuestra mente es tremendamente poderosa, nos puede hundir y enfermar pero al mismo tiempo nos puede salvar y curar. Sólo de nosotros depende.

Dentro nuestro, en nuestro interior más profundo, existe un lugar desde el cual todas las cosas son posibles. **Los Naturópatas y terapeutas** estamos para ayudar pero quien realmente se cura es el paciente, el propio enfermo, y se cura cuando decide curarse. Cuando decide ir hacia su interior y preguntarse qué está haciendo mal, o quizás deberíamos decir que está pensando mal y por tanto sintiendo mal.

Es responsabilidad de cada uno de nosotros, el buscar, indagar, cuestionar, perseverar hasta poder encontrar el mensaje, la enseñanza valiosa que se oculta en cada situación, suceso, vivencia, circunstancia, síntoma y enfermedad.

Cada vez que veamos un defecto en otra persona, deberíamos hacernos un examen de conciencia, y cuando seamos capaces de ver nuestros propios defectos, sentiremos más comprensión ante los defectos de los demás. Otra práctica de crecimiento interior es centrarnos en encontrar virtudes en el prójimo, en lugar de enfocarnos en sus defectos. Si verdaderamente lo intentamos de corazón, las descubriremos. Ya que todos absolutamente todos, somos un compendio de defectos y virtudes. Es sólo cuestión de cambiar nuestro enfoque, en vez de mirar lo negativo, mirar lo positivo. La cara siempre mirando a la luz, y de espaldas a la oscuridad. En la vida no todo es blanco o negro, hay una gama infinita de grises.

Necesitamos cuidar bien nuestro pensar y sentir. Hay que tener una actitud mental positiva ante nosotros mismos, hacia los demás y hacia la vida en general. Y sentirnos conectados espiritualmente. Si realmente queremos una vida dichosa, deberemos tener pensamientos dichosos, lo cuales crearán emociones dichosas. Tenemos que aprender a observar a las personas y a los hechos sin que nuestro ego automáticamente cree un juicio de aprobación y conformidad o bien de condena o repulsa. A todos nos resulta tremendamente doloroso asumir nuestra responsabilidad total en nuestra vida, nuestras circunstancias y situación de vida. Y siempre tendemos a evadirnos de esa responsabilidad y buscar la culpa en el exterior.

Sentirnos conectados espiritualmente, es saber que algo muy superior a nosotros guía nuestros pasos. Que nada es casual, que todo tiene un por qué. El azar y la casualidad no existen. Todo lo que nos pasa, todo lo que acontece en nuestra vida es por algo, tiene una razón de ser. Lo único permanente, que perdura más allá de la tumba, es la conciencia. Porque nuestro cuerpo desaparecerá, al igual que nuestros pensamientos, emociones, sentimientos, nuestra mente, nuestra personalidad, nuestro ego. Sin embargo dentro nuestro, en nuestro interior más profundo, está nuestra esencia real, la que es eterna, inmutable, permanente, la que no puede ser destruida jamás.

Cuando nuestro cuerpo, mente, emociones y acciones estén en armonía será cuando estemos en sintonía, en un óptimo estado vibracional y por tanto se manifestará una salud plena. La única forma de empezar a controlar nuestra propia vida es controlar nuestra forma de ver la vida, nuestra forma de pensar y de sentir, y así controlaremos nuestra palabra y nuestras acciones. Todo lo que pensamos y creemos, justamente va creando nuestro destino y futuro.

Todos nuestros problemas no son sino que oportunidades para crecer interiormente, la mayoría de ellos proceden de las vibraciones que hemos estado emitiendo en el pasado. ¿Quieres cambiar tu futuro? el único camino posible es trabajando desde el presente, aquí y ahora. Si cambias tu presente, cambiarás tu futuro. **El mayor negocio que existe es el negocio de la enfermedad.** No dejes tu salud en manos de otros, responsabilízate tu mismo. Recordemos que la única forma de curar una enfermedad incurable, es desde nuestro interior más profundo.

Para sanar es esencial ver y reconocer la verdad acerca de nosotros mismos, acerca de nuestra participación en la creación de nuestra vida y acerca de cómo nos relacionamos con los demás.

Enfermedad incurable, quiere decir curable desde el interior.

## **Notas Interesantes:**

### **Los pensamientos curan más que los medicamentos**

El científico **Bruce Lipton** reclama una nueva medicina, la que tenga en cuenta la energía por su capacidad para curar.

**Bruce-Lipton\_Usted** asegura que la medicina convencional va por muy mal camino.

#### **¿Tan peligrosos son los medicamentos que nos recetan?**

Nos dan medicamentos para la enfermedad, pero esto causa muchos problemas en el cuerpo. Porque esta medicina basada en la farmacología no entiende cómo está interrelacionada toda la bioquímica del organismo. Cuando tomo una pastilla química y la introduzco en mi cuerpo, no solo afecta a aquel lugar donde tengo el problema, sino que afecta a muchas otras cosas a la vez. Son los llamados “efectos secundarios”. Pero, en realidad, no son secundarios sino directos. No entienden que el efecto de las drogas no solo crea un efecto sino múltiples. Según las estadísticas en EEUU, ¡los fármacos matan allí a más de 300.000 personas cada año! Hay algo que no funciona en la ciencia médica. Hace algunas cosas bien, como la traumatología, pero está matando a mucha más gente de la que ayuda.

#### **¿Y qué ha descubierto sobre las células pero que no tiene en cuenta la medicina?**

Yo ya trabajaba con ellas en los años 60. Fui un pionero porque en esa época había muy poca gente trabajando en ello. Y un experimento que hice en esa época cambió la idea que tenía del mundo. Entonces, la pregunta es muy sencilla, ¿qué controla el destino de las células? Todas eran idénticas, lo único que era diferente era el entorno. Cuando cojo células sanas y las coloco en un entorno nocivo, las células enferman y mueren. Si un médico las mirara, diría: “¿Qué medicina hay que darles?” ¡Pero no hace falta ninguna medicina! Les cambias el entorno nocivo, las colocas en uno sano y saludable y las células sanan. Los humanos somos una comunidad de 50 trillones de células, por tanto, la célula es el ser viviente y la persona es una comunidad.

#### **¿Cuál es el entorno de la célula que hay que cuidar?**

Dentro de mí hay 50 trillones de células y el entorno celular para nosotros es la sangre, por ello la composición de la sangre cambia el destino de la célula. ¿Y qué controla la sangre? Pues el sistema nervioso, que crea una química diferente según el sistema exterior. La célula y el ser humano son la misma cosa. Por tanto, la medicina culpa a las células por la enfermedad y trata de cambiar la química de las células, pero ese no es el problema, el problema es el entorno. Y si cambias a la persona de entorno, sin medicamentos, el cerebro cambia la química. El cerebro de la célula y el de la persona leen y entienden el entorno. En un entorno sano, ¿nos curamos automáticamente? ¿Así de fácil?

No es tan fácil, porque la mente interpreta. Puede suceder que estemos en un entorno muy sano y que la mente lo lea como un entorno negativo o perjudicial. Entonces crea una química que hará a mi cuerpo enfermar. La diferencia entre la célula y el ser humano es que este tiene una mente que hace una interpretación y la célula lee el entorno directamente. Si metes un programa con errores en la mente, entonces la química que genera no está en armonía con la vida. Y esto nos sirve para entender cómo funciona un placebo. Cambio mi creencia y pienso que esto me va a sanar, tomo una píldora porque creo que esto me va a traer salud, y me mejora y me sana, pero la píldora podría ser de azúcar, en realidad no ha hecho nada, han sido mis creencias. Y a eso lo llamamos pensamientos positivos y efecto placebo.

**¿Está diciendo que el efecto placebo –creer que algo nos sanará– es más curativo que un medicamento?** Pero no hay casi investigaciones sobre eso.

Sí, tienes razón. ¿Eres consciente de que hay más de una manera de hacer energía sin tener que depender del petróleo? Pero seguimos dependiendo del petróleo porque no interesa el cambio a los que controlan la energía. Lo mismo pasa con las empresas farmacéuticas. Venden fármacos y ¿poder sanar sin fármacos es bueno o malo para la industria farmacéutica? No quieren que sanes sin comprar sus fármacos. ¿Se puede poner energía en una cápsula? Si fuera así, las farmacéuticas intentarían vendértela. Si puedo sanar sin usar medicamentos, la industria que los produce no gana dinero. El dinero controla la ciencia.

Explíquenos cómo funciona ese poder que dice que tiene la mente para la autocuración. He hablado de que la mente controla: si piensa de una manera, se va en una dirección y, si piensa de otra, se va en otra. Por ejemplo, cierro los ojos, los abro y veo a alguien a quien amo. Entonces mi cerebro segrega dopamina, oxitocina, etc. Lo puedo sentir en mi cuerpo, puedo sentir el amor, y esa química trae salud a las células. Por eso, quien se enamora se siente tan bien. Pero si abro los ojos y veo algo que me asusta, segrego hormonas del estrés. Y estas hacen dos cosas. La primera es que frenan el crecimiento del cuerpo. Porque si me está persiguiendo un león, necesito toda la energía para poder escaparme, y mi organismo apaga todo lo que no sea imprescindible para correr más rápido, así que se paraliza todo lo que tiene que ver con el crecimiento. La gente no lo sabe, pero tienes que crecer todos los días, porque, si no, te mueres. Cada día cientos de billones de células mueren y tienes que ir produciendo nuevas. Cada tres días, el sistema digestivo renueva sus células, pero si se interfiere con ese crecimiento, entonces no puedo estar sano porque estoy perdiendo demasiadas células al día, por eso la quimioterapia hace que se caiga el pelo y crea problemas de digestión, porque mata todas las células, no solo las del cáncer. La segunda consecuencia de las hormonas del estrés es que se cierra todo aquello que usa energía, y el sistema inmunitario usa muchísima energía: cuando estás enfermo, te sientes muy cansado porque tu energía la está usando el sistema inmunitario.

**Explíquenos qué es la medicina cuántica o medicina de la energía.**

Las hormonas del estrés apagan el sistema inmunitario, incluso la medicina usa este efecto en algunas ocasiones. Por ejemplo, si me trasplantaran un corazón, mi sistema inmunitario lo rechazaría. En esos casos, los médicos dan hormonas del estrés y eso impide que funcione el sistema inmunitario. Es tan claro que suprime el sistema inmunitario que lo usamos como un medicamento. Cuando la persona está bajo estrés, afecta de dos maneras: la primera es que deja de haber crecimiento y la segunda es que se apaga el sistema inmunitario. De esta forma, virus nocivos pueden atacarme fácilmente. Cuando estás bajo mucho estrés, te enfermas. Y debo decir que, si tomamos una muestra de sangre de cada persona, descubrimos que todos tenemos células cancerígenas. Las tenemos siempre, pero si está funcionando el sistema inmunitario, no pueden crecer. Una vez que se apaga el sistema inmunitario, proliferan. Es como el catarro: no tienes que coger el virus, ya lo tienes dentro. Son organismos oportunistas. Como decía, la primera razón por la que la medicina de hoy es cuestionable es porque los médicos no saben cómo funcionan las células. La segunda es que la medicina está basada en la física de Newton. No reconoce la energía, esa parte invisible, las señales electromagnéticas. Pero, a principios del siglo XX, apareció la física cuántica, que dice que todo es energía, lo que podemos ver y también lo invisible. Si miras dentro del átomo, hay electrones, protones, neutrones. ¿Y qué hay dentro? Energía. La ciencia más reciente indica que el cuerpo responde a la física cuántica, no a la newtoniana. La medicina dice que quiere cambiar la química del organismo con drogas y la nueva medicina dice que hay que cambiar la energía. Y esta nueva medicina, la cuántica, es mucho más poderosa, porque responde primero el campo energético que el físico. Y eso enlaza con la física cuántica. Si todo es energía, ¿los pensamientos también?

### **¿Cómo influyen en nuestra salud?**

La mente es energía. Cuando piensas, transmites energía, y los pensamientos son más poderosos que la química. Así que esto es peor para las empresas farmacéuticas porque no lo pueden vender. Por tanto, no les interesa una conexión entre la mente y el cuerpo. Pero es cierto que las propias creencias se convierten en un campo energético, una transmisión, y esta se transforma en una señal que es capaz de cambiar el organismo. Y así es como funcionaba la sanación antes del desarrollo de la medicina. La gente sanaba con los chamanes, con las manos... pero eso no puede vender y por eso la medicina no quiere ir por ese camino. Y es la razón por la que yo cambié mi carrera. Estaba enseñando en la universidad que hay que seguir con drogas y sabía que eso no era verdad. La medicina lo conoce, pero no habla de ello. Sabe que el pensamiento positivo, el placebo, puede sanar, y también que el pensamiento negativo puede matar. En realidad, no es que sea positivo o negativo, es la manera de pensar. Si el médico te dice que tienes cáncer, aunque no tengas cáncer, si lo crees, crearás la química que generará cáncer. Por tanto, el problema no es tanto el entorno real sino el que tú interpretas. Por eso no funciona la medicina, porque no reconoce la ciencia cuántica. No mira hacia ahí porque el dinero está en otro lado.

Usted ha explicado que, en la mente, quien realmente tiene el poder es el subconsciente,

## **¿por eso es tan difícil cambiar hábitos de pensamiento?**

Es millones de veces más poderoso y más importante que la mente consciente.

Utilizamos el subconsciente el 95 por ciento del tiempo.

Pero no lo podemos controlar.

Lo puedes reprogramar. La información del subconsciente se recibe en los primeros seis años de vida. Eso que aprendiste en esos años se convierte en el conocimiento fundamental de tu vida. Por tanto, hay muchos estudios que demuestran que las enfermedades que tenemos de adultos, como el cáncer, tienen que ver con la programación y el entorno que vivimos en los primeros seis años de vida.

Es decir, los niños absorben también sus enfermedades o sus actitudes negativas, y así se 'programa' su subconsciente. ¡Qué gran responsabilidad para los padres!

La gente, cuando oye esto, se preocupa, se culpa. Pero no eres culpable si tú no sabes que el subconsciente funciona así. No lo sabían nuestros padres, ni nuestros abuelos ni bisabuelos. Ahora bien, cuando lo entiendes, tienes que cambiar tu manera de vivir, porque entonces sí eres responsable. Está demostrado que si un niño adoptado vive en su familia casos de cáncer, en su madurez puede padecer cáncer aunque su genética sea diferente. Si te enseñaron a maltratar tu cuerpo con mala información, destruirás el vehículo de tu cuerpo, cuyo conductor es la mente. El futuro es una mejor educación para los niños, incluso en la etapa prenatal. ¿Podemos reprogramar el subconsciente para estar más sanos o ser más felices con nuestra vida?

Los comportamientos que vienen del subconsciente no los percibes y pueden estar haciéndote daño. Quizás te sientes enfermo y echas la culpa a otra cosa. Al cambiar estos programas erróneos en el subconsciente, puedes recrear toda tu vida. Hay varias maneras de hacerlo. Se piensa que, cuando la mente consciente registra algo, la subconsciente también filtra esa información, pero no es así. La mente consciente es creativa y la subconsciente trata de todos los hábitos. Si le enseñas al subconsciente algo diferente, se lo enseñas también a la consciente, pero no al revés. Por ello, la manera de reprogramar es repetir y repetir hasta que se crea un hábito. Si leo un libro de autoayuda, mi mente consciente dice: "Sé todo lo que hay en el libro y lo aplico", pero la subconsciente no se entera de nada. Entonces, piensas: "¿Por que sé tanto y todavía mi cuerpo no funciona?". Los pensamientos positivos, el conocimiento... solo funcionan el 5% del tiempo, pero el 95% son los hábitos que tengo desde mi niñez. Y esa es la razón por la que los pensamientos positivos no son suficientes. Ayudan, pero no ves muchos resultados. Todo sigue igual hasta que no cambias el subconsciente.

Con su investigación, ha aunado ciencia y creencia, un binomio que evita la mayoría de los científicos. ¿Usted cree en la eternidad?

Absolutamente, sí. No hay dos personas iguales, y lo digo desde el punto vista biológico. Si cojo mis células y las traslado a tu cuerpo, no soy yo, el sistema inmunitario las rechaza. En las células hay como una especie de antenas en miniatura. Son receptores y algunos son autorreceptores. Tú tienes diferentes autorreceptores a los míos. Pero los receptores reciben las señales del entorno. Si corto esos receptores, la célula no tiene ninguna identidad, porque no le viene de dentro sino de fuera. Para explicarlo de forma gráfica, diría que el cuerpo es como un televisor: mis antenas captan



y reproducen el programa televisivo de Bruce. Esos receptores recogen esa transmisión. Si estoy viendo la tele y se estropea el tubo de la imagen, ha muerto el televisor, pero sigue la transmisión. Si ese ser tiene los mismos receptores que tienes tú, volverás a estar transmitiendo lo mismo, pero en otro cuerpo. Esto explica la reencarnación y quiere decir que el cuerpo puede ir y venir, pero la transmisión siempre está ahí.

### **¿Eso le hizo creer que tenemos espíritu?**

Nunca había creído en el espíritu, pero cuando comprobé esto en la célula, me cambió la vida entera. La pregunta que me planteé es: ¿por qué esa duplicidad?, ¿por qué tener un espíritu y un cuerpo? Y la respuesta vino de mis células: si solo existiera el espíritu, ¿a qué sabe el chocolate? Solo con la parte espiritual, ¿cómo vivir una puesta de sol? ¿Qué se siente cuando se está enamorado? Todas esas sensaciones vienen de las células del cuerpo, que puede oler, sentir, tener experiencias. Recoge todo eso, lo transmite al cerebro. Se convierte en vibraciones y lo transmite a la fuente del ser. Si se muere mi cuerpo, mi fuente de ser y mi espíritu tienen la memoria hasta que tenga otro cuerpo. La lección más importante es que estar vivo es un regalo, una alegría por todo lo que podemos sentir. Cuando hagamos eso, todo el mundo estará sano.

**Autora entrevista: Montse Cano**

**Fuente web: Semillas Solares**

## **LA INOFENSIVIDAD**

Si la inofensividad es la nota clave de sus vidas, podrán producir más condiciones armónicas en la personalidad, que cualquier disciplina en otras líneas. La depuración drástica obtenida al alcanzar la inofensividad ayudará mucho a eliminar estados erróneos de conciencia.

La inofensividad... es la fuerza más poderosa que existe en la actualidad.

No me refiero a la no resistencia, sino a esa actitud mental positiva del que no piensa mal.

El que no tiene malos pensamientos ni hace mal a nadie es un ciudadano del mundo de Dios.

La inofensividad prepara el camino para que fluya la vida; elimina las obstrucciones que impiden la libre afluencia del amor y es la llave que libera la naturaleza inferior de las garras de la ilusión mundial y del poder de la existencia fenoménica.

En esta oportunidad, les digo que yo –discípulo de más edad y quizás con mayor experiencia y trabajador en la gran viña del Señor- practico la inofensividad con celo y comprensión, porque (si realmente es practicada) destruye toda limitación.

La ofensividad está basada en el egoísmo y en una actitud egocéntrica.

Es la demostración de fuerzas concentradas en la autoimposición, el autoengrandecimiento y la autosatisfacción.

La inofensividad es la expresión de la vida del individuo que se da cuenta que está en todas partes y que vive conscientemente como alma.

Su naturaleza es amor y su método es inclusividad. Para dicho individuo todas las formas son iguales en el sentido de que velan y ocultan la luz y las simples exteriorizaciones del Único Ser Infinito.

Quisiera recordarles que este logro se demostrará verdaderamente como comprensión de la necesidad del prójimo, sin ningún sentimiento ni conveniencia.

Conducirá a ese silencio que se produce al referirse al yo separado.

Producirá respuesta instantánea a la verdadera necesidad, característica de los Grandes Seres, que (al ir más allá de la apariencia externa) percibe la causa interna que produce las condiciones observadas en la vida externa y, desde ese punto de sabiduría, puede darse verdadera ayuda y guía.

La inofensividad produce, en la vida, cautela en el juicio, reticencia al hablar, habilidad para abstenerse de toda acción impulsiva y demuestra un espíritu exento de crítica.

De esta manera, las fuerzas del verdadero amor y también esas energías espirituales que parecen vitalizar la personalidad pasarán libremente y, en consecuencia, conducirán a la acción correcta.

Estudien su conducta diaria, sus palabras y pensamientos, hasta lograr ser completamente inofensivos. Oblíguense a pensar sobre esas ideas, respecto a ustedes y a los demás, para que sean constructivas y positivas y, por lo tanto, de efectos inofensivos.

Examinen el efecto emocional que ustedes producen sobre otros, de manera que ningún estado de ánimo, de depresión ni de reacción emocional pueda dañar al semejante.

Recuerden, en conexión con esto, que la aspiración espiritual violenta y el entusiasmo mal aplicado o mal orientado pueden fácilmente herir a un semejante; por lo tanto, cuiden sus tendencias erróneas y no sólo sus virtudes.

Frente a quien ha perfeccionado la inofensividad, cesa toda enemistad.

Sólo puede establecerse contacto con lo que ya está presente en la conciencia del perceptor.

Por lo tanto, si en éste hay enemistad y odio, es porque residen en él las simientes de la enemistad y el odio.

Cuando están ausentes, no existe más que unidad y armonía. Éste es el primer paso hacia el amor universal, esfuerzo práctico del aspirante para llegar a ser uno con todos los seres.

Empieza consigo mismo y procura desarraigar de su propia naturaleza todas las semillas de la ofensividad. Se ocupa así de la causa que produce la enemistad hacia sí mismo y los demás.

El resultado natural es que disfruta de paz, y los demás están en paz con él.

En su presencia, hasta las bestias salvajes se sienten impotentes, en virtud del estado mental del aspirante.

La inofensividad a que me refiero, concerniente a ustedes, no es la actividad negativa, dulce o bondadosa, como muchos creen.

Es un estado mental que, de ninguna manera, niega la acción firme y hasta drástica. Concierne al móvil e involucra la determinación de que el móvil detrás de toda actividad debe ser la buena voluntad.

Este móvil puede conducir a hechos y palabras positivos, a veces desagradables, pero como la inofensividad y la buena voluntad condicionan el acercamiento mental, no puede surgir otra cosa que el bien.

### **- Practica de la Inofensividad**

La práctica de la inofensividad es, para el aspirante, el más fácil y mejor modo de trabajar.

Nada en él perjudica la vida de cualquiera forma y, por lo tanto, atrae hacia sí únicamente lo benéfico.

Utiliza las fuerzas benévolas así atraídas, para ayudar a otros seres. Este es el primer paso.

La disciplina que encierra y la constante supervisión de todas las actividades en los tres planos de la evolución humana y en todas las reacciones ponen al cuerpo emocional bajo el dominio de la mente iluminada, llevando también comprensión a nuestros semejantes.

El espíritu de crítica induce más al espejismo que a cualquier otro factor, y ¿quién puede decir que está inmune a ello?

Cuando se practica la inofensividad y la bondad, al pensar y al hablar, convirtiéndose automáticamente en parte de la expresión de la vida diaria del discípulo, entonces, desaparece el espejismo.

Un estudio esmerado de nuestras reacciones emocionales nos lleva a la consideración de esa característica básica que nunca se llega a recalcar bastante en la situación actual del mundo:

la inofensividad.

- Quien trate de practicar esa inofensividad positiva, que se manifiesta en el correcto pensar (por estar basado en el amor inteligente), en el correcto hablar (por estar regido por el autocontrol), en la correcta acción (por estar fundada en la comprensión de la ley), descubrirá que tal tentativa exigirá todos los recursos de su ser y tomará mucho tiempo para realizarlo.

- No es la inofensividad que proviene de la debilidad y de una disposición sentimental y afectiva, que rehúye las molestias, porque trastorna la armonía establecida de la vida y conduce a la consiguiente inofensividad.

No es la inofensividad del hombre o mujer negativos, impotentes y poco evolucionados, que no tienen el poder de perjudicar, por estar mal equipados para hacer daño.

- Al contrario, la inofensividad brota de la verdadera comprensión y control de la personalidad por el alma, la que lleva inevitablemente a la expresión espiritual en la vida diaria.

Emana de la capacidad de penetrar en la conciencia y en la comprensión de nuestro prójimo y, cuando se ha logrado, todo se perdona y se pierde de vista en el anhelo de ayudar y auxiliar.

- La clave para la provisión es la inofensividad de la personalidad y la dedicación de todos los recursos individuales al servicio de los Grandes Seres, sin restricciones y con espontaneidad.

Como discípulos, traten de vivir inofensivamente, en pensamiento, palabra y acción y cuando material, emocional o temporalmente, nada se escatime y se aplique la fuerza física y se donen los recursos con alegría, entonces el discípulo tendrá todo lo necesario para llevar a cabo el trabajo; esto atañe también a los grupos activos de servidores. Tal es la ley.

### **- Inofensividad en la Vida Diaria**

Algo más agregaré antes de cerrar definitivamente este tema.

- Cuando el corazón está rebosante de amor y la cabeza plena de sabiduría, no se hace nada que a la larga produzca angustia a los demás.

**- No me refiero aquí a la acción, sino a los frutos de la acción.**

- Se puede tomar una decisión y seguir una línea de conducta (y la decisión puede ser acertada), pero las condiciones resultantes pueden no ajustarse con armonía si subjetivamente no se está libre del temor, si no existe un corazón rebosante de amor y una comprensión amorosa, que es la sabiduría más real.

- El ser humano libre de temores, inteligente y amoroso puede hacer cualquier cosa y los efectos serán inofensivos y buenos.

- Por lo tanto, habrán visto por qué he señalado tan enfáticamente la necesidad de la inofensividad, pues es el método científico por excelencia, hablando esotéricamente, de limpiar la casa y purificar los centros.

Esta práctica limpia los canales obstruidos y permite la entrada de energías superiores.

Que la inofensividad sea, por lo tanto, la nota clave de su vida.

En esta línea, debe efectuarse la recapitulación vespertina, clasificando el trabajo de recapitulación en tres partes:

- El pensar inofensivo. Dará por resultado especialmente el control de la palabra.
- La reacción emocional inofensiva. Traerá como resultado un canal para el aspecto amor del alma.
- La acción inofensiva. Producirá equilibrio, capacidad en la acción y liberación de la voluntad creadora.

Estos tres acercamientos al tema deben estudiarse a través del efecto que producen sobre nuestro propio yo y desarrollo y en aquéllos con quienes nos ponemos en contacto y los asociados en nuestro medio ambiente.



## LOS 10 LADRONES DE TU ENERGÍA

Tenemos una carga de energía asignada, Armstrong le llamaba los latidos contados de cada cual; es nuestra responsabilidad utilizarla con medida y no desperdiciarla. Somos conductores de la fuerza Divina, tendremos acceso a ella siempre y cuando estemos conectados conscientemente, eliminando algunas interferencias:

- 1-** Deja ir a personas que sólo llegan para compartir quejas, problemas, historias desastrosas, miedo y juicio de los demás. Si alguien busca un cubo para echar su basura, procura que no sea en tu mente.
- 2-** Paga tus cuentas a tiempo. Al mismo tiempo cobra a quién te debe o elige dejarlo ir, si ya es imposible cobrarle. Las deudas no caducan con el tiempo, aunque la ley te proteja; sé responsable, es mejor hacer un plazo de céntimo a céntimo, que perder tu preciada energía y tu palabra.
- 3-** Cumple tus promesas. Si no has cumplido, pregúntate por qué tienes resistencia. Siempre tienes derecho a cambiar de opinión, a disculparte, a compensar, a renegociar y a ofrecer otra alternativa hacia una promesa no cumplida; aunque no como costumbre. La forma más fácil de evitar el no cumplir con algo que no quieres hacer, es decir NO desde el principio.
- 4-** Elimina en lo posible y delega aquellas tareas que no prefieres hacer y dedica tu tiempo a hacer las que sí disfrutas. Aunque no debes de huir de responsabilidades y no todo el tiempo es factible, muchas veces por puro control o por no darnos el permiso, seguimos perdiendo tiempo en nimiedades y abandonando lo verdaderamente significativo en nuestras vidas.
- 5-** Date permiso para descansar si estás en un momento que lo necesitas y date permiso para actuar si estás en un momento de oportunidad. La naturaleza, tiene ritmos y tu vida también. No actuar en el momento erróneo te quita energía y no parar cuando lo necesitas, también.
- 6-** Tira, recoge y organiza, nada te toma más energía que un espacio desordenado y lleno de cosas del pasado que ya no necesitas. Uno por uno, toma cada papel, cada recuerdo y hasta cada sueño y elige.
- 7-** Da prioridad a tu salud, sin la maquinaria de tu cuerpo trabajando al máximo, no puedes hacer mucho. Toma sol por las tardes, medita, respira, báñate en el mar, haz ejercicio en la naturaleza, escucha tu cuerpo y elimina las toxinas. Haz una cita médica y mira si te faltan minerales o vitaminas. Aliméntate con comidas orgánicas (sin pesticidas) y frescas; trabaja en la prevención para evitar la crisis de una enfermedad (un aviso un cuerpo sin energía).

**8-** Enfrenta las situaciones tóxicas que estás tolerando, desde rescatar a un amigo o a un familiar, hasta tolerar acciones negativas de una pareja; y toma la acción necesaria. Resignarte a una situación y sentirte que no tienes control, sólo conseguirá drenarte.

**9-** Acepta. No es resignación, pero nada te hace perder más energía que el resistir y pelear contra una situación que no puedes cambiar. Entregar a Dios, siempre puedes elegir tu camino y fluir sin apegos hasta llegar a tu orilla a salvo.

**10-** Perdona, deja ir una situación que te esté causando dolor, siempre puedes elegir dejar el dolor del recuerdo.

Estar conectados a Dios y su Amor es la fuente más grande de energía, mientras que los miedos, el rencor y la ira son los bloqueadores más frecuentes. Enfócate en el presente, vivir en el pasado o vivir en el futuro, solo te drenan del presente.

Recuerda que tienes una fortuna, Dios te regaló una cuenta con latidos de vida, úsalos con conciencia, no los desperdicies y serás feliz, latido por latido.



## **Afirmaciones Transformadoras**

Con alegría, recibo un presente maravilloso. Estoy en paz y armonía conmigo y con los demás.

Me desprendo jubilosamente del pasado, estoy en Paz.

Perdono a todas las personas y me perdono a mí mismo. Me libero del pasado; soy libre para un futuro luminoso

Aclaro mis pensamientos y actúo de acuerdo con ellos. El Supremo me muestra siempre el mejor camino para mí.

Me abro a la vida y estoy dispuesto a Experimentarla, a sentir con toda confianza.

Agradezco la generosidad de la vida conmigo, soy Bienaventurado.

Con Amor perdono y libero todo el pasado, elijo llenar mi mundo de alegría, me amo y me apruebo.

Libero el pasado y dejo que el tiempo cure todos los aspectos de mi vida.

Declaro la paz, y la armonía en mi interior y en mi entorno, todo esta bien.

La vida me ama, me nutre y me apoya, estoy a salvo viviendo.

El amor relaja y deja marchar todo lo bueno se le parece.

Problema: **Cabeza, dolores de** (migrañas)

Causa Mental: invalidación de uno mismo, autocrítica, miedo

**Afirmación: me amo y me apruebo, con los ojos del amor me veo a mí y veo todo lo que hago, estoy a salvo.**

Problema: **caderas** (problemas).

Causa Mental: miedo a tomar decisiones importantes, no hay hacia donde avanzar, transportan el cuerpo en perfecto equilibrio, principal empuje para avanzar

Afirmación: cada día avanzo con júbilo, soy un ser equilibrado y libre.

**Afirmación: estoy en perfecto equilibrio, a toda edad avanzo por la vida con alegría y soltura**

Problema: **Calambres**

Causa Mental: tensión y miedo, aferramiento, sujeción.

**Afirmación: me relajo y a quito mi mente**

Problema: **arterias**

Causa probable: Portadoras del júbilo de vivir

**Afirmación: Estoy rebotante de alegría, la alegría emana de mi con cada latido de mi corazón.**



Problema: **arterosclerosis.**

Causa probable: resistencia cambios en la orientación de la vida y la facilidad o dificultad con que se realizan.

**Afirmación: cambio con soltura y tranquilidad, la sabiduría divina guía mi vida y avanza siempre en la mejor dirección.**

Problema: **articulaciones.**

Causa probable: representan cambios en la orientación de la vida y la facilidad o dificultad con que se realizan

**Afirmación: Cambio con soltura y tranquilidad, la sabiduría divina guía mi vida y avanza, siempre en la mejor dirección.**

Problema: **artritis**

Causa probable: sensación de no ser amado, actitud de crítica, resentimiento

**Afirmación: soy amor, ahora elijo, amarme y aprobarme, contemplo a los demás con amor.**

Problema: **artritis reumatoide.**

Causa probable: fuerte crítica a la autoridad, sensación de ser explotado.

**Afirmación: yo soy mi propia autoridad, me amo y apruebo, la vida es estupenda.**

Problema: **asfixia, ataques de**

Causa probable: temor, falta de confianza en el proceso de la vida, estancamiento en la infancia

**Afirmación: el mundo es seguro confío en la vida estoy a salvo creciendo**

Problema: **Asma**

Causa probable: sofocamiento del amor, incapacidad de respirar solo, sensación de ahogo, llanto reprimido

**Afirmación: con confianza puedo responsabilizarme de mi propia vida, escojo ser libre,.**

Problema: **asma en los niños y bebés**

Causa probable: temor a la vida, deseo de no estar aquí

**Afirmación: este niño, es recibido con amor, y alegría, este niño se encuentra seguro y a salvo, está rodeado de Amor**

Problema: **Anemia**

Causa Probable: Actitud de "si , pero", falta de alegría, miedo a la vida, sentimiento de no valer lo suficiente.

**Afirmación: Confiadamente puedo experimentar alegría en todos los ámbitos de mi vida, amo la vida**

Problema: **Anemia de células falciformes**

Causa Probable: La idea de no valer lo suficiente, destruye la alegría de vivir.

**Afirmación: Este niño, vive respira el júbilo de vivir, se nutre de amor, Dios hace milagros todos los días.**

Problema: **Anginas (amigdalitis, garganta)**

Causa Probable: fuerte creencia en la propia incapacidad de hacerse valer, y pedir lo que se necesita

**Afirmación: Es mi derecho satisfacer mis necesidades, con facilidad y amor pido lo que necesito**

Problema: **Angustia**

Causa Probable: Falta de confianza en el flujo y proceso de la vida.

**Afirmación: me amo y me apruebo, confío en el proceso de la vida, esto ya salvo.**

Problema: Problema: **Ano**

Causa Probable: zona de liberación de desechos

Afirmación: con facilidad me libero de todo lo que ya no necesito en la vida.

**Ano, hemorroides**

Causa Probable: miedo a los plazos establecidos, rabia por el pasado, temor a aflojarse, sensación de carga.

**Afirmación: Libero todo lo que no sea amor, hay tiempo y espacio para todo lo que deseo hacer.**

Problema: **Ano, Absceso de**

Causa Probable: cólera relacionada con aquello que no se quiere soltar.

**Afirmación: Puedo desprenderme con confianza, de mi cuerpo solo sale lo que ya no necesito.**

Problema: **Ano, Comezón o prurito de**

Causa Probable: culpa por el pasado, remordimiento

Afirmación: **Me perdono con Amor, soy libre**

Problema: **Ano, Dolor de**

Causa Probable: Culpa deseo de castigo, "no valgo"

**Afirmación: El pasado ya ha pasado, elijo amarme y aprobarme en el presente.**

Problema: **Ano, fistula de**

Causa probable: liberación incompleta de desechos, aferrarse a las basuras del pasado.

**Afirmación: Con amor me libero totalmente del pasado, soy libre, soy Amor**

Problema: **Ano, Hemorragia de (hematoquecia)**

Causa Probable: Rabia y frustración

**Afirmación: confío en el proceso de la vida, en mi vida solo tiene lugar la buena y recta acción.**

Debes tener la certeza de que el universo se esta haciendo cargo de llevarlo a cabo.

Mi vida está llena de abundancia.

Me hago cargo de todas mis necesidades.

Hago todo lo que dije que haría.



## **El hígado y la ira, según la Medicina Tradicional China**

El hígado juega un gran papel en el estado inmunológico, metabolizando los dulces y las grasas y limpiando la sangre que viene de los intestinos. Incide mucho en nuestras emociones. La Medicina Tradicional China dice que el hígado es la sede del odio, un odio dirigido a ciertas personas y cosas.

Un hígado que funciona mal puede ser causa de drogadicción, adicción a las comidas, al alcohol. Un hígado perezoso o defectuoso nos hace ver lo negativo en todo. Este órgano es un dador de vida, es capaz de renovar su propio tejido, puede afectar a los niveles internos de conciencia y entonces perdemos nuestro rumbo y propósito de vida.

La Medicina Tradicional China dice que el hígado almacena la ira que proviene de los tóxicos, para ser eliminados después. Si no limpiamos nuestro hígado nos veremos rabiosos, todo lo negativo nos llega, vemos todo lo negativo en las personas y en las

cosas, perdemos la oportunidad de ver los tesoros y las piedras preciosas de las personas, de las cosas y de la Naturaleza. Un hígado intoxicado da a la persona odio, frustración, incompetencia, ansia de poder, lo aleja de Dios, le trastorna la conciencia, pierde su propósito y su dirección y entonces hacemos lo que no debemos.

El enojo, sentimiento que en nuestro "yo corporal" se localiza en el hígado, un órgano que para la filosofía china es dominante en primavera y tiene como elemento la madera, con la bondad como su contraparte.

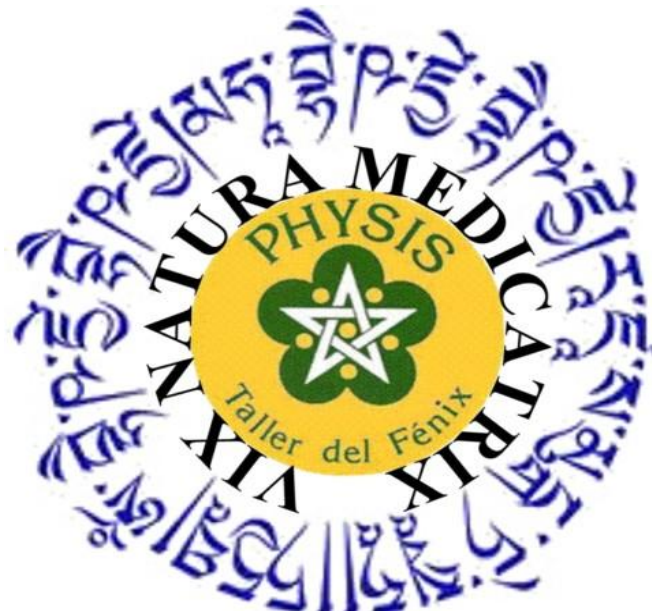
Dos son los aspectos que aloja el hígado en la esfera emocional, en el negativo está la ira(enojo en extremo) y en el positivo la amabilidad (bondad).

Cuando vivimos en armonía, estos dos aspectos se fusionan creando una situación de mayor equilibrio y nos permite estar motivados, bien organizados, de trato fácil. Nuestra madera es firme y flexible como el bambú. Si falta la armonía prevalecerá la tensión y en nuestro ánimo habrá frustración, enojo y rigidez. Podremos ser fuertes como un roble pero al carecer de flexibilidad podemos quebrarnos con facilidad.

La medicina convencional o alopática dice que el carcinoma hepatocelular es responsable de la mayoría de los cánceres del hígado. Este tipo de cáncer es más frecuente en los hombres que en las mujeres y generalmente se observa en personas entre los 50 y los 60 años de edad.

El pronóstico usual es poco alentador, dado que sólo del 10 al 20% de los carcinomas hepatocelulares se pueden extirpar completamente con cirugía.

Si el cáncer no se puede extirpar por completo, la enfermedad generalmente es mortal al cabo de 3 a 6 meses. Sin embargo, la supervivencia puede variar y, ocasionalmente, las personas sobreviven por mucho más de 6 meses.



## EL SISTEMA SIMPÁTICO Y LAS VIRTUDES HUMANAS

En el estudio sobre la relación de los pies con el plexo solar, ya habíamos comentado que el Sistema Simpático estaba compuesto por unos centros escalonados a lo largo de la columna vertebral, y una serie de nervios y ganglios comunicados entre sí por filamentos, llamados plexos, como el plexo Solar.

Los ganglios del Sistema simpático son:

3 pares de ganglios intracraneales, en el trayecto del nervio trigémino-

3 pares de ganglios cervicales, en relación con el corazón-

12 pares de ganglios dorsales, en relación con los pulmones y el plexo solar-

4 pares de ganglios lumbares que se relacionan, a través del plexo solar con el estómago, el intestino delgado, el hígado, el páncreas y los riñones-

y 4 pares de ganglios sacros, relacionados con el recto, los órganos genitales y la vesícula-

El Sistema Simpático regula los mecanismos de la digestión, la respiración, la circulación y la excreción. Todos ellos tienen lugar en nosotros sin que seamos conscientes. Hoy se sabe que el sistema Simpático está íntimamente relacionado con el cerebro, cosa que se ignoró por mucho tiempo, a pesar de que los iniciados siempre lo supieron y estudiaron esta relación.

Estos 5 grupos de ganglios que mencionamos están relacionados, cada uno, con una virtud o energía: la pureza, la justicia, el amor, la sabiduría y la verdad.

La pureza está relacionada con los 4 pares de ganglios sacros, que constituyen la base de la cadena de los ganglios, porque la pureza, es la base, el fundamento-

La justicia corresponde a los 4 pares de ganglios lumbares, en relación con todos los órganos de la digestión. Cuando el hombre no sabe alimentarse correctamente, el equilibrio se rompe, y los problemas que de ello se deriven, revelan que la justicia tiene siempre la función de establecer el orden.

El Amor está relacionado con los 12 pares de ganglios dorsales. El Amor es una fuerza que nos dilata, (dilatación la encontramos también en la respiración) que nos conecta con todos los seres, con todo el universo, resumido en las doce constelaciones del zodiaco.

La sabiduría está relacionada con los 3 pares de ganglios cervicales, porque la verdadera sabiduría viene del corazón.

La Verdad está relacionada con los 3 pares de ganglios intracraneales, porque la Verdad está por encima de todo, es lo más alto, la meta a alcanzar.

La verdad, la sabiduría, el amor, la justicia y la pureza, nos ponen en contacto con todas las Fuerzas armoniosas del Universo.

Cada virtud...mejora el funcionamiento de los ganglios y de los órganos con los que están relacionados, lo mismo que cada falta a éstas virtudes, perturba éste funcionamiento.

Existe una conexión estrecha entre los estados psíquicos y los físicos. Cuando estamos tristes, por ejemplo, esto actúa sobre las vías ganglionares, que al tener un papel vaso constrictor, empiezan a contraer el sistema arterial. Entonces nos sentimos pobres, aislados , abandonados. No es así, pero esa es la impresión que sentimos. Ésta contracción provocada por la tristeza, obstaculiza la circulación de la sangre, y por consiguiente, la digestión, la respiración, etc. Por el contrario, la alegría y el amor, dilatan las arterias, permitiendo que la sangre circule correctamente.

Comencemos ahora a considerar la maravilla de integración que existe en todo...y reflexionemos no solo en la energía que está relacionada con cada ganglio...sino que diagnostiquemos con discernimiento la virtud que tenemos un poco relegada, según tengamos bloqueos ,dolores ,etc en la región correspondiente .Nuestro cuerpo es un mapa muy efectivo...y nuestra guía interior, nos dará las herramientas necesarias para encontrar el mejor camino para nuestras energías..que tienen que fluir, como el AMOR.



## **LA COMPASIÓN**

### **UNA FUERZA DE LA NATURALEZA Y UNA EXPERIENCIA HUMANA**

La claridad de la respuesta del abad me hizo tambalear. Sus palabras hacían eco a las ideas que han sido registradas en las antiguas tradiciones gnósticas y cristianas desde hace 2,000 años. Para que nuestras oraciones sean respondidas, debemos trascender la duda que a menudo acompaña la naturaleza positiva de nuestros deseos.

Siguiendo una breve enseñanza para superar dichas polaridades, las palabras de Jesús registradas en la biblioteca Nag Hammadi nos recuerdan el poder de nuestras órdenes. En palabras que a estas alturas deberían sonarnos familiares, nos recuerdan que cuando le decimos a una montaña: "'Muévete,' se moverá."

Por medio de la claridad de sus palabras, el abad respondió al misterio de qué era lo que estaban haciendo los monjes y las monjas en sus oraciones: estaban hablando el lenguaje cuántico de las emociones y los sentimientos, un lenguaje sin palabras ni expresiones exteriores.

En 2005, tuve la oportunidad de visitar de nuevo los monasterios del Tíbet por un total de 37 días. Durante la jornada, nuestro grupo se enteró de que el abad que había compartido el secreto del sentimiento conmigo en 1998, había muerto. Aunque las circunstancias nunca quedaron completamente claras, nos enteramos sencillamente de que ya no estaba en este mundo. Aunque no habíamos conocido antes al hombre que tomó su lugar, cuando escuchó que habíamos regresado, nos dio la bienvenida y nos permitió continuar la conversación que había comenzado en 1998.

En otra mañana helada del Tíbet, en una capilla distinta, nos encontramos cara a cara con el nuevo abad del monasterio. Sólo minutos antes, nos habían llevado a través del pasaje sinuoso empedrado que nos condujo a su diminuta, fría y poco iluminada habitación, en total oscuridad. Sentíamos cada paso sobre el piso peligrosamente resbaladizo por años de verter mantequilla de yac sobre la superficie.

Fue en esta antigua habitación fría, llena del aire de las montañas, anidada en el corazón de ese monasterio, que le formulé a este nuevo abad mis preguntas para proseguir con el tema: "¿Qué nos conecta mutuamente, con nuestro mundo y con el universo? ¿Cuál es la 'materia' que transporta nuestras oraciones fuera de nuestros cuerpos y mantiene el mundo unido?" El abad me miró directamente a los ojos mientras nuestro traductor repetía mi pregunta en tibetano.

De forma instintiva, le eché una mirada al guía, quien había sido nuestro intermediario durante toda la conversación. Yo no estaba preparado para la traducción que escuché de regreso. "La compasión," dijo. "El geshe [gran maestro] dice que la compasión es lo que nos conecta."

"¿Cómo puede ser eso?" pregunté, buscando claridad en lo que estaba escuchando.

"¿Está describiendo la compasión como una fuerza de la naturaleza o como una experiencia emocional?"

De repente, se desató una acalorada conversación cuando el traductor le formuló mi pregunta al abad.

"La compasión es lo que conecta todas las cosas" fue su respuesta final. ¡Y eso es todo! Después de casi diez minutos de un diálogo intenso que involucraba los elementos más profundos del budismo tibetano, ¡lo único que escuché fueron esas nueve palabras!

Unos días después, me encontré entablado en la misma conversación de nuevo, haciendo exactamente la misma pregunta a un monje de alto rango en otro monasterio. En vez de la formalidad que experimentamos en la presencia del abad, estábamos más bien en la minúscula celda del monje, en donde él comía, dormía, oraba y estudiaba cuando no estaba en el gran salón de cánticos.

A estas alturas, nuestro traductor ya se había familiarizado con la forma en que yo hacía las preguntas y lo que estaba tratando de entender. Cuando nos acuclillamos alrededor de las lámparas de mantequilla de yac en la habitación en penumbra, observé el techo muy bajo.

Estaba cubierto del tizne negro de años y años de quemar las mismas lámparas con el fin de recibir luz y calor en el exacto lugar en donde nos encontrábamos aquella tarde.

De la misma manera que le había formulado la pregunta al abad sólo unos días antes, le dije (por medio del traductor) al monje: "¿Es la compasión una fuerza de creación o es una experiencia?" Sus ojos se dirigieron hacia el mismo lugar en el techo a donde yo había mirado unos segundos antes. Dando un profundo suspiro, pensó por un momento, recolectando la sabiduría que había acumulado desde que había entrado al monasterio a la edad de ocho años. (Parecía estar entre los veinte y los treinta años ahora.)

De repente, bajó la mirada, me miró y me respondió. La respuesta era corta, poderosa y tenía muchísimo sentido. "Es ambas cosas," fueron las palabras que el monje me respondió. "La compasión es a la vez una fuerza del universo y una experiencia humana."

En ese día, en la celda de un monje a medio mundo de distancia, a cerca de 4,500 metros sobre el nivel del mar y a horas de distancia del pueblo más cercano, escuché las palabras de una sabiduría que siendo tan simple, muchas tradiciones occidentales han pasado por alto hasta el día de hoy. El monje acababa de compartir el secreto de lo que nos conecta a todos en el universo, así como la cualidad que hace que nuestros sentimientos y emociones sean tan poderosos: son uno y lo mismo.

## **NO SE TRATA DE CUALQUIER SENTIMIENTO**

Traducciones recientes de antiguas oraciones inscritas en arameo, el lenguaje de los esenios (los escribas de los Rollos del Mar Muerto), parecen apoyar la idea precisamente de lo que el monje estaba compartiendo, como los secretos de hacer que algo se haga realidad.

Estas nuevas interpretaciones también ofrecen pistas respecto a por qué dichas instrucciones parecen ser tan vagas. Al traducir de nuevo los documentos originales del Antiguo Testamento, es claro que se tomaron inmensas libertades con el paso de los siglos respecto a las palabras y a las intenciones de los antiguos autores. Como dice el refrán, "mucho se perdió en la traducción."

Por ejemplo, relatando nuestra habilidad de participar en los eventos de la vida, la salud y la familia, una comparación de la versión moderna bíblica de "Pedid y se os dará," con su texto original, nos da una idea de lo mucho que puede haberse perdido. La versión moderna y condensada de la Biblia dice:



"En verdad os digo: todo lo que pidáis al Padre en mi Nombre, Él os los dará. Hasta ahora no habéis pedido nada invocando mi Nombre: pedid y se os dará, y vuestro gozo será completo. "

(Juan 16: 2-24)

Cuando comparamos esto con el texto original, vemos que la clave quedó fuera del texto. En el siguiente párrafo, he marcado entre corchetes [ -- ] la parte faltante.

"Todas las cosas que vosotros pedís recta y directamente al Padre...desde el interior en Mi nombre, se os darán.

Hasta ahora no lo habéis hecho...

[ Pedid entonces sin motivaciones escondidas y estaréis rodeados por vuestras respuestas. ]

[Envolveros en vuestros deseos, pues vuestro gozo será pleno. ] "

Con estas palabras, recordamos los principios cuánticos que nos dicen que el sentimiento es un lenguaje para dirigir y enfocar nuestra conciencia. Es un estado del ser en el que estamos, en vez de algo que hacemos a cierta hora del día.

Aunque es obvio que la emoción es el lenguaje que reconoce la Matriz Divina, también es aparente que no se trata de cualquier sentimiento. Si así fuera, el mundo sería un lugar muy confuso, en donde la idea de una persona quedaría imbricada con el concepto muy distinto de la otra. El monje afirmó que la compasión es tanto una fuerza de la creación como la experiencia que hace que podamos tener acceso a ella. Los elementos más profundos de la enseñanza sugieren que con el fin de lograr la compasión, debemos considerar una circunstancia sin una fuerte expectativa sobre lo correcto o lo incorrecto del resultado de esa situación. En otras palabras, debemos percibirla sin juicios ni ego. Y parece ser que precisamente esta cualidad de la emoción es la clave para hablar con la Matriz Divina de forma que sea significativa y efectiva.

Como sugiere el físico Amit Goswami, se necesita más que un estado normal de la conciencia para hacer que una posibilidad cuántica se convierta en una realidad presente.

De hecho, para hacer esto, indica que debemos estar en lo que describe como un "estado no ordinario de la conciencia."

Para llegar a este punto, la traducción del arameo afirma que debemos "pedir sin motivaciones escondidas." Otra forma de aclarar esta parte tan importante de la instrucción, es decir en palabras modernas, que debemos tomar nuestras decisiones desde un deseo que no esté basado en nuestro ego. El gran secreto para atraer a nuestra realidad presente el enfoque de nuestra imaginación, creencias, curaciones y paz, es que debemos hacerlo sin un fuerte apego al resultado de nuestro agrado. En otras palabras, nos invitan a orar sin juicio alguno sobre lo que debería o no debería estar ocurriendo. Clave 10: No se trata de cualquier sentimiento. Para que podamos crear, los sentimientos deben ser carentes de ego y juicio.

Quizá una de las mejores descripciones de cómo experimentar este lugar de neutralidad, lo encontramos en la obra del gran poeta sufí Rumi. Con palabras sencillas, pero poderosas, nos dice: "Más allá de las ideas sobre lo que es correcto o incorrecto, existe un campo. Ahí me reuniré contigo."

¿Con qué frecuencia podemos decir que estamos de verdad en el campo del no juicio de Rumi en cualquier momento de nuestras vidas, especialmente cuando el destino de uno de nuestros seres queridos está en juego? No obstante, ésta parece ser precisamente la lección más grandiosa de nuestro poder, el mayor reto de nuestras vidas, y la inmensa ironía de nuestra habilidad de crear en un universo participante.

Parece ser que cuan mayor sea nuestro deseo de cambiar nuestro mundo, más esquivo es nuestro poder para lograrlo. Esto ocurre porque lo que deseamos está a menudo basado en el ego. Si no fuera así, el cambio no tendría tal significado para nosotros. No obstante, cuando maduramos hacia el estado de conciencia en donde sabemos que podemos alterar nuestra realidad, parece ser que se convierte en cada vez menos importante para nosotros hacerlo.

Semejante a como cuando deseamos tener un auto, por ejemplo, y luego al tenerlo el deseo languidece, al tener la habilidad de obrar milagros de sanación y paz, desaparece la urgencia por hacer que estos ocurran. Esto puede ser porque cuando sabemos que podemos cambiar las cosas, llega la aceptación del mundo tal como es.

Es esta libertad de poseer el poder sin adjudicarle tanta importancia, lo que nos permite ser todavía más efectivos en nuestras oraciones. Y aquí puede yacer la respuesta a la pregunta que formulan todos aquellos que han meditado, entonado cánticos, recitado el OM, danzado y orado por la recuperación de sus seres amados.

A pesar de que sin duda alguna, todos estos actos estaban basados en buenas intenciones, a menudo involucraban un profundo apego a la curación de nuestros seres queridos.

Conllevaban la creencia de que era necesaria una recuperación milagrosa.

Y si la sanación tenía que ocurrir, implicaba que todavía no había sido llevada a cabo, si así fuera, no lo estaríamos pidiendo en nuestras oraciones. Es como si al desear el resultado de la curación, los esfuerzos por crearla estuvieran reforzando la realidad de que la enfermedad estaba presente. Esto nos lleva a la segunda parte de la antigua instrucción, algo que es menudo pasado por alto en nuestro intento de atraer milagros en nuestras vidas.

La siguiente parte de la traducción nos invita a "rodearnos" de nuestra respuesta y a "envolvernos" con nuestro deseo para que nuestro gozo ocurra. Este pasaje nos recuerda, en palabras precisamente, lo que los experimentos y las antiguas tradiciones sugieren en su sabiduría compartida. Debemos, primero, tener en nuestros corazones el sentimiento de sanación, abundancia, paz y las respuestas a nuestras oraciones de bienestar como si ya hubieran ocurrido, antes de que puedan convertirse en realidad en nuestras vidas.

En el pasaje, Jesús sugiere que aquellos a quienes él les habla, todavía no lo han hecho. Al igual que mis amigos con la poderosa medicina de oración y buenas intenciones, aunque hayan creído que estaban pidiendo que sus oraciones fueran respondidas, si su solicitud eran simplemente las palabras: Por favor, permite que se realice esta curación, dice Jesús que éste no es el lenguaje que reconoce el campo universal de la Matriz Divina. Él les recuerda a sus discípulos que deben "hablar" con el universo de manera significativa.

Cuando sentimos que estamos rodeados por la sanación de nuestros seres amados y envueltos en la paz de nuestro mundo, estamos usando el lenguaje y el código que abre las puertas a todas las posibilidades.

Con este sentimiento, pasamos de la perspectiva que sospecha que estamos simplemente experimentando lo que sea que llega a nuestras vidas, a la perspectiva de que sabemos que somos parte de todo lo que es. Por consiguiente, creamos un giro en la energía que puede describirse como el clásico "salto cuántico." De forma muy parecida a como el electrón de un átomo salta de un nivel de energía a otro, sin moverse a través de los espacios intermedios, cuando sabemos realmente que estamos hablando el lenguaje cuántico de nuestra elección y no simplemente pensando en lo podría ser, estamos en otro estado de conciencia. Es este estado el que se convierte en el espacio puro en donde comienzan los sueños, las oraciones y los milagros.



## **El poder de la amabilidad.**

Una pequeña historia china acerca de esta virtud humana.

Los Cielos otorgaron a la humanidad un sentido de virtud o consciencia.

Es la parte más bella de la esencia de la vida humana. Le permite a los seres humanos mantener un corazón de amabilidad y continuamente elevar su moralidad – es la cualidad humana más importante por la que se debe luchar.

Un verdadero caballero le gusta leer libros buenos y hacer obras buenas. También promueve la amabilidad y anima a otros para que sean buenos.

Él es capaz de inducir y ayudar a otros a despertar a la importancia de la bondad, trayendo de ese modo paz y prosperidad al mundo de acuerdo a los principios rectos del Cielo.

El verdadero caballero es uno que trata a otros con bondad

Así hay un antiguo dicho: **“El verdadero caballero es uno que trata a otros con bondad”**.

Hay muchos cuentos de los antiguos ofreciendo amables consejos a otros. Un cuento es sobre un hombre llamado Wu Qianjin de la Dinastía Ming (A.D. 1368 – 1644).

Wu era un hombre fuerte y agresivo que practicaba las artes marciales. Si alguien se le atravesaba, él inmediatamente se desquitaba con puños. Les arrebató a otros sus propiedades y dinero a voluntad y todo el mundo le temía.

Un día caluroso, ascendió a una terraza para refrescarse. Ya había varias personas en la terraza. Cuando vieron a Wu, todos estaban aterrorizados y huyeron, excepto por un solo caballero anciano.

Wu le dijo al anciano en un tono amenazante, “Todos han huido. Solo tú no te has movido. ¿Acaso no crees que mi habilidad en las artes marciales es formidable?”

### **Consejo Amable**

“Estás perdido y no caes en la cuenta de los errores de tu proceder”, contestó el anciano.

“Tus padres te criaron, esperando que te convirtieras en una persona que beneficia a su país. Pero como un experto de las artes marciales, no das ningún pensamiento en cómo contribuir a tu país. En vez, estás resignado a ser un patotero. El país tiene de menos una talentosa persona. ¡Qué pesar!”.

Wu se sintió muy avergonzado.

“Todos dicen que soy una mala persona, así que yo también me considero malo. Tus buenas palabras hoy son como los sonidos de las campanas mañaneras y los tambores nocturnos, que de repente me despertaron”, dijo llorando.

“Pero he sido malo durante tanto tiempo. Como una luna eclipsada que ya es difícil volver a estar redonda, aunque yo quisiera enmendar mi vida. ¿Podré convertirme en un verdadero caballero?”

El viejo contestó “Si de verdad cambias tu corazón y mente y cultivas tu carácter para ser una persona buena, ¿cómo no vas a poder triunfar?”

Desde ese momento Wu Qianjin cambió sus costumbres. Comenzó a servirle a su país y luego se convirtió en mariscal delegado del ejército. Era muy respetado y apreciado por su mando profesional y amor hacia la comunidad.

## **Cambiando el corazón de las personas**

Hay un dicho antiguo: "Es humano errar, pero no hay mayor virtud que el de uno corregir sus errores".

El poder de la amabilidad es enorme, porque es omnipresente y es capaz de cambiar el corazón

Cuando uno enseña con virtud y trabaja para lograr cambios con amabilidad, uno puede inspirar a otros a reflexionar sobre el verdadero significado de la vida y otros asuntos morales, tales como, cómo cuidar y amar a los demás en vez de estar perdido en deseos y propios intereses.

El poder de la amabilidad es enorme, porque es omnipresente y es capaz de cambiar el corazón de una persona desde su propio centro.

La amabilidad puede guiar a otros en su búsqueda y práctica de la verdad, llevarlos de nuevo a la consciencia de tomar decisiones buenas y justas, y disolver todo lo que no sea virtuoso.



## MOSTRAR APRECIO...

### Prácticas para el nuevo milenio

Dalai Lama

#### La práctica:

1. Pase 5 minutos al comienzo de cada día recordando que todos queremos las mismas cosas (ser felices y ser amados) y que todos estamos conectados unos con otros.
2. Pase 5 minutos en respiración consciente, al inhalar envíe aprecio a sí mismo, y al exhalar, envíe aprecio a los demás. Si piensa en las personas con las que tiene dificultades, extiéndales su aprecio de todos modos.
3. Practique irradiar aprecio a los más simples, en su trabajo (secretarios, asistentes, etc), en la calle u otro lugar (desposeídos, enfermos) o a la gente que no le agrada.
4. Continuar con esta práctica, no importa lo que pase o lo que alguien le haga.

Estos pensamientos son muy simples, inspiradores y útiles.

La práctica de apreciar a los demás se torna muy profunda si se hace en silencio, lo que permite sentir el amor y el aprecio que ya existe en su corazón.

## CUATRO FORMA DE TOLERANCIA...

La mayor fuerza de la humanidad no consiste en armas de fuego, puños, ni en un poderío militar, sino en la capacidad de tolerancia. Todo tipo de fuerza debe inclinarse delante de quien tolera.

Hay cuatro principios para la tolerancia:

### **1. No responder a las blasfemias**

Cuando somos insultados, provocados o acusados injustamente debemos responder con el silencio. Si respondemos de la misma forma cuando somos víctimas de la blasfemia, nos igualamos con aquellos que nos insultan, rebajando nuestro nivel. Si nos mantenemos en silencio usándolo como arma contra las blasfemias, evocando la conciencia de quien las pronunció, esta fuerza es, naturalmente, mayor.

### **2. Mantenerse calmo frente a los infortunios**

Cuando nos encontramos con personas que nos quieren incomodar derrumbar u oprimir, debemos enfrentarlas con calma, evitando cualquier confrontación. No responder con un puñetazo cuando se recibe uno, ni responder con un puntapié cuando se recibe otro, pues de esta confrontación nadie sale vencedor. Si la intención es buscar venganza de un odio momentáneo, no alcanzará el éxito de grandes hazañas.

### **3. Compasión frente a la envidia y el odio**

Frente a la envidia y el odio de otros no debemos responder igualmente con odio y envidia, sino con corazón abierto y alma compasiva, ofrecer nuestra amistad y mostrarles nuestra intención pacífica, demostrando así, con educación, nuestra superioridad.

### **4. Gratitud frente a las difamaciones**

Si alguien lo insulta y difama, no se enoje con quien lo provocó, sino acuérdesse de los beneficios que esa persona le proporcionó en el pasado y sea agradecido por eso. Principalmente, no se olvide de que en el fango más inmundo crece la impecable flor de loto. Cuanto más oscuro es el lugar, mayor es la necesidad de mantener encendida la luz del alma. Por lo tanto, ante las difamaciones, aquellos que nos difaman deben ser influenciados con ética, compasión y misericordia; solamente así la superaremos, con moralidad y tolerancia.

El verdadero vencedor tiene la fuerza de la tolerancia y el coraje de asumirla frente a los insultos, opresiones.

Una vez le preguntaron a Buda que es lo que a él más le sorprendía de la humanidad, y respondió:

**"... Los hombres, que pierden la salud para juntar dinero,  
y luego pierden el dinero para recuperar la salud  
y por pensar ansiosamente en el futuro,  
olvidan el presente de tal forma, que acaban por no vivir  
ni el presente ni el futuro, viven como si nunca fuesen a morir,  
y mueren como si nunca hubiesen vivido..."**

Dalai Lama



*"Si alguna vez no te dan la  
sonrisa esperada, sé generoso y da  
la tuya. Porque nadie tiene  
tanta necesidad de una sonrisa,  
como aquel que no sabe  
sonreír a los demás."*



## ALGO SOBRE EL PRINCIPIO DE VIBRACIÓN

Hemos aprendido anteriormente que "Dios crea todo a partir de su Mente".

Nosotros, creados a Su Imagen y Semejanza, hacemos lo mismo.

Por lo tanto, llegamos a la conclusión de que vivimos en un Universo mental: "Aquello que llegamos a Creer es lo que se manifiesta en nuestra vida".

La mente humana está dividida básicamente en dos partes: la Consciente y la Inconsciente. La última es la depositaria de todas nuestras programaciones y recuerdos; mientras que en la primera radica todo nuestro Poder de Decisión.

La Mente Consciente es la que se encuentra conectada con el Espíritu. Solamente al ser consciente de lo que vives lo puedes cambiar. La Mente Subconsciente es la equivalente al Alma; es el gran archivo de las experiencias de esta vida y de las anteriores.

Finalmente, tenemos nuestro Cuerpo Físico, que es el vehículo principal para vivir las experiencias en este plano.

Aprendimos que existe una correspondencia entre lo que vivimos por fuera y lo que llevamos adentro; que la realidad no es más que un espejo de nuestro interior. Esto significa que si vivimos un caos, sin amor, con problemas económicos, o enfermos, es porque existe una idea o programación que nos lleva a elegir eso.

A partir de esta unidad, vamos a dar un paso adelante y estudiaremos una de las maneras de producir cambios profundos en nuestra realidad.

Textualmente, el Principio de Vibración dice lo siguiente: "Nada está inmóvil, todo se mueve, todo vibra".

Esto significa que en el Universo donde vivimos no existe nada que sea totalmente firme o estable. Todo se encuentra en un continuo movimiento, una continua vibración y transformación. Cada parte del Universo tiende a transformarse en algo mejor, evoluciona hacia un nuevo nivel de existencia.

En nuestro orden personal, la vida nos empuja siempre a vivir de una manera mejor. Las crisis aparecen cuando permanecemos rígidos o inflexibles en una posición. Cuanto más cerrados estemos en una posición o idea, más fuerte será el esfuerzo que hará el Universo para movernos de allí. Por eso es que la gente sufre fuertes crisis y luego cambia. Algunas personas necesitan pasar por enfermedades, accidentes o pérdidas para darse cuenta del valor que tienen ciertas personas o su propia vida. Hay otras personas que caen en la inercia y no toman decisiones; cuando eso ocurre, el Universo mismo toma las decisiones por ellos. De acuerdo con el Principio de Vibración "debemos aprender a prepararnos para los cambios en la vida". Según este principio, si tiendes a aferrarte a una vivienda, una pareja, un trabajo, una amistad, o a cualquier objeto que te dé seguridad, lo más probable es que tarde o temprano sufras. ¿Por qué? Porque en el Universo no existe nada que se encuentre inmóvil.

Esto no significa que tendrás que quedarte sin vivienda, familia, trabajo o pareja; sino que lo que hoy estás viviendo no se repetirá en el futuro. No hay manera posible de repetir el pasado. Existen parejas que, después de haberse separado, deciden volver a estar juntos con la intención de ser como antes. Esto es un camino seguro a la



frustración. Es posible que la reconciliación los lleve a vivir una mejor relación que la del pasado, pero nunca igual.

Este principio hermético nos enseña que cada objeto que vemos está compuesto de millones de átomos. Estos átomos se encuentran formados por partículas que giran a grandes velocidades alrededor de un núcleo.

Podemos decir que existen dos formas extremas de vibración: una baja, que corresponde a la materia y otra alta, que pertenece al terreno del Espíritu.

Cuando la vibración es muy baja, decimos que la materia está en reposo, permanece inerte para nuestros sentidos y parece sólida. Sin embargo, la materia está compuesta de millones de átomos que se encuentran en pleno movimiento y transformación. Por otra parte, cuando la vibración es muy alta, llegamos al extremo del Espíritu y decimos también que la materia está en reposo. Aquí la materia vibra en una frecuencia tan alta que nos da la sensación de que tampoco tiene movimiento.

Para entender mejor este concepto, imagínate las paletas de un ventilador. Cuando el ventilador está sin funcionar puedes percibir claramente sus partes, que están en reposo. Cuando pones en marcha el aparato, y especialmente a altas velocidades, las paletas giran tan rápidamente que parecen desaparecer e, incluso, puedes ver a través de ellas. Aquí también decimos que la materia está en reposo porque pareciera no existir. Este es el nivel del Espíritu. El eslabón entre la materia y el Espíritu es el éter.

Los órganos de nuestro cuerpo físico están formados por células, que, en última instancia, están compuestas de átomos. Por lo tanto, aquello que percibimos como un cuerpo sólido no es tan sólido. Nuestro cuerpo físico está formado por un 99,999% de espacio vacío, y solamente 0,001% de materia; este último porcentaje, según la Física Cuántica, es también espacio vacío. La Física Cuántica es la que estudia el comportamiento del átomo. Ella nos enseña que nuestro cuerpo físico se encuentra continuamente intercambiando átomos con el medio. Al inhalar aire tomamos los átomos con el medio. Al exhalar tomamos los átomos del entorno; al exhalar devolvemos átomos de nuestro propio cuerpo físico.

Literalmente, cuando ingresamos en un lugar, empezamos a absorber parte de ese lugar. Por eso es que algunos lugares nos llenan de energía positiva o todo lo contrario. Los lugares de la naturaleza como... playas, montañas, bosques, lagos y demás, están cargados de vibraciones positivas.

Cuando permanecemos en ellos, nuestro cuerpo físico se renueva con átomos de alta calidad. Por tal motivo, uno se regenera y se sana al estar en ese tipo de lugares. Por el contrario, cuando uno ha permanecido cierto tiempo en un lugar de vibraciones bajas o negativas, se siente contaminado. La recuperación no es inmediata y podemos permanecer hasta varios días sintiéndonos mal por las energías que hemos ingerido. Cada tres años, el cuerpo humano renueva completamente todos sus átomos, después de este tiempo, poseemos un modelo absolutamente nuevo de cuerpo físico. La pregunta inevitable es ¿qué hace que el cuerpo cambie o se deteriore?. Hay una sola respuesta... la Mente.

Lo que lleva a los átomos a agruparse y a producir cambios en tu cuerpo es la idea que gobierna tu propia mente. Si piensas que a los cincuenta años comienza la vejez de tu vida, tu cuerpo envejecerá. Por el contrario, si crees que a esa edad estás en tu mejor momento, entonces tu cuerpo responderá dándote vitalidad y entusiasmo. Cada uno de nosotros tiene su propio reloj biológico y éste determina cuándo comenzamos a envejecer.

De la misma manera, cada partícula de tu cuerpo físico está "escuchando" tu diálogo interno y responderá fielmente al mismo. Si tienes pensamientos felices, tu cuerpo reaccionará con energías positivas. Por el contrario, si te deprimes y sólo ves la vida de una manera muy negativa, lo más probable es que te enfermes. Las personas que tienen enfermedades crónicas son aquellas que tienen pensamientos "crónicos", cuando renuncian a los patrones de conducta antiguos y sus ideas más negativas... comienza su curación.

A pesar de que nuestro cuerpo se regenera constantemente, la razón de su deterioro es que creemos que eso necesariamente nos debe ocurrir. Existe una historia, un pasado, que sustenta esa creencia. Al creer en ese pasado, continuamos repitiendo la historia... No estamos solos con nuestros pensamientos; vivimos en una sociedad donde crecemos, aprendemos y nos desenvolvemos a diario. De ella tomamos una serie de ideas a veces muy positivas y otras, no tanto. Si pudieras levantarte mañana olvidándote completamente de tu pasado, tu cuerpo no envejecería. Si decidieras, por ejemplo, vivir doscientos años, todo tu cuerpo respondería a esta idea pero, primero, tendrías que convencerte a ti mismo de esa posibilidad. Tu cuerpo "escucha" tu diálogo interno y si tienes dudas, manifestará esas dudas. Recuerda que no son los pensamientos lo que se manifiestan sino las creencias. Si crees en la enfermedad, las células de tu sistema inmunológico bajarán sus armas y permitirán que contraigan alguna enfermedad. Por el contrario si crees que tu cuerpo físico es saludable y resistente, tu sistema inmunológico tomará esta idea como una orden y jamás te enfermarás.

Uno de los descubrimientos más interesantes de la Física Cuántica es que el resultado de cualquier experimento dependerá en gran medida del grado de expectativa de quien lo realiza. Antes se creía que si dos personas realizaban la misma prueba, con los mismos ingredientes y medidas, llegarían a obtener el mismo resultado. Ahora se sabe que los átomos se agrupan según su compatibilidad y responden a las expectativas del observador. Esta es la razón por la cual una persona puede tener la habilidad de cocinar una comida muy sabrosa y nadie puede imitarla, aún cuando los demás sigan todas sus indicaciones y utilicen los mismos ingredientes, el resultado nunca será el mismo. El resultado depende siempre de la expectativa del observador y de su interés personal en el experimento. De esto se deduce fácilmente que la comida más sabrosa será aquella que contenga como ingrediente principal mucho amor.

### **3. PRINCIPIO DE VIBRACIÓN (2da. Parte)**

#### **LAS VIBRACIONES MÁS POSITIVAS**

El cerebro humano está compuesto por millones de células llamadas "neuronas". Cuando una persona toma una decisión, las neuronas llevan el mensaje o la orden al resto del cuerpo físico para producir la acción. Por ejemplo, un individuo siente calor y decide aflojarse el cuello de la camisa y la corbata. Las neuronas transmiten la orden elegida a los músculos de las manos para realizar los movimientos necesarios. En apariencia, no existe ningún misterio en esto, sin embargo, lo hay. Los científicos se han preguntado ¿dónde está aquel que sintió calor y eligió aflojarse la camisa y la corbata?

A través de muchos experimentos, se ha descubierto el "mapa del cerebro", según el cual se conocen las actividades que desarrollan las distintas partes del cerebro y su relación con el cuerpo físico. Sin embargo, los investigadores no han encontrado jamás dónde está la parte que elige realizar un determinado movimiento. La conclusión a la que se ha llegado es asombrosa. La mente no está en el cuerpo. La Mente ocupa el cerebro físico pero no está en él. La Mente es más grande que todo el cuerpo físico y se encuentra en cada parte del mismo, no solamente en el cerebro. Cuando decimos "Me vino esta idea a la mente", estamos reafirmando la verdad científica de que las ideas provienen de otro lado.

Por el momento, debes entender que cada pensamiento que eliges pensar proviene de un espacio infinito, en el que existen también posibilidades infinitas, y tu ser hace una elección determinada en cada momento. Pero tu verdadero ser no es ninguno de tus pensamientos sino aquel que hace la elección.

Todo el Universo está compuesto básicamente de la misma sustancia y nosotros, a través de nuestra intención, podemos manejarla para manifestar la realidad que deseamos. De acuerdo con el Principio de Vibración, debemos ir creando la vibración necesaria para atraer la sustancia necesaria.

El Principio de Vibración nos enseña que "las energías iguales se atraen". Por eso vemos que los deportistas van a entrenar a un mismo lugar, al igual que los religiosos se reúnen en una iglesia, los intelectuales en una biblioteca, o los metafísicos en algún lugar de estudio. De esta manera, cada uno se rodea de gente y lugares que están vibrando en la misma frecuencia.

En el Universo existen tres niveles elementales de vibración: baja, media y alta. Son tres escalones con características propias. De acuerdo con nuestro nivel vibratorio personal, estamos ubicados en algunos de estos tres escalones y, como consecuencia, atraemos las cosas de dicho nivel. Es imposible atraer situaciones u objetos que tienen una vibración alta si uno se encuentra en el escalón más bajo.

La depresión, la angustia, el miedo, las enfermedades y todas las emociones más negativas nos llevan a vibrar en el nivel más bajo de esta escala. Mientras una persona se mantenga "vibrando bajo", sólo atraerá a su vida a personas o situaciones que aumentarán su malestar. Este es el nivel de la "mala suerte". Mucha gente dice: "No termino de salir de un problema que ya tengo otro". La respuesta a esto es muy simple: mientras la persona se mantenga vibrando en ese nivel, continuará atrayendo las cosas de dicho nivel. Hasta que esa persona no cambie su vibración personal, no se manifestarán ni la salud, ni la alegría, ni el amor, ni la suerte en general.

En el nivel vibración media aparecen las soluciones y la vida fluye. Los obstáculos y problemas de este nivel son más fáciles de resolver y la persona que se encuentra en esa vibración siempre muestra una actitud optimista hacia la vida.

Finalmente, el nivel de vibración más alta corresponde a de la iluminación, la paz y el amor perfecto. Aquí no existen problemas, miedos o enfermedades. Cuando uno vibra en este nivel, lo que uno piensa se manifiesta inmediatamente. El reconocimiento del poder personal es total y absoluto y, por lo general, se lo utiliza para servir a la humanidad.

La vibración más baja corresponde al terreno de nuestro ego, es el nivel del miedo y por eso se generan toda clase de problemas. La vibración media es el terreno de la esperanza, de esta manera, comienza a producirse la "suerte". Finalmente, la vibración más alta corresponde al terreno del Espíritu, es el nivel de la Fe Absoluta, en el cual se producen los milagros.

En mi opinión, la mayoría de nosotros nos encontramos vibrando en el nivel medio. A veces decaemos por los problemas que se nos presentan y después de realizar cierto esfuerzo nos recuperamos. Otras veces, vivimos momentos de iluminación y gran conexión con nuestro Creador, entonces, vibramos con una energía alta y nos sentimos poderosos, llenos de fe y entusiasmo.

Cuando una persona comienza su camino de crecimiento personal, lo primero que surge son sus resistencias internas. El primer día decide, por ejemplo, comenzar una dieta, repetir afirmaciones u organizar su vida, sin embargo, al día siguiente es probable que no haga ni la mitad de las cosas que se propuso. Estas resistencias están generadas por el ego, el ego es la parte que se siente separada del Espíritu y que, a su vez, genera el drama personal.

Es muy difícil mantenerse en un mismo nivel todo el tiempo. Es probable que te sientas muy bien en un momento, pero luego te encuentres con tu ex pareja, o te pelees con tu jefe, tu hijo o un amigo, o te enfermes, y encuentres tu vibración personal cambie súbitamente. Cada persona debe aprender a cuidar sobremanera su vibración personal. Por lo general, aquellas personas que nos traen problemas son "maestros" que ponen a prueba nuestra posición, de esta manera sabemos si esa posición es sólida o no. Si alguna persona tiene la facultad de "ponerte de mal humor", es porque aún tienes una parte débil en tu ser que necesita ser sanada. No puedes cambiar a los demás pero sí puedes cambiarte a ti mismo.

Otra verdad metafísica explica que "las Leyes Superiores se imponen sobre las Inferiores". Esto significa que en cuanto mejores tu vibración personal, mejorarás la vibración de todos aquellos que te rodean. Esta es la forma más efectiva de cambiar a los demás". Con sólo mejorar uno mismo, mejoran las relaciones con los otros. Este principio nunca funciona al revés, ninguna persona de vibración baja puedes disminuir tu vibración, salvo que te encuentres débil, de ser así, no estabas vibrando alto.

La preocupación complica la solución de un problema porque baja el nivel vibratorio. En nuestra cultura está "bien visto" que una madre se preocupe por su hijo o viceversa. Sin embargo, desde el punto de vista metafísico, la preocupación puede ser muy dañina porque aumenta la fe en lo negativo y agrava el problema. La mejor manera de ayudar a una persona es "ocuparse" de ella para que mantenga la fe bien alta y piense en la

solución feliz del problema. Un hijo que se angustia por la enfermedad de su madre está demostrando tener más fe en la enfermedad que en la recuperación de su salud; por lo tanto, su preocupación está ayudando a que su madre se enferme aún más. En ese caso, el hijo deberá primero curar sus propios miedos para luego intentar ayudar a su madre. Esto no significa ser indiferente al problema, sino todo lo contrario; la diferencia esencial reside en que debe mantener toda la atención posible en la feliz solución. La fe del hijo en la curación de su madre será la mejor ayuda que ella pueda recibir.

Cada vez que quieras ayudar a alguien, deberás primero elevar al máximo tu energía personal y después entrar en contacto con la persona necesitada. En síntesis, para ayudar a otros tienes que estar muy bien contigo mismo; de lo contrario, el problema ajeno te puede llegar a absorber. Un metafísico debe ser sanamente egoísta y pensar en sí mismo primero; debe aprender a mantenerse siempre en una posición fuerte para ayudar a los demás a salir del pozo.

Debes recordar que es el ego de cada uno el que genera los dramas personales. Por eso, es importante que te mantengas en una posición positiva para recordarle al otro su verdadera naturaleza espiritual, que la vida es felicidad y que debe restituir su nivel de alegría. No escuches al ego de la persona que sufre; escucha a su Espíritu y te darás cuenta que Dios siempre está presente.

Cuando una persona siente un gran miedo, está utilizando todas las técnicas metafísicas en forma negativa. La persona pronuncia las palabras que describen su miedo; visualiza con claridad lo que podría pasarle y, finalmente,, siente en todo su cuerpo las reacciones que el miedo produce. Si se insiste un poco en este proceso, la manifestación de aquello que se teme se producirá con mucha facilidad. Si la persona tiene miedo a enfermarse, es probable que hable con la gente acerca de la enfermedad; también, se vea a sí misma padeciéndola y se imagine todo el dolor que su cuerpo sentiría si estuviera verdaderamente enferma.

En síntesis, el miedo es la fe en lo negativo. Para elevar el nivel vibratorio se debe utilizar esta misma fórmula pero eligiendo pensamientos más positivos.

El primer paso es cancelar el miedo repitiendo "cancelado" en voz alta, por lo menos tres veces. Luego se debe repetir alguna afirmación positiva, como, por ejemplo: "Yo Soy muy sano. Mi cuerpo físico está siempre saludable y fuerte". Luego la persona debe verse a sí misma saludable y feliz. Finalmente, debe sentir su cuerpo funcionando correctamente. Para finalizar, quiero mencionarte que NO existen enfermedades incurables; sólo existen personas incurables.

## **CÓMO GENERAR ENERGÍAS POSITIVAS**

Las energías iguales se atraen. Esto significa que cuando tu vibración personal es muy baja... se te presentan muchos problemas. Lo primero que debes hacer es mejorarla, para entonces atraer a tu vida situaciones y personas que te den más felicidad.

## **CUIDAR LA PALABRA**

Para generar una mejor vibración personal, en primer lugar deberás ser muy cuidadoso con lo que pronuncias. Evita usar las "malas palabras"; ellas tienen una vibración muy

baja y afectan tanto al ambiente como a las personas. Puedes utilizar las malas palabras una vez como descarga de tu enojo y eso es válido; el problema se presenta cuando se convierten en vocabulario habitual.

Otras palabras que tienen vibración muy baja son aquellas que pronuncian cuando uno se queja o critica a alguien. La Palabra tiene poder Creador.

Cuando nos quejamos de algo sólo estamos afirmando más el problema. Por otra parte, cuando criticamos a alguien estamos dándole más lugar a la percepción de nuestro ego que a la de nuestro Espíritu. El ego siempre marca las diferencias y nos aleja de estar en paz unos con otros. El Espíritu nos recuerda que "Todos somos Hijos de Dios y que ÉL nos ama a todos por igual.

La crítica hace que veas en el otro lo que no ves en ti mismo. Si la tomas de esta manera, puedes llegar a convertirse en una herramienta muy útil para tu conocimiento personal.

Una vez que resuelvas tus propios problemas internos, dejarás de criticar a los demás.

Evita participar en discusiones o en reuniones donde sólo se hable vanamente. Cuida tu energía verbal y resérvala para decretar aquello que sea importante para ti

## **SELECCIONAR LAS IMÁGENES**

Debes hacer un gran esfuerzo para concentrar toda tu atención en las imágenes que sean más positivas para tu evolución. Tal como lo vimos al estudiar el Principio del Mentalismo, las imágenes de guerra, crueldad, pobreza, enfermedad, catástrofes o cualquier otra situación que te haga sentir miedo o inseguridad... aumentarán más la sensación de estar separado de tu Creador y no te conducirán de ninguna manera a tener más paz.

Esto no significa que debas vivir ausente de lo que sucede en el mundo. Puedes informarte y conocer todas las noticias del momento sin que eso te haga sentirte culpable; lo importante es que aprendas a "concentrar tu atención en lo bueno". Sólo esto te ayudará a elevar tu energía personal. Presta atención a la reacción de tu cuerpo cuando lees una buena noticia. Seguramente sentirás alegría, más confianza y paz. Es probable que estés pensando: "Pero todas las noticias del mundo ahora son muy malas". Si ésta es tu idea, entonces cancélala inmediatamente; de lo contrario, te tocará ver todas las peores noticias del planeta. Por el contrario, si comienzas a creer que en el mundo también suceden cosas buenas, te enterarás de todo lo bueno.

## **LA SENSACIÓN FÍSICA**

El placer es el camino más directo para aumentar tu energía personal. Es aconsejable practicar todas las actividades que te brinden placer físico, como los deportes, el baile, la gimnasia, el caminar por un parque o frente al mar y demás. La visita a lugares naturales siempre ayuda a elevar la vibración personal.

La risa de placer y aumenta considerablemente el nivel energético personal además de acelerar los procesos curativos del cuerpo. Rodéate de gente que te haga reír; mira programas cómicos, especialmente aquellos en que el humor no es personal; encuéntrale el lado cómico a todo lo que te sucede y verás cómo las soluciones aparecen más fácilmente. Si estás muy enojado y alguien te hace reír, notarás que no puedes volver a

enojarte como antes. La risa y el enojo no son compatibles. Cuando más nos reímos, más rápido desaparece la ira.

A veces, es conveniente valerse del recuerdo de situaciones felices del pasado. La mayoría de la gente se pasa todo el tiempo recordando todo lo malo que le ha tocado vivir y lamentándose; eso sólo sirve para atraer más cosas malas al presente porque se está generando el mismo tipo de energías.

Si quieres vivir una situación muy romántica en el presente, puedes traer a tu memoria el recuerdo del momento más romántico y que hayas vivido en el pasado. Revive la sensación física sin poner la atención en la otra persona; sólo recuerda aquello que sentías dentro de ti y vuelve a experimentarlo. Cuando más lo hagas y disfrutes, más pronto tendrás a tu lado a la persona que te dará todo ese placer.

La razón por la que no debes poner la atención en quien estuvo a tu lado en el pasado es que, muy probablemente, ésta no sea la misma persona en el presente. Deja al Universo que te provea de la persona más adecuada para ti en el presente.

Las personas que se sienten solas y se quejan de su soledad, sólo atraen más soledad o relaciones que fracasan rápidamente. Si éste es tu caso y no puedes recordar ningún momento romántico de tu pasado, tienes que crearlo en tu imaginación.

Concéntrate en las imágenes, palabras y sensaciones que te ayuden a vibrar en la frecuencia del amor y, entonces, al amor aparecerá en tu vida. Recuerda que las energías iguales se atraen solo el Amor atrae al Amor.

### **3. PRINCIPIO DE VIBRACIÓN (3ra.Parte)**

#### **MEJORA LA ALIMENTACIÓN**

Hay alimentos que tienen vibración muy baja, como las carnes. Entre éstas, las rojas son las peores. El comer carne aumentará la parte primitiva de tu Ser y estarás más propenso a enojarte con facilidad y a ser más agresivo. La naturaleza nos enseña que los animales más agresivos son los que comen la carne de otros animales. Además, poseen un intestino más corto que el humano y pueden desecharla más rápidamente antes de que se descomponga. Cuando una persona come carne no siente hambre por bastante tiempo porque el cuerpo está haciendo un esfuerzo enorme para digerirla. Lo peor es que no se la elimina con rapidez y, entonces, el cuerpo se llena de toxinas. La carne de cerdo es la que tiene la vibración más baja; por lo tanto, deberías evitar completamente su ingestión. Si estás acostumbrado a comer carne, no lo dejes por completo. Es conveniente que reduzcas su ingestión gradualmente porque de lo contrario podrías producir un gran desequilibrio en tu cuerpo. Es verdad que hay personas que han comido carne toda su vida y han sido muy saludables; pero seguramente no han llegado a desarrollar un gran conocimiento metafísico. Recuerda que tú has comenzado a transitar un camino diferente, en el cual se requiere que seas muy consciente de todo lo que haces.

Comemos para tomar energía de los alimentos; por lo tanto, debes concentrarte en aquellos alimentos que te dan mayor vitalidad. Los vegetales, las frutas y los granos son muy buenos para el cuerpo porque son de fácil digestión y te brindan toda la energía que necesitas. Por lo general, todo lo que tiene vida da más vida; por eso, las ensaladas frescas y las frutas son las mejores.

Si tienes problemas de sobrepeso o, por el contrario, un peso menor al necesario, debes hacer un esfuerzo para mejorarlo. Consulta con un nutricionista, cambia tus hábitos alimenticios, ama tu cuerpo. No te sometas a dietas tortuosas: ése no es el camino ideal. El proceso tiene que ser amable y gradual porque debe ir acompañado también de un cambio de ideas.

### **MEJORAR LA POSTURA PERSONAL**

Cuando una persona está cansada, los hombros permanecen bajos y la columna se encorva. Si ésta es tu postura habitual, tu vibración personal será siempre muy baja. Tienes que enderezar tu columna, mantener la frente alta, los brazos firmes y las piernas listas para la acción. De esta manera, la energía vital recorrerá con facilidad todo tu Ser. Para eliminar la depresión o cualquier angustia, sólo tienes que dar palmadas en tu pecho, al estilo Tarzán. Si gritas, mejor aún. Pruébalo ahora mismo y notará el gran cambio de vibración.

### **CÓMO ALCANZAR LAS VIBRACIONES MÁS ALTAS**

Además de las recomendaciones prácticas que hemos visto para elevar tu energía personal, existen otras que te ayudarán a conectarte con tu Divinidad; de esta manera, experimentarás la vibración más alta gracias a la cual se producen los milagros.

### **EL SONIDO "OHM"**

La repetición de "mantras" o palabras de poder, por lo general de origen sánscrito, ayudan a cambiar la vibración de cualquier situación.

El mantra más simple y efectivo es el del sonido "Ohm" o sonido del Universo. Debes respirar hondo y, al exhalar, pronunciar lentamente "Ohm" haciendo hincapié primero en la vocal y luego en la consonante.

La vibración de este sonido te unifica con el Universo y es muy útil para disolver cualquier emoción o situación negativa. Debes repetirlo, por lo menos, durante quince minutos. Recuerda el autor que cuando tuvo su última crisis emocional entraba en meditación repitiendo este mantra y así logró disolver las emociones negativas, miedos y angustias. En ese momento lo hacía tres o cuatro veces por día. El sonido "Ohm" le ayudó a recobrar su eje y a elevar su energía personal a un nivel muy alto.

Cuando uno comienza a repetir "Ohm", lo primero que viene a la mente son todos los problemas y pensamientos que se quieren evitar. Lejos de alcanzar más paz, uno se siente abrumado. Pero, al continuar repitiéndolo, dichos pensamientos comienzan a diluirse poco a poco. La sensación de paz y bienestar se hace inevitable después de unos minutos de práctica.

### **LA INVOCACIÓN DE LOS ÁNGELES**

Entre Dios y nosotros se encuentran los Ángeles. Ellos son Seres de Luz y Amor que tienen la función de ayudarnos en nuestra evolución.

Estas presencias divinas están dispuestas a colaborar y resolver cualquier tipo de cuestión que nos aflija. La solución que ellos manifestarán será siempre una forma de



paz y armonía para todos. Si te encuentras envuelto en un problema de pareja, si no te sientes feliz en tu trabajo, si tienes alguna dolencia física o cualquier otro tipo de problemas, pide ayuda a los Ángeles. Ellos están listos para entrar en acción y manifestar lo mejor para ti.

Ninguna entidad espiritual puede intervenir en nuestra vida sin antes habersele concedido el permiso para hacerlo. Esto es debido a que tenemos libre albedrío; es decir, que podemos elegir resolver todos los problemas por cuenta propia o bien pedir ayuda al cielo.

Para invocar la ayuda de los Ángeles, hay que hablar desde el Corazón, con profundo sentimiento y honestidad. No es conveniente pedir una solución determinada porque quizás ésta no sea la más feliz; sólo debe ponerse el problema en sus manos y confiar en que la solución que se manifestará será la más conveniente para todos. La energía de los Ángeles es muy elevada y cuando uno entra en contacto con ellos, se siente una profunda paz y alegría, y se hace inevitable sonreír.

Cuando tengo que ir a algún lugar a negociar o pedir algo, les pido que vayan delante de mí y que realicen la operación por mí. Así, el tema ya estará resuelto cuando yo llegue. Cuando estoy en conflicto con alguna persona en particular, le pido a mi Ángel Guardián que hable con el Ángel Guardián de esa persona, a fin de que juntos manifiesten lo mejor para ambos.

Todo lo que hay que hacer para obtener su ayuda es pedir. El acto de pedir nos lleva a ser humildes y a reconocer que solos no podemos resolverlo todo. Cuanto más dominada esté la persona por su ego, menor será su disposición a pedir ayuda. Aquellas personas que no saben pedir ayuda, tarde o temprano comienzan a tener problemas en sus rodillas porque éstas representan nuestra humildad y nuestra capacidad para arrodillarnos frente a otros. Cuando uno se ha vuelto rígido a causa de su orgullo, el cuerpo comienza a sufrir. Invoca la ayuda de los Ángeles al comenzar el día y pídeles que manejen tu agenda y tus actividades para hacer que tu día sea feliz y productivo.

## **LA PRÁCTICA DEL SILENCIO**

La práctica del silencio es muy poderosa y, a la vez, difícil de realizar en estos días. Consiste en permanecer el mayor tiempo posible en total silencio; es decir, sin hablar, sin contestar el teléfono, sin mirar televisión, sin leer ningún libro, sin escuchar música. De esta manera, se logra el estado de contemplación que eleva la energía a un nivel muy alto.

En nuestra cultura, está muy arraigado el concepto de que siempre deberíamos estar haciendo algo, aprovechando nuestro tiempo valioso. La idea de "hacer" es muy valorada y se reciben recompensas por eso. Sin embargo, es mucha más valiosa la idea de "Ser" y ésta es la clave de este ejercicio. Nuestro verdadero valor radica en que somos "seres humanos" y no "hacedores humanos". No hay nada de malo que desarrolles ciertas tareas y seas una persona productiva, pero tienes que aprender a encontrar el verdadero valor de tu ser, aún cuando no hagas nada que la sociedad considere valioso.

Puedes comenzar a practicar el "silencio" durante tres o cuatro horas. Asegúrate que nadie te interrumpa ni te moleste. Puedes hacerlo en tu casa o en un parque. Los espacios

de la naturaleza son los más poderosos. Simplemente contempla todo lo que sucede por dentro y por fuera de ti. No es necesario que juzgues ni que llegues a ninguna conclusión. Este no es un ejercicio intelectual. Al principio, tu ego te recordará tu drama personal e intentará hacer mucho "ruido" para restarte paz. Sin embargo, si dejas pasar los pensamientos con libertad, ese drama desaparecerá como disolviéndose en el aire. Si tienes la costumbre de rezar, agrégales a tus momentos de oración unos minutos de silencio al final. Cuando estás rezando, le estás "hablando" a Dios. Cuando permaneces en silencio, estarás "escuchando" su Respuesta. Si sólo rezas y luego te vas, lo único que habrás hecho es un perfecto monólogo. De nada sirve que reces con todo tu fervor pidiendo la solución a un problema si no escuchas Su Respuesta. En el Universo todo es perfecto y necesario. Todo lo que te sucede tiene un sentido y guarda una lección para ti. Hasta que no la aprendas, continuarás lidiando con lo mismo; por eso, el silencio es importante. Cuando permaneces en silencio, la Voz de Dios te habla con claridad y te explica ¿por qué te sucede todo lo que te sucede?

## **LA VIBRACIÓN DEL AMOR**

El Amor es la única fuerza del Universo y es el nivel vibratorio más alto que podemos alcanzar. Gracias al amor nos movemos, nos relacionamos, nos sanamos y nos expandimos.

Nosotros creemos que existen diferentes clases de amor; por ejemplo: el amor que una madre siente por sus hijos, el amor entre amantes, el amor de amigos. Sin embargo, debes saber que existe una sola clase de amor: el de Dios. El Amor de Dios es incondicional, sin divisiones, ni clasificaciones; es permanente y estable.

Creemos que amamos a alguien porque nos brindamos a esa persona pero, a la vez, le exigimos que haga lo mismo hacia nosotros. El Verdadero Amor es incondicional. Al Verdadero Amor sólo le interesa darse y expandirse; no necesita nada a cambio.

Nosotros al no estar en un nivel de perfección, nuestro ego entabla una "negociación" con nuestra pareja para encontrar la supuesta felicidad. En la mayoría de las relaciones amorosas encontramos un perfecto drama, lleno de juegos, acusaciones e intrigas. Cada vez que estés hablando de condiciones, obligaciones, estructuras y culpas, estás lejos de vibrar con la energía del Verdadero Amor. Si para sentirte amado exiges a tu pareja que te llame tantas veces al día, que te diga ciertas palabras, que cumpla ciertos horarios o formalidades, entonces estarás preparando el camino directo a tu infelicidad. Tarde o temprano, la persona no podrá cumplir con tus exigencias o expectativas y la desilusión será inevitable. El drama, la culpa y la manipulación hacen que la vibración personal llegue a niveles muy bajo y lo único que puede esperarse de ello es que se presenten más problemas, dolor o desencantos.

¿Cuál es la solución para ellos? Muy simple: pedir ayuda al Universo. Cuando sientas angustia, miedo, soledad o la tendencia de culpar a otra persona por tu infelicidad, deberá recordar que "Todo lo que ocurre por fuera es el reflejo de lo que pasa por dentro; por lo tanto, lo de afuera sólo te recuerda que tienes algo que sanar por dentro". En ese momento sólo basta con que abras tus manos, con las palmas hacia arriba, y des permiso a Dios para producir la curación dentro de ti.

Puedes decir lo siguiente: "Dios mío, me encuentro sintiendo esta angustia (o miedo, enojo, dolor...); ahora renuncio a tener y aceptar esta energía imperfecta en mi Ser. Necesito que cures la parte de mi Ser que sufre. Necesito que sanes la parte de mí que genera esta situación. Necesito sentir tu Amor Divino ahora mismo".

Luego permanece unos cinco o diez minutos con las manos apoyadas sobre tus piernas. Sentirás que las palmas se calientan enormemente y una gran paz interior viene a ti. Terminas agradeciendo por todo lo que has recibido y continúas tus actividades normalmente.

Yo hago este ejercicio cada vez que mi humor cambia y me siento mal. A veces pido que se me revele y se me indique ¿por qué estoy sintiendo de esa manera?; otras veces, sólo dejo que se realice el proceso sin buscarle una explicación intelectual. Es importante que sepas que sólo, por tu cuenta, no puedes sanarte; necesitas ayuda. Y si pides ayuda a Dios, ésta es totalmente incondicional, rápida y efectiva.

### **EJERCICIO: "EL AMOR ES TODO LO QUE EXISTE"**

Este ejercicio se hace entre dos personas.

La persona #1, con sus ojos cerrados, se concentrará durante dos o tres minutos en todos sus peores pensamientos (miedos, preocupaciones, rencores, y demás).

Por otra parte, la persona # 2, también con sus ojos cerrados, le enviará en forma mental y constante el siguiente pensamiento: "El Amor es todo lo que existe".

Al final del ejercicio, se cambian las posiciones y se repite el procedimiento.

Cada uno experimentará la desaparición de sus peores pensamientos frente al mensaje de que "el Amor es lo único que existe"; solamente el amor es real y su vibración es la más alta del Universo.

#### **Nada es más fuerte que el Amor.**

Cuando estés con alguien que te cuente sus problemas y lo veas muy afligido, mientras escuchas, repite mentalmente: "El Amor es todo lo que existe". La persona perderá interés en su propio drama y hasta quizá diga:

"¿Qué estaba diciendo?"

Frente a cualquier situación que te... asuste, cualquier problema sin resolver, incluyendo los problemas económicos, familiares o de salud, repite muchas veces "El Amor es todo lo que existe", hasta que sientas que tu vibración cambia.

### **EJERCICIO: EL COLOR NECESARIO**

Una manera muy eficaz de balancear nuestra Aura es a través de la visualización de colores. Cada color tiene una vibración determinada y eso nos ayuda a restaurar la energía que está ausente en nuestro Ser.

Puedes realizar este ejercicio tanto sentado como acostado, en la posición que te resulte más cómoda para tu cuerpo. Esto sólo te requerirá cuatro o cinco minutos.

Comenzarás respirando profundamente tres o cuatro veces y luego pedirás a tu Yo Superior (O Espíritu Santo) que te indique ¿cuál es el color o los colores que le hacen falta a tu Aura para encontrar el balance perfecto?. Con el primer color que venga a tu mente, vas a proceder a "bañarte" y cubrir todo tu cuerpo físico, como si lo tiñeras con

este tono. Si tu mente te informa de algún otro color, entonces repites la operación. Permaneces unos minutos visualizando este baño de colores y, finalmente, respirando profundo, llevas esta vibración a cada una de tus células y puedes volver a abrir los ojos. La emoción o el pensamiento negativo desaparece instantáneamente con la visualización de los colores. Este ejercicio es muy efectivo para todos porque prácticamente no existe ninguna persona que no pueda visualizar una imagen determinada, pero nunca te será difícil ver los colores del arco iris.

Este ejercicio también es muy útil para ayudar a otros. Cuando entres en contacto personal o telefónico con alguna persona que esté afligida por algún problema, puedes concentrarte unos instantes, preguntando a tu Yo Superior, ¿qué color necesita esa persona para equilibrar su Aura?. Recibes el primer color que venga a tu mente, te cubres con él y luego se lo envías a la persona a través de tu plexo solar. Imagínate que un haz de luz de color sale de tu estómago y cubre al otro con ese color. Es probable que la persona necesite más de un color; tu propia Conciencia te lo revelará.

Este ejercicio me ha resultado muy eficaz para ayudar a aquellas personas que me cuentan sus problemas por teléfono. Mientras escucho, una parte mía envía Luz y Amor al otro. Al final de la conversación, la persona se siente aliviada y yo no siento que nadie me haya quitado mi energía.

Muchos alumnos me cuentan que hay personas que parecen drenarles toda su energía cuando hablan por teléfono. Esta es una manera de revertir el proceso y encontrar una solución feliz para todos.

También se puede ayudar a personas enfermas, o a nosotros mismos si estamos sufriendo alguna dolencia. En este caso, se le pregunta al Yo Superior ¿qué color necesita el órgano o la parte del cuerpo afectados? Repetimos el proceso ya conocido enviando toda la luz de color directamente a esa parte del cuerpo. Además, puedes preguntar ¿en qué lugar de tu cuerpo está acumulado el resentimiento, el dolor o alguna culpa del pasado?.

Luego envías a esa parte el color que necesita para sanarse.

Los colores que vienen a tu mente tienen un significado.

**El color violeta** significa sanación, especialmente del cuerpo físico.

**El azul** se refiere al mejoramiento de las relaciones entre personas, al igual que el celeste.

**El verde** restaura la alegría, la esperanza y el optimismo.

**El amarillo** activa y mejora el funcionamiento mental.

**El anaranjado** es el color de la sabiduría y aporta más conocimiento.

**El rojo** eleva las energías físicas y aumenta el coraje.

**El rosado** aumenta el placer y resuelve problemas amorosos. El marrón ayuda a aliviar la preocupación por problemas materiales.

**El blanco** es la suma de todos los colores; cuando percibimos el color blanco, es porque nos hace falta de todo un poco.

Los colores más sublimes son el dorado y el plateado: ellos indican la apertura a niveles mayores de Conciencia, sentimientos más sublimes, puros; son colores de santidad.

Existe un Principio en el Universo por el cual "Todo lo que odiamos, nos molesta o rechazamos, se nos pega". Esto es debido a que venimos al planeta Tierra con la única función de aprender a Amar.

Por eso la vida nos pone frente a situaciones y personas difíciles que nos dan la oportunidad de mostrar lo mejor de nosotros mismos. Hasta que no aprendamos a amar... la situación o la persona no desaparecen de nuestras vidas. A veces este proceso toma varias vidas. Por lo tanto, maldecir, quejarse, protestar o criticar no hacen sino aumentar el lazo que nos une a aquello que rechazamos. Sólo el amor sana, disuelve y restaura. Ya sabes que las energías iguales se atraen. Pregunta a tu Yo Superior ¿qué color necesitas para vibrar en la frecuencia del Amor? Báñate en ese color por varios minutos y prepárate para vivir momentos de felicidad junto a personas que te brindarán su amor más puro y sublime.



## **Causa y efecto y la Ley de Atracción...**

La adivinación es un resultado matemático que va unido a la causa y efecto. Es la suma de elementos que dan un resultado. El cerebro humano es una computadora sofisticadísima; si la alimentamos con datos, ella responderá con los resultados perfectos. Todo es un presente. Más bien lo que se entiende como futuro no es más que la proyección del pensamiento que demora en plasmarse. Todo comienza primero en el mundo del pensamiento. El adivinador leerá los pensamientos, y al hacerlo, sabrá el resultado de ellos. Aparentemente estará adivinando el futuro.

Lo mismo sucede con el planeta Tierra: los guardianes saben lo que va a suceder porque ellos leen los pensamientos de los seres y saben con anticipación el resultado. Por eso trabajan sin descanso, para que la barbarie del pensamiento del hombre no lleve al planeta al exterminio o a la degradación de su energía. Cuando más elevada sea una energía-pensamiento, más capacitada estará al conocimiento global del todo y ese don, no se llama adivinación, es simplemente el resultado normal matemático de una obra, acción y pensamiento.

**Ante todo, nada se pierde en el universo:** todo se recicla. La muerte como ustedes la entienden no existe, y al no existir, la energía-pensamiento encarna y continúa su existencia. Ustedes tienen que diferenciar la siguiente terminología: accidente, casualidad, coincidencia, destino, karma, causa y efecto, predestinación y tragedia.

**Accidente** - En un plano primario como el de ustedes, el accidente existe. El planeta Tierra es una realidad imperfecta. Sus elementos se cruzan, los pensamientos son irregulares, las ideas se chocan, las invenciones son primitivas, la tecnología atrasada, la ciencia sin conocimiento y con visión incompleta, etcétera. Todo esto da como resultado acciones improbables, que desgraciadamente activan los acontecimientos, empujados por las obras mal construidas, pésimamente hechas e ignorantemente ciegas.

**Casualidad** - Son los mundos antimateria los que determinan el momento cierto y en lugar correcto. La casualidad no existe: todo tiene un porqué en el mundo de los pensamientos. Puede ser una necesidad, una obra inconclusa, un deber, una obligación, un cierre de ciclo, una experiencia necesaria, un conocimiento adquirido, una posibilidad causal, etcétera. Matemáticamente, el resultado debía ser en ese momento y lugar, ni más ni menos. Significa que el pensamiento correlacionado necesitaba un ingrediente especial para dejar entrar elementos que serían los ingredientes exactos para la elaboración continuada de los pensamientos. La casualidad siempre está ligada con acontecimientos de aprendizaje o de enseñanza. Son los mundos antimateria los que forman estas 'casualidades' para protegerlos, para enseñarles o para desarrollar el conocimiento y entendimiento en sus vidas. Por ejemplo, lectura del tarot, sueños premonitorios, telepatía.

**Coincidencia** - Esta realidad es totalmente matemática; son probabilidades numéricas que se suman y dan resultados exactos y en el momento preciso. Todo se atrae o se rechaza en el universo. Es un axioma que podemos integrar a la coincidencia. Son estados energéticos que se atraen como un imán, y al hacerlo, unen energías-pensamientos que se adaptan unas con otras, encajando los cristales y formando la unidad del pensamiento. La vibración, los colores, el signo, la forma y más son elementos importantes en la existencia de una coincidencia. Por ejemplo, las almas gemelas.

**Destino** - Es una dirección, un camino que la energía-pensamiento toma, para concluir un entendimiento que se trabajó con esfuerzo y sacrificio. La dirección se toma por el entendimiento de la causa y el efecto. Es el origen, el comienzo de un pensamiento, que se ejecutó correcta o equivocadamente. El destino hará que retome el camino inconcluso, para continuar lo correcto o rectificar la equivocación. Muchas veces el ser repetirá ese destino de vida en vida, con el solo propósito de entender la causa y corregir el efecto. En pocas palabras el destino es la continuación o la rectificación de la causa y efecto.

**Karma** - Es el sufrimiento que la energía-pensamiento carga en su vida por no entender la causa, el efecto y el destino. Al no comprender lo que le sucede y al no saber cómo rectificarlo, llora, sufre, se angustia y culpa a la mala suerte de su destino. Karma es sinónimo de falta de entendimiento. Al no conocer el origen de sus males y de sus perturbaciones síquicas, los atribuirá al destino. Una vez comprendido y rectificado, lo convertirá en Dharma.

**Causa y efecto** - La palabra misma lo explica: causa = origen, producido totalmente por la energía-pensamiento-hombre. La energía-pensamiento fue grabada de tal forma que no tiene retorno. Si fue positiva, regresará a él grabada de conocimiento, entendimiento y amor. Si fue negativa, volverá sin estructura, sin amor, sin conocimiento, y este efecto será contra producente para el avance de su energía. Los cristales grabados negativamente producirán una causa y efecto que acompañará a esa energía-hombre en todas sus vidas, hasta rectificar lo grabado y transmutarlo en positivo. Si sucede lo contrario, entonces se formará el destino, repitiéndose una y otra vez, hasta que quede comprendido, y si no lo entiende, se convertirá en karma.

**Predestinación** - Son misiones encomendadas por los mundos superiores, que determinan la vida y existencia de una o muchas energías-pensamientos para realizar misiones importantes en beneficio del universo. Aquí podemos entender que la predestinación consiste en que los mundos superiores conocen exactamente la causa y el efecto del universo, y al saberlo, pueden manejar, dirigir y conducir a las energías-pensamientos para realizar misiones que pertenecen a la sabiduría cósmica y a la realización de grandes obras universales. Por ejemplo: los guardianes, los mensajeros, los avatares, la hermandad blanca, etcétera.

**Tragedia** - Cuando los cálculos matemáticos universales no combinan, entonces se produce una tragedia. Es muy difícil que suceda, pero existe. En este caso, los cálculos matemáticos forman una causa y efecto que se tiene que rectificar. Por ejemplo, el olvido de los negativos que quedaron dormidos y luego despertaron causando tanta desgracia y distorsión, eso fue una tragedia. Miles de millones de años Tierra han pasado, y hasta ahora continuamos rectificando nuestra equivocación: no tenía que acontecer, mas sucedió.

Un efecto devastador para el universo y una causa que nosotros mismos formamos. Cuando suceden los accidentes, guerras, terremotos, terrorismo u otros, no se puede

generalizar la razón de estos acontecimientos: se tiene que desglosar para poderlo comprender. Se deberá analizar caso por caso y estudiarlo detenidamente antes de llegar a conclusiones equivocadas, para así poder dar un resultado real.

## **LA LEY DE ATRACCIÓN**

La ley de la atracción es una ley de la naturaleza. Es tan imparcial e impersonal como la de la gravedad. Es precisa y exacta. Es la Ley más poderosa del Universal

Todo lo que te rodea en estos momentos en tu vida, incluidas las cosas que no te gustan, lo has traído tu. Estoy seguro de que lo que vas a oír no te va a gustar. Enseguida vas a responder: «Yo no he atraído el accidente de coche. No he atraído a este cliente al que no soporto. No he atraído contraer esta deuda». Y yo estoy aquí para decirte cada cara que sí lo has hecho. Éste es uno de los conceptos más difíciles de comprender, pero una vez lo aceptas transforma tu vida.

No puedes experimentar nada a menos que lo invoques persistentemente con tus pensamientos.

La mayoría de personas atraemos las cosas automáticamente. Pensamos que no tenemos ningún control. Nuestros pensamientos y sentimientos están en modo piloto automático y todo nos llega por defecto.

Nadie atrae nada que no desee deliberadamente. Sin conocer El Secreto, es fácil comprobar cómo pueden haber sucedido algunas cosas indeseadas en tu vida o en la de otras personas. Simplemente se debe a una falta de conciencia del gran poder creativo de nuestros pensamientos.

Si es la primera vez que oyes esto, puede que pienses: « ¡Vaya! ¿He de controlar mis pensamientos? Eso me va a costar mucho». Al principio puede parecerlo, pero ahí está lo divertido. Lo divertido es que hay muchos atajos para El Secreto y has de elegir los que mejor se adapten a ti.

Es imposible controlar todos nuestros pensamientos. Los científicos nos dicen que tenemos unos sesenta mil pensamientos al día. ¿Puedes imaginarte lo agotador que sería intentar controlar todos esos pensamientos? Afortunadamente hay una vía más sencilla y son nuestros sentimientos. Nuestros sentimientos nos ayudan a saber lo que estamos pensando.

La importancia de los sentimientos nunca se resaltarán suficiente. Los sentimientos son nuestra mejor herramienta para ayudarnos a crear nuestra vida. Los pensamientos son la causa primera de todo. Todo lo que vemos y experimentamos en este mundo son su efecto y eso incluye los sentimientos. La causa siempre son tus pensamientos.

Las emociones son un don increíble que tenemos para saber lo que estamos pensando. Los sentimientos nos dicen rápidamente lo que pensamos. Observa tus sentimientos cuando de pronto pasas un bache, quizá porque te han dado malas noticias. La sensación en el estómago o en el plexo solar es instantánea. Tus sentimientos son una señal



inmediata para saber lo que estás pensando. Necesitas ser consciente de cómo te sientes y sintonizar con tus sentimientos, porque es la forma más rápida de saber lo que estás pensando.

Tienes dos tipos de sentimientos: los buenos sentimientos y los malos. Conoces la diferencia entre ambos porque unos te hacen sentirte bien y otros mal.

### **SENTIMIENTOS NEGATIVOS:**

La depresión, la ira, el resentimiento y la culpa. Esos sentimientos merman tu fuerza. Son los malos sentimientos. Nadie puede decirte si te sientes bien o mal, porque tú eres el único que sabe cómo te estás sintiendo en un momento dado. Si no estás seguro de tus sentimientos, pregúntate: «¿Cómo me siento?» Puedes detenerte un momento y plantearte esta pregunta varias veces al día y cada vez que lo hagas serás más consciente de cómo te sientes.

Lo más importante es que sepas que es imposible sentirse mal y tener buenos pensamientos a la vez. Eso desafiaría la ley, porque tus pensamientos son los que provocan tus sentimientos. Si te sientes mal, es porque tienes pensamientos que te hacen sentir mal.

Tus pensamientos determinan tu frecuencia y tus sentimientos te dicen inmediatamente en qué frecuencia estás. Cuando te sientes mal, estás en una frecuencia en la que atraes más cosas malas. La ley de la tracción ha de responder devolviéndote más imágenes de cosas malas y que empeoran tu estado de ánimo.

Cuando te encuentras mal y no haces ningún esfuerzo por cambiar tus pensamientos para encontrarte mejor, en realidad estás diciendo: «Tráeme más circunstancias que me hagan sentirme mal. ¡Tráelas!».

### **PENSAMIENTOS Y EMOCIONES POSITIVOS**

El entusiasmo, la felicidad, la gratitud, el amor.

La otra cara de la moneda es tener buenas emociones y sentimientos. Sabes cuándo llegan porque te sientes bien. El entusiasmo, la felicidad, la gratitud, el amor. Imagina que pudieras sentir eso todos los días. Cuando celebras los buenos sentimientos, atraes más buenos sentimientos y cosas que te hacen sentir bien.

En realidad es muy sencillo. «¿Qué estoy atrayendo en estos momentos?» Bueno, ¿cómo te sientes? «Me siento bien». Bien, sigue así.

Es imposible sentirse bien y tener pensamientos negativos al mismo tiempo. Si te sientes bien, es porque tienes pensamientos positivos. Puedes conseguir lo que te propongas en la vida, no hay límites. Pero hay una condición: has de sentirte bien. Y si piensas en ello, ¿no es eso lo que siempre has deseado? En realidad, la ley es perfecta.

Si te sientes bien, estás creando un futuro que seguirá la senda de tus deseos. Si te sientes mal, estás creando un futuro que se desviará de la senda de tus deseos. La ley de la atracción está actuando en cada segundo. Todo lo que pensamos y sentimos está creando nuestro futuro. Si estás preocupado o tienes miedo estás atrayendo más de lo mismo a tu vida.

Cuando te sientes bien, forzosamente se debe a que tienes pensamientos positivos. Por lo tanto, estás en el camino y estás emitiendo una poderosa frecuencia que atraerá más cosas buenas que harán que te sientas bien.

Atrapa esos momentos en los que te sientes bien y exprímelos.

Sé consciente de que te sientes bien, de que estás atrayendo más cosas buenas.

Vayamos un paso más allá. ¿Y si tus sentimientos se estuvieran comunicando desde el Universo para que supieras lo que estás pensando?

Nuestros sentimientos son un mecanismo de retroalimentación para indicarnos si estamos en el camino, si nos hemos desviado.

Recuerda que tus pensamientos son la causa primera de todas las cosas. Cuando mantienes un pensamiento durante un tiempo, éste se transmite al Universo. Ese pensamiento se adhiere magnéticamente a la frecuencia de lo semejante y en cuestión de segundos te devuelve la lectura de esa frecuencia a través de tus sentimientos. Dicho de otro modo, el Universo se comunica contigo a través de tus sentimientos para decirte en qué frecuencia te encuentras en este momento.

¡Tus sentimientos son tu mecanismo de retroalimentación para conocer tu frecuencia!  
Cuando estas negativo bloqueas la entrada de tu propio bien porque estas en una frecuencia negativa. La próxima vez que te sientas mal o tengas una emoción negativa, escucha la señal que estás recibiendo del Universo. En ese momento estás bloqueando la llegada de tu propio bien porque estás en una frecuencia negativa. Cambia tus pensamientos y piensa en algo bueno, y cuando empiecen a llegar los buenos sentimientos, lo sabrás porque has cambiado a una nueva frecuencia y el Universo lo ha confirmado con mejores sentimientos. Obtienes lo que sientes, no lo que piensas.

Todos hemos experimentado días o momentos en que todo va mal. La relación en cadena empieza con un pensamiento, tanto si eres consciente del mismo como si no. Ese mal pensamiento ha atraído a más malos pensamientos, la frecuencia se ha asentado y al final pasa algo malo. Entonces cuando reaccionas a lo que ha ido mal, atraes más cosas que van mal. Las reacciones atraen más de lo mismo y la reacción en cadena se seguirá produciendo hasta que te apartes de esa frecuencia cambiando intencionadamente tus pensamientos.

Cambia tus pensamientos y dirígelos a donde quieres

Puedes cambiar tus pensamientos y dirigirlos hacia lo que quieres, puedes recibir confirmación a través de tus sentimientos de que has cambiado de frecuencia y la ley de la atracción captará esa nueva frecuencia y te la devolverá con nuevas imágenes de tu vida. Entonces es cuando puedes utilizar tus sentimientos para conseguir rápidamente lo que quieres en tu vida. Puedes utilizar de forma intencionada tus sentimientos para transmitir una frecuencia todavía más poderosa, añadiendo sentimiento a lo que quieres.



## ASAMBLEA EN LA CARPINTERÍA

Cuentan que en la carpintería hubo una vez una extraña asamblea.

Fue una reunión de herramientas para arreglar sus diferencias. El martillo ejerció la presidencia, pero la asamblea le notificó que tenía que renunciar. ¿La causa? ¡Hacía demasiado ruido! Y, además, se pasaba el tiempo golpeando.

El martillo aceptó su culpa, pero pidió que también fuera expulsado el tornillo; dijo que había que darle muchas vueltas para que sirviera de algo.

Ante el ataque, el tornillo aceptó también, pero a su vez pidió la expulsión de la lija.

Hizo ver que era muy áspera en su trato y siempre tenía fricciones con los demás.

... Y la lija estuvo de acuerdo, a condición de que fuera expulsado el metro que siempre se la pasaba midiendo a los demás según su medida, como si fuera el único perfecto.

En eso entró el carpintero, se puso el delantal e inició su trabajo. Utilizó el martillo, la lija, el metro y el tornillo. Finalmente, la tosca madera inicial se convirtió en un lindo mueble.

Cuando la carpintería quedó nuevamente sola, la asamblea reanudó la deliberación.

Fue entonces cuando tomó la palabra el serrucho, y dijo: -"Señores, ha quedado demostrado que tenemos defectos, pero el carpintero trabaja con nuestras cualidades.

Eso es lo que nos hace valiosos. Así que no pensemos ya en nuestros puntos malos y concentrémonos en la utilidad de nuestros puntos buenos".

La asamblea encontró entonces que el martillo era fuerte, el tornillo unía y daba fuerza, la lija era especial para afinar y limar asperezas y observaron que el metro era preciso y exacto.

Se sintieron entonces un equipo capaz de producir muebles de calidad. Se sintieron orgullosos de sus fortalezas y de trabajar juntos.

Ocurre lo mismo con los seres humanos. Observen y lo comprobarán. Cuando en una empresa el personal busca a menudo defectos en los demás, la situación se vuelve tensa y negativa. En cambio, al tratar con sinceridad de percibir los puntos fuertes de los demás, es cuando florecen los mejores logros humanos.

Es fácil encontrar defectos, cualquier tonto puede hacerlo, pero encontrar cualidades, eso es para los espíritus superiores que son capaces de inspirar todos los éxitos humanos.

### La Azulita-Edo Mérida- Venezuela 07 / 2010



# MUCHAS GRACIAS A TODOS